

Introducción

La violencia intrafamiliar es una problemática que afecta a muchas mujeres en todo el mundo, y la ciudad de Tarija no es la excepción. La Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de esta ciudad es una institución que brinda apoyo a mujeres víctimas de violencia intrafamiliar, ofreciéndoles atención jurídica, psicológica y social. A pesar de ello, muchas mujeres continúan sufriendo los efectos de la violencia, afectando su resiliencia, autoestima e inteligencia emocional. Esta violencia puede manifestarse de diversas maneras, desde agresiones verbales, psicológicas hasta física, lo que puede resultar en un daño emocional y en la autoestima de las mujeres que la sufren.

A pesar de los esfuerzos por disminuir los índices de violencia en Bolivia se ha registrado un aumento considerable en los casos violencia física y psicológica hacia las mujeres, según informes de diversas instancias gubernamentales y no gubernamentales. “La violencia de pareja se ejerce como un ejercicio de poder, en el que se daña o controla a la otra persona con la que se tiene un vínculo íntimo, ya sea de noviazgo, matrimonio o cohabitación” (Moral de la Rubia et al., 2013, p. 2).

La resiliencia, la autoestima y la inteligencia emocional son tres variables importantes en la vida de las personas, y su estudio es fundamental para entender cómo se relacionan con la violencia intrafamiliar en las mujeres víctimas de este delito. La resiliencia según Wagnild & Young (1993) Es la capacidad de una persona para enfrentar y adaptarse a la adversidad y al estrés, utilizando los recursos adecuados para mantener o recuperar su bienestar psicológico y físico.

Por otro lado, la autoestima es la valoración que una persona tiene de sí misma. Una autoestima saludable permite a las personas afrontar las dificultades y retos de la vida con mayor confianza y seguridad en sí mismas. Para Branden (1995), autoestima es "la experiencia fundamental de que podemos llevar una vida significativa y cumplir sus exigencias" (p. 1).

Por último, la inteligencia emocional es la capacidad de una persona para reconocer, comprender y gestionar sus propias emociones, así como las emociones de los demás. Para Goleman (1995), la inteligencia emocional es "la capacidad para reconocer nuestros propios

sentimientos y los de los demás, para motivarnos y para manejar adecuadamente las emociones en nosotros y en nuestras relaciones” (p. 22).

Por lo tanto, el objetivo de esta investigación es analizar la relación entre la resiliencia, la autoestima y la inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la ciudad de Tarija. Para ello, se llevará a cabo un estudio de tipo descriptivo correlacional, utilizando una muestra representativa de mujeres que han sufrido violencia intrafamiliar y han recibido atención en esta institución.

La importancia de esta investigación radica en la necesidad de comprender cómo estas tres variables se relacionan entre sí y cómo influyen en la recuperación de las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar. Para este efecto el presente trabajo cuenta con una estructura sistémica y metodológica que se desarrolló de la siguiente manera:

En el Capítulo I: expone el Planteamiento del Problema y la Justificación, en el que se describe este fenómeno al nivel internacional, nacional y local.

En el Capítulo II: describe, el Diseño Teórico, donde se expone los objetivos, la hipótesis y la operacionalización de las variables.

En el Capítulo III: hace referencia al Marco Teórico, en el que se sustenta la siguiente investigación apoyados por los principales conceptos y literatura científica.

En el Capítulo IV: presenta la Metodología de Trabajo, en el que se describe el tipo de investigación, los métodos, población y muestra, técnicas e instrumentos y el procedimiento en el que se enmarcó la investigación.

En el Capítulo V: se encuentra compuesto por el Análisis e Interpretación de Resultados en donde se plasma los resultados obtenidos mediante cuadros y graficas y el analisis correlacional

En el Capítulo VII: hace referencia a las Conclusiones que se ha llegado al culminar la investigación y Recomendaciones pertinentes al problema planteado

CAPÍTULO I
PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN
DEL PROBLEMA

CAPÍTULO I. PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del Problema

La violencia intrafamiliar es un problema de profunda preocupación en todo el mundo y afecta a un número significativo de mujeres, incluyendo la población de la ciudad de Tarija, Según la Secretaria de Desarrollo Humano de la Gobernación de Tarija se estimó 1.626 casos de violencia intrafamiliar hacia las mujeres en los primeros seis meses de la gestión 2023 (El Periódico, 2023).

Estas mujeres enfrentan no sólo el trauma físico, sino también el trauma psicológico y emocional que puede perdurar mucho tiempo aun después de haber escapado de situaciones de violencia. A pesar de los esfuerzos de instituciones como la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia para abordar la problemática de la violencia intrafamiliar, muchas mujeres continúan experimentando las consecuencias psicológicas y físicas de esta violencia. Esto puede tener un impacto negativo en su bienestar psicológico y emocional. Sin embargo, existen factores que pueden influir en su capacidad de afrontamiento y superación ante una situación de violencia, entre estos factores se encuentran la resiliencia, la autoestima y la inteligencia emocional. Siendo aspectos cruciales que merecen atención, razón por la que se encuentra una necesidad emergente para realizar la presente investigación.

La importancia de este problema radica en la necesidad de comprender hasta qué punto estos constructos psicológicos (resiliencia, autoestima e inteligencia emocional) contribuyen a sobrellevar los problemas psicológicos y emocionales al que se enfrentan estas mujeres día con día. Identificar la relación entre estas variables podría proporcionar información científica valiosa sobre los problemas psicológicos y emocionales específicos que estas mujeres enfrentan y que colaboren con el desarrollo de futuras intervenciones efectivas que ayuden a estas mujeres a enfrentar y superar los efectos de la violencia intrafamiliar de manera más adecuada.

La presente investigación tiene como objetivo estudiar la relación existente entre la resiliencia, la autoestima y la inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la ciudad de Tarija. Esta investigación es de naturaleza descriptiva y correlacional, por lo que permitirá

describir y analizar las variables de interés, así como identificar si existe una relación significativa entre ellas.

La resiliencia, la autoestima y la inteligencia emocional son constructos que desempeñan un papel fundamental en la capacidad de estas mujeres para enfrentar y recuperarse de la violencia. la **Resiliencia** de acuerdo a Windle et al., (2011) señalando la definición de Wagnild & Young es “la capacidad de una persona para enfrentar y adaptarse a la adversidad y al estrés, utilizando los recursos adecuados para mantener o recuperar su bienestar psicológico y físico” (p. 2).

“El estudio de la resiliencia debería trabajar tres planos entrelazados: Los recursos internos que se adquieren en las relaciones precoces pre verbales, la significación sociocultural del trauma y el sistema de apoyos sociales disponibles para el individuo”. (Arciniega, 2005, p. 15)

Por otro lado, para Branden (2010) la **autoestima** es una necesidad básica del ser humano es lo mismo que decir que es esencial para el desarrollo normal y sano. Al no tener una autoestima positiva, el crecimiento psicológico se ve perturbado. La autoestima positiva actúa en efecto como el sistema inmunológico del espíritu y esto da resistencia, fortaleza y capacidad de regenerarnos. En cambio, cuando el nivel de autoestima es bajo se reduce la resistencia ante los problemas de la vida. Es así que las mujeres optan por callar debido a la burocracia que se tiene. Por eso es muy importante trabajar el nivel de autoestima y la resiliencia en las mujeres que sufren violencia de género en el hogar y lograr que se pierda esta desigualdad.

Por otra parte, es preciso conocer que la **Inteligencia Emocional** es “como el conjunto de habilidades que contribuyen al buen funcionamiento y al éxito que son diferentes al CI. Se divide en inteligencia emocional intrapersonal, o habilidad para comunicarse eficazmente con uno mismo y para manejar en forma óptima las propias emociones, que está compuesta por la autoconciencia emocional, la autorregulación y la automotivación. La inteligencia emocional interpersonal, o habilidad para comprender y manejar eficazmente las emociones ajenas, que se divide a su vez, en empatía y habilidades sociales”. (Goleman, 1996, p. 98)

A continuación, se presentan estudios a nivel internacional, nacional y local relacionados con el trabajo de investigación propuesto.

A nivel Internacional. Según la OMS (2014) y los datos estadísticos en Europa referentes al año 2014, se puede tener una idea de cómo es la situación de este colectivo en el resto del mundo. En Europa, muchas mujeres han sufrido malos tratos e insultos por parte de sus cónyuges, y también se observa un alto índice de baja autoestima. La violencia contra las mujeres es un problema global, con casos de violencia doméstica y asesinatos que afectan a mujeres de diferentes procedencias, incluyendo españolas, latinoamericanas, europeas, asiáticas y de otras partes del mundo. Estas cifras reflejan la seriedad y la amplitud de la violencia de género en todo el mundo. (Mera , 2016)

En América Latina, según datos de la ONU, se ha identificado un alto nivel de violencia de género en la región. En países como Perú, Argentina y Honduras, se han reportado casos significativos de violencia verbal y psicológica contra las mujeres. Por otro lado, Paraguay, Ecuador, Jamaica, República Dominicana y Haití también muestran una preocupante presencia de violencia de género. Estos datos revelan la magnitud del problema en toda América Latina. (Mera, , 2016)

A nivel nacional. En una investigación realizada por Roca (2019) sobre violencia psicológica de pareja y autoestima en mujeres que acuden a la institución capacitación y derechos ciudadanos (cdc) de la ciudad de La Paz, se encontraron resultados significativos. Un alto porcentaje de mujeres, aunque no se especifica, convive con sus agresores, mientras que un número menor opta por iniciar el proceso de separación para poner fin al ciclo de violencia. El estudio también revela que un grupo considerable de mujeres ha experimentado violencia psicológica, que incluye ofensas verbales, calumnias, burlas y menosprecios. Además, se han reportado casos de violencia física, sexual, económica y social, cada uno afectando a diferentes proporciones de las víctimas. También se menciona un 6% que ha sufrido otros tipos de violencia. Estos resultados indican la complejidad de la problemática de la violencia de pareja y resaltan la importancia de abordarla de manera integral para brindar apoyo a las mujeres afectadas.(p.137)

A nivel regional. De acuerdo a la Secretaria de Desarrollo Humano de la Gobernación de Tarija, de enero a septiembre, el departamento de Tarija registró más de

2.500 denuncias de violencia intrafamiliar, tres feminicidios, un infanticidio y otros casos de violaciones a niños y adolescentes. (Vaca, 2021)

A julio de 2018 en Tarija la FELCV atendió 1.460 casos, cifra que ubica al Departamento en quinto lugar a nivel Nacional. Lema establece que la violencia prevalece más en el departamento de La Paz, le sigue Cochabamba, Santa Cruz, Chuquisaca y Tarija, en menor proporción están Potosí, Beni, Pando y Oruro. “El Departamento con menos denuncias es Oruro” (Revista digital EA Bolivia, 2018)

En el Departamento de Tarija existen casos de denuncias 2.882, estos casos son atendidos en el SLIM y la Secretaría de la Mujer y Familia, brindando sus programas de fortalecimiento basándose en la autoestima y habilidades sociales. (Flores, 2022)

De acuerdo a lo expuesto se elabora y se plantea el siguiente problema de investigación.

¿Cuál es la relación de los niveles de resiliencia, autoestima e inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la ciudad de Tarija?

1.2 Justificación.

La ciudad de Tarija enfrenta un problema social muy importante relacionado con la violencia intrafamiliar. A pesar de los esfuerzos realizados por diversas instituciones, como la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia, para abordar esta problemática, muchas mujeres continúan sufriendo los efectos psicológicos y físicos de esta forma de violencia.

Desde un punto de vista científico, la presente investigación se argumenta en virtud de la relevancia y la necesidad de comprender en profundidad el impacto psicológico y emocional que experimentan las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar en la ciudad de Tarija. Esta población enfrenta una serie de desafíos únicos y complejos relacionados con su bienestar mental y emocional, que requieren una exploración exhaustiva y específica de los factores psicológicos involucrados, dado que la violencia tiene un impacto negativo en el bienestar psicológico y emocional de las víctimas, es necesario comprender mejor cómo constructos como la resiliencia, la autoestima y la inteligencia emocional pueden influir en

la forma en que estas mujeres afrontan esta situación traumática. Es así que esta investigación es fundamental debido a la relevancia y gravedad de la violencia intrafamiliar en Tarija.

Desde una perspectiva social, la investigación cobra importancia, ya que la violencia intrafamiliar es un problema social grave que no sólo afecta a las mujeres directamente involucradas, sino que también tiene un impacto en sus familias y comunidades. Comprender cómo la resiliencia, la autoestima y la inteligencia emocional influyen en el bienestar de estas mujeres, ayuda a desarrollar a futuro estrategias de prevención más efectivas. Si podemos identificar cómo estas variables están relacionadas y cómo influyen en la capacidad de una mujer para superar la violencia, sería posible diseñar a futuro intervenciones sociales y programas de apoyo que tengan un impacto más significativo en la erradicación de la violencia.

En este sentido, la correlación entre la resiliencia, la autoestima y la inteligencia emocional en estas mujeres adquiere una importancia significativa. La resiliencia representa la capacidad de estas mujeres para adaptarse y recuperarse de situaciones traumáticas, mientras que la autoestima y la inteligencia emocional están intrínsecamente ligadas a su autoimagen, relaciones interpersonales y capacidad para manejar el estrés. A partir del presente estudio se pudo obtener una comprensión más profunda de cómo estas variables se relacionan entre sí y cómo influyen en el bienestar psicológico y emocional de las mujeres afectadas.

A pesar de la importancia de estos constructos, en la actualidad no se conoce de estudios que se hayan desarrollado a partir de estas variables. El conocimiento de los mismos podrá llevar a desarrollar o ajustar intervenciones y programas efectivos que aborden esta problemática y promuevan el bienestar emocional de las mujeres en situación de violencia, mejorando así su calidad de vida y su capacidad de recuperación.

Las beneficiarias directas de esta investigación serían las propias mujeres víctimas de violencia intrafamiliar. Además, las instituciones que trabajan en la atención a estas mujeres también se benefician al contar con información científica para mejorar sus programas y servicios.

De acuerdo a lo expuesto, es importante mencionar que la investigación dejara los siguientes aportes que contribuyen significativamente a la comprensión y atención de esta problemática en la sociedad.

La relevancia teórica de esta investigación radica en su contribución al campo de la psicología y la comprensión de cómo los constructos psicológicos, como la resiliencia, la autoestima y la inteligencia emocional, se relacionan en el contexto de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar. Hasta la fecha, existe una escasez de estudios que aborden estas variables específicas en este grupo demográfico. Por lo tanto, esta investigación llenaría un vacío en la literatura académica y proporcionaría una base teórica sólida para comprender mejor las dinámicas psicológicas de las víctimas de violencia intrafamiliar. Además, se espera que la investigación aporte al conocimiento actual sobre la relación entre estas variables, lo cual podría ser útil para el diseño de políticas públicas y programas de intervención que aborden de manera más efectiva esta problemática.

Por otro lado, en el ámbito **práctico**, los resultados de esta investigación sirven como material de consulta para futuros investigadores. Se espera que los resultados de esta investigación sean de utilidad para los profesionales en psicología que trabajan con mujeres víctimas de violencia intrafamiliar, ya que permitirán identificar las necesidades emocionales de las mujeres y diseñar intervenciones más efectivas para fomentar su resiliencia, autoestima y habilidades emocionales. Proporcionaría información crucial para el desarrollo de programas y servicios de apoyo más efectivos y personalizados para mujeres víctimas de violencia intrafamiliar.

CAPÍTULO II
DISEÑO TEÓRICO

CAPÍTULO II. DISEÑO TEÓRICO

2.1. Formulación del Problema

¿Cuál es la relación entre los niveles de resiliencia, autoestima e inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la ciudad de Tarija?

2.2. Objetivo General

Determinar la relación entre los niveles de resiliencia, autoestima e inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la ciudad de Tarija.

2.1.1. Objetivos Específicos

1. Establecer el nivel de resiliencia de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar.
2. Evaluar el nivel de autoestima en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar.
3. Identificar el nivel de inteligencia emocional de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar.
4. Analizar la relación entre los niveles de resiliencia, autoestima e inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la ciudad de Tarija.

2.3. Hipótesis.

1. Las mujeres en situación de violencia intrafamiliar presentan niveles medios a altos de resiliencia.
2. Las mujeres en situación de violencia intrafamiliar que presentan niveles bajos a medios de autoestima.
3. Las mujeres en situación de violencia intrafamiliar presentan niveles bajos a medios de inteligencia emocional.
4. existe una correlación positiva entre la resiliencia, autoestima e inteligencia emocional de las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar. Es decir que a medida que una de estas variables aumenta, las otras también tienden a aumentar.

2.4. Operacionalización de Variables

DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA
<p>Resiliencia</p> <p>Es "la capacidad de una persona para enfrentar y adaptarse a la adversidad y al estrés, utilizando los recursos adecuados para mantener o recuperar su bienestar psicológico y físico".</p> <p>Wagnild & Young (1993)</p>	Satisfacción personal	*Habilidad para creer en sí mismo y en sus capacidades.	<p>Escala de Resiliencia (Wagnild & Young 1993)</p> <p>25 – 120</p> <p>Escasa resiliencia 121 – 146</p> <p>Moderada resiliencia 147 – 175</p> <p>Mayor resiliencia</p>
	Ecuanimidad	*Perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, tomar las cosas tranquilamente	
	Sentirse bien solo	Da el significado de libertad y que somos únicos y muy importantes.	
	Confianza en sí mismo	Comprender el significado de la vida y cómo se contribuye a esta.	
	Perseverancia	*Firmeza ante la adversidad o el desaliento, tener un fuerte deseo de logro y autodisciplina.	

DEFINICIÓN	DIMENSIONES	ÍNDICADORES	ESCALA
<p>Autoestima “es el juicio personal de autovalía, que es expresado en las actitudes que el individuo toma hacia sí mismo. Es una experiencia subjetiva que se transmite a los demás por reportes verbales o conductas manifiestas “ (Coopersmith,1967 como se cito en Campo, 2009, p. 127)</p>	Sí mismo general	Corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas.	<p>Inventario de Autoestima de Coopersmith:</p> <p>Autoestima Baja 0 a 24</p> <p>Autoestima Media Baja 25 a 49</p> <p>Autoestima Medio 50 a 74</p> <p>Autoestima Alta 75 a 100</p>
	Social	Corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas en relación con sus pares	
	Familiar	Corresponde al nivel de aceptación con que la persona valora sus conductas autodescriptivas en relación con sus familiares directos	

CONCEPTO	CATEGORÍAS	INDICADORES	ESCALA
<p>Inteligencia Emocional</p> <p>“La inteligencia emocional como un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y de destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y enfrentar las demandas y presiones del medio” (BarOn,1997 como se cito (Ugarriza, 2001) .p.131</p>	Componente intrapersonal	<p>Comprensión emocional de sí mismo</p> <p>Asertividad</p> <p>Auto concepto</p> <p>Autorrealización</p> <p>Independencia</p>	<p>Marcadamente alto (130 y más)</p> <p>Alto (115- 129)</p> <p>Promedio (86- 114)</p> <p>Bajo (70 - 85)</p>
	Inteligencia interpersonal	<p>Empatía</p> <p>Relaciones interpersonales</p> <p>Responsabilidad social</p>	<p>Muy bajo (69 y menos)</p> <p>(Inventario de Inteligencia Emocional)</p>
	Adaptabilidad	<p>Solución de problemas</p> <p>Prueba de la realidad</p> <p>Flexibilidad</p>	<p>Bar-On</p>
	Manejo del estrés	<p>Tolerancia al estrés</p> <p>control de impulsos</p>	
	Estado de animo	<p>Felicidad</p> <p>Optimismo</p>	

CAPÍTULO III
MARCO TEÓRICO

CAPÍTULO III. MARCO TEÓRICO

En este capítulo haremos una revisión bibliográfica de múltiples bases de datos, artículos científicos virtuales, que constituyan fuentes que permitan sustentar de forma clara, objetiva y precisa acerca del concepto de violencia intrafamiliar, resiliencia, autoestima e inteligencia emocional.

3.1. Violencia

3.1.1. Concepto de violencia

Diversos estudios definen la violencia como una forma de relación que “implica siempre el uso de la fuerza para producir un daño” (Corsi, 1994, p. 3) Es decir que al ejercer acciones de poder puede controlar la relación a partir del uso de la fuerza.

La palabra violencia proviene del latín violentus, que significa el ser fuera de su modo, estado o situación natural; de forma breve y sencilla se la define como: “el intento de controlar o dominar a otra persona” (Villanueva & Acosta, 2012, p. 6)

Para la Organización Mundial de la Salud OMS (2020) define a la violencia como el uso deliberado de la fuerza física o del poder, ya sea en grado de amenaza o afectivo, contra uno mismo, otra persona, un grupo o comunidad, cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daño psicológico, trastorno de desarrollo o privaciones.

Como podemos observar varios autores e incluso la OMS coinciden en sus conceptos de violencia, como el uso de ejercer poder y hacer daño a otra persona.

“La violencia está basada en la desigualdad y el abuso de poder. Es un comportamiento culturalmente aprendido que implica una direccionalidad y una intencionalidad de controlar, imponer, manipular o dañar a otros” (Ortega, 2008, como se citó en Salazar, 2018, p. 2).

Ortega ya nos habla de la desigualdad y el abuso de poder, y esto lo vemos que existe dentro de la violencia intrafamiliar.

3.1.2. Violencia intrafamiliar

La violencia intrafamiliar es un fenómeno social que impacta la seguridad de gran cantidad de hogares en el mundo, porque atenta contra la vida, el cuerpo, la dignidad, la integridad psicológica o la libertad de los miembros del núcleo familiar.

El término alude a toda forma individual o colectiva de abuso, ejercida por integrantes de la familia por querer mostrar poder ante la familia, y esto genera un daño en el aspecto físico, psíquico, emocional, sexual y/o patrimonial de uno o varios de los integrantes del grupo familiar. (Guirado, et al., 2011)

Sin embargo para Ramírez (2002, como se citó Salazar, 2019) la define como toda agresión o daño sistemático y deliberado que se comete en el hogar contra algún miembro de la familia, por alguien de la misma familia. Este daño se produce al violar o invadir los espacios de la otra persona, sin su permiso, para quitarle su poder y mantenerla desequilibrada, porque el objetivo de la violencia es vencer su resistencia, es decir, controlarla y dominarla.

3.1.3. Tipos de Violencia Intrafamiliar

El Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad del Gobierno de España en el año 2003 definió la violencia familiar como aquellas agresiones físicas, psicológicas, sexuales o de otra índole (sobre todo por negligencia física o psicológica), realizadas por personas que se encuentran en el entorno familiar y que suelen ir normalmente dirigidas a las personas que ostentan mayor fragilidad, tales como son los niños, los ancianos y las mujeres. De esta definición identificamos los tipos de violencia intrafamiliar son:

- Violencia física: se refiere a aquellas “lesiones corporales infligidas de forma intencional: golpes, quemaduras, agresiones con armas, etc.”
- Violencia psicológica o emocional: son aquellas “Humillaciones, desvalorizaciones, críticas exageradas y públicas, lenguaje soez y humillante, insultos, amenazas, culpabilizaciones, aislamiento social, control del dinero, no permitir tomar decisiones.”

- **Violencia Sexual:** son aquellos “actos que atentan contra la libertad sexual de la persona y lesionan su dignidad: relaciones sexuales forzadas, abuso, violación.” (consumo, 2003, p. 13)

De acuerdo con Acosta (2015) “las personas agredidas, usualmente, no dejan a quienes lo hacen sufrir, porque ven esta situación como algo natural, porque fueron víctimas de la violencia cuando niños o porque necesitan de la otra persona (económica y emocionalmente) para poder vivir” (p. 2)

Castillo, en su investigación, destaca que las mujeres casadas o convivientes que han presentado algún tipo de violencia, carecen principalmente de autoestima, por su alto grado de desvalorización, afecto personal y el hecho de asumir un alto grado de pasividad y sumisión, y expresaría una reciprocidad entre la violencia que existe contra la mujer y su autoestima dañada, a más violencia vivida mayor será la pérdida de la autoestima, sobre todo si se convive con el agresor. (Castillo , 2017)

3.1.4. Ciclo de la Violencia Intrafamiliar

“El ciclo de violencia intrafamiliar es importante conocer y poder identificar cuando ya no es sano y que sólo daña a la otra persona” (Gallardo y Echenique, 2018, p. 19).

Fases	Características	Actitud del agresor	Actitud de la víctima	Resultado
1. Fase de tensión	Acumulación de tensiones	Cambios de ánimo, reacciona con enojo, insultos y gritos ante cualquier problema o dificultad cotidiana, culpabilizando a su pareja	Pasiva y temerosa. Cree ser responsable de las actitudes del agresor El agresor siente legítimas sus agresiones por la actitud pasiva de su pareja. Se incrementa la tensión. El agresor se siente con derecho a ejercer más violencia

2. Fase de crisis	Descarga incontrolable de las tensiones	Descarga de su enojo a través de golpes y humillaciones a su pareja	Depresión, incredulidad, bajo nivel de autoestima	Subordinación de la víctima.
3. Fase de arrepentimiento	Calma y relativa tranquilidad.	Se arrepiente se disculpa, promete cambiar.	Confía, perdona	Reconciliación de la pareja, mientras se prepara un nuevo episodio de violencia.

3.1.5. Consecuencias de la Violencia Intrafamiliar

Tras un estudio que realizó Garrido (2016) sobre la violencia intrafamiliar pudo determinar que éstas son las consecuencias de la violencia intrafamiliar que presenta:

Ansiedad. La ansiedad, como fenómeno psíquico, responde muchas veces a una función adaptativa de los seres humanos que sirve para responder de manera adecuada a situaciones amenazadoras o de riesgo, el problema se presenta cuando los niveles de ansiedad resultan desproporcionados con respecto a una situación o cuando no responden a un problema real

Autoestima. La autoestima es una autovaloración que va dependiendo de las condiciones de vida y de lo que se experimenta en el cotidiano de las relaciones sociales.

Aislamiento social. Parte del control que ejerce el agresor hacia la víctima de violencia, consiste en el encierro y el aislamiento de la mujer de su entorno cercano, consiguiendo con esto perpetuar las lógicas de violencia, puesto que dificulta la posibilidad de la víctima de pedir ayuda.

Psicológicas. Las consecuencias psicológicas suelen ser variadas para las personas que son víctimas de algún abuso psicológico, este tipo de consecuencias se manifiestan con mayor frecuencia de lo que aparentemente se estima, misma que puede ser causante de

enfermedades mentales o de alguna adicción que los lleva hasta la muerte, en los casos más graves.

De acuerdo a la OMS (2002) Entre las consecuencias que se pueden tener psicológicamente son las siguientes presentadas.

- Abuso de alcohol y otras drogas
- Depresión y ansiedad
- Trastornos de los hábitos alimentarios y del sueño
- Sentimientos de vergüenza y culpabilidad
- Fobias y trastorno por pánico
- Inactividad física
- Poca autoestima
- Trastorno por estrés postraumático
- Trastornos psicosomáticos
- Hábito de fumar
- Comportamiento suicida y daño auto infligido
- Comportamiento sexual riesgoso

Físicas Las consecuencias físicas son aquellas que se dan en alguna parte del cuerpo en el momento de la agresión o al transcurso del tiempo, dañando alguna parte de éste que causa dolor físico por lo que OMS (2002) da a conocer algunos aspectos que se consideran como violencia física:

- Lesiones abdominales y torácicas
- Moretones e hinchazón
- Fracturas

La violencia contra la mujer por su pareja es la forma más frecuente y dañina, debido a que hay una convivencia diaria con su agresor, existiendo un lazo emocional que une a la

mujer, el deber de soportar por sus hijos. En nuestro país aún desde el punto de vista cultural, la violencia está enmarcada por una estructura patriarcal, como es que los varones son superiores, que los varones valen más que las mujeres. Por tanto, tienen el derecho y la responsabilidad de imponer medidas correccionales como una forma de control de la mujer.

Cuando las mujeres son víctimas de violencia, además de tener un sufrimiento físico y mental, pueden sentirse incapaces de hablar de lo que les pasa con otros familiares o amigos por miedo o por sentirse culpables de que esto les suceda, imposibilitándoles cambiar la situación, ya sea por causa de dependencia económica o por sentirse incapaces de escapar de la relación en el que se encuentran.

3.1.6. Causas de la violencia de pareja

¿Cuáles son las causas y los factores de riesgo de la violencia infligida por la pareja? El modelo que más se utiliza para comprender el problema de la violencia es el modelo ecológico, que postula que la violencia es resultado de factores que operan en cuatro niveles: individual, relacional, comunitario y social. (Olivares y Inchaustegui, 2011, p. 54)

La OMS (2013) Empezó a examinar datos obtenidos en esos “4 niveles en diferentes entornos para conocer más a los factores asociados con las variaciones de la prevalencia; sin embargo, todavía son limitadas las investigaciones sobre las influencias de la comunidad y de la sociedad” (p. 4)

Algunos factores de riesgo han sido sistemáticamente identificados, como el nivel individual, algunos factores van asociados a la perpetración, otros a la victimización y algunos a ambas posiciones. A continuación, se presenta los 4 factores determinados por la Organización Mundial de la Salud (OMS)

Factores individuales Algunos de los factores más importantes asociados con una mayor probabilidad de que un hombre cometa actos de violencia contra su pareja son los siguientes:

- Juventud
- Bajo nivel de instrucción;
- Haber sido testigo o víctima de violencia en la niñez;

- Consumo nocivo de alcohol o drogas;
- Trastornos de la personalidad;
- Aceptación de la violencia (considerar aceptable que un hombre golpee a su pareja)
- Antecedentes de maltrato infligido a sus parejas anteriores.

Los factores sistemáticamente asociados con una mayor probabilidad de que una mujer sufra violencia a manos de su pareja incluyen los siguientes :

- Bajo nivel de instrucción;
- Exposición a violencia entre sus padres;
- Haber sido víctima de abuso sexual en la niñez;
- Aceptación de la violencia; y exposición anterior a otras formas de maltrato.

Factores relacionales Los factores asociados con el riesgo tanto de victimización de las mujeres como de agresión por el hombre incluyen los siguientes:

- Conflicto o insatisfacción en la relación;
- Dominio de los varones en la familia;
- Dificultades económicas; n hombre con múltiples compañeras sexuales ; y
- Disparidad de logros educativos, es decir que la mujer tenga un nivel de instrucción más alto que el de su compañero íntimo .

Factores comunitarios y sociales Se han encontrado los siguientes factores en todos los estudios :

- Normas sociales de género no equitativas (especialmente las que asocian la virilidad con el dominio y la agresión);
- Pobreza

3.1.7. Ley 348, Ley Integral para Garantizar una Vida Libre de Violencia.

La Ley 348 fue promulgada el 9 de marzo de 2013, tras ocho años de desarrollo e impulso, por parte de activistas y movimientos de mujeres. Su aprobación sorpresiva fue motivada por el asesinato de la periodista Hanalí Huaycho Hannover, cuyo esposo, el oficial de policías, Jorge Clavijo, le dio 15 puñaladas hasta matarla. (López, 2014, p. 3).

La Ley Integral para Garantizar una Vida Libre de Violencia, en su Artículo 3. (Prioridad en erradicación de la violencia hacia las mujeres, por ser una de las formas más extremas de discriminación en razón de género).

En el Artículo 6, numeral 1 señala que la violencia. Constituye cualquier acción u omisión, abierta o encubierta, que cause la muerte, sufrimiento o daño físico, sexual o psicológico a una mujer u otra persona, le genere perjuicios en su patrimonio, en su economía, en su fuente laboral o en otro ámbito cualquiera, por el solo hecho de ser mujer.

El numeral 15 del Artículo 7 señala que Violencia en la Familia. Es toda agresión física, psicológica o sexual cometida hacia la mujer por el cónyuge o ex-cónyuge, conviviente o ex-conviviente, o su familia, ascendientes, descendientes, hermanas, hermanos, parientes civiles o afines en línea directa y colateral, tutores o encargados de la custodia o cuidado.

Incorpora como delitos contra la mujer la violencia económica, violencia patrimonial y sustracción de utilidades de actividades económicas familiares. Además, plantea un conjunto de medidas de prevención en diferentes niveles y ámbitos, que pretenden contribuir a modificar los comportamientos violentos, tanto individuales como colectivos y estructurales, que toleran, naturalizan y reproducen la violencia, priorizando medidas de prevención en los ámbitos familiar, comunitario, educativo, salud, laboral y comunicacional, estableciendo tareas de cumplimiento obligatorio.

Contempla la adopción de medidas inmediatas de protección para proteger la vida, integridad física, psicológica, sexual, derechos patrimoniales, económicos y laborales de las mujeres en situación de violencia, entre ellas la creación de Casas Comunitarias y Servicios de Rehabilitación de los Agresores (Ley 348, Art. 30 y 31).

En resumen, la Ley 348, tiene por finalidad la erradicación de la violencia como un tema de prioridad nacional y como un problema de salud pública, desde un enfoque de prevención, protección de las mujeres en situación de violencia y la sanción de los agresores. En lo concerniente a tipos de violencia contra las mujeres en el Artículo 7, numeral 3 menciona que Violencia Psicológica. Es el conjunto de acciones sistemáticas de desvalorización, intimidación y control del comportamiento, y decisiones de las mujeres, que tiene como consecuencia la disminución de su autoestima, depresión, inestabilidad psicológica, desorientación e incluso el suicidio.

En base a esta normativa el año 1993 se crea la institución sin fines de lucro Capacitación y Derechos Ciudadanos (CDC), que trabaja con sectores vulnerables y comprende tres programas, Iguales Ante la Ley, Prevención de la Violencia Contra las Mujeres, y Privados de Libertad.

Bolivia, en marzo de 2013, asume el compromiso de luchar contra la violencia, mediante la Ley N° 348, Ley Integral para Garantizar a las Mujeres una Vida Libre de Violencia, que tiene por objeto establecer mecanismos, medidas y políticas integrales de prevención, atención, protección y reparación a las mujeres en situación de violencia, señala en su Artículo 1° su fundación en respuesta al mandato constitucional y en los instrumentos, tratados y convenios internacionales de derechos humanos ratificados por Bolivia, que garantizan a todas las personas, en particular a las mujeres, el derecho a no sufrir violencia física, sexual y/o psicológica, tanto en la familia como en la sociedad.

Según el Artículo 16 de la Ley No. 348, Todas las instancias del Órgano Ejecutivo, con competencias vinculadas a los derechos de las mujeres y la problemática de violencia, así como los servicios de prevención, atención y sanción de la violencia hacia las mujeres.

En el marco de las formas de violencia física, psicológica, sexual y económica de forma enunciativa, no limitativa, se considera 17 formas de violencia (ley 348, Art7)

- Violencia física
- Violencia feminicidio
- Violencia psicológica
- Violencia mediática

- Violencia simbólica o encubierta
- Violencia contra la dignidad, la honra y el nombre
- Violencia sexual
- Violencia contra los derechos reproductivos
- Violencia en servicios de salud
- Violencia contra los derechos reproductivos
- Violencia en servicios de salud
- Violencia patrimonial y económica
- Violencia laboral
- Violencia en el sistema educativo plurinacional
- Violencia en el ejercicio político y de liderazgo de la mujer
- Violencia institucional
- Violencia en la familia
- Violencia contra los derechos y la libertad sexual

3.2. Resiliencia

3.2.1. Concepto de resiliencia

El origen etimológico del término resiliencia proviene del latín, «resilio», que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar. Dicho término ha sido adaptado a las ciencias sociales para caracterizar aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanas (Rutter, 1993, p. 1)

Para Cyrulnik (2023) La definición de la resiliencia no puede ser más sencilla: “es iniciar un nuevo desarrollo después de un trauma. No puede haber una definición más simple. Lo complicado es descubrir qué condiciones la permiten, es decir, la segurización, la recuperación, las relaciones y la cultura. Hay que unir todo esto para responder a esa pregunta” (P. 56)

En una entrevista a Cyrulnik (2023) acerca de las características que posee una persona resiliente, el comentario que depende de la manera en que se construye la personalidad. Si alguien, desde el nacimiento e incluso antes, ha recibido improntas biológicas que lo fortalezcan, se desarrollará, y, si le ocurre una desgracia, sabrá enfrentarse mejor a ella. Ahí hablaríamos de resistencia. Si alguien está traumatizado, y, después de la desgracia, es capaz de iniciar un nuevo desarrollo, entonces hablamos de resiliencia. Es decir, depende un poco de la persona y mucho de su entorno: de su entorno antes del trauma y de su entorno después del trauma.

La resiliencia nunca es absoluta. Es una capacidad que resulta de un proceso dinámico, evolutivo, en que la importancia de un trauma siempre puede superar los recursos del sujeto (Manciaux et al., 2001, como se citó en Murrugarra, 1998)

Otros autores que coinciden con el concepto de que la resiliencia donde Cáceres y Anais le otorga a este concepto una dimensión más dinámica y positiva, como puede ser, la capacidad de “acer frente a la adversidad y a la posibilidad de reconstruir el proceso evolutivo alterado (Cáceres y Anais, 2020).

Tomando en cuenta diversos estudios que se realizó para definir la resiliencia o capacidad de superar los eventos adversos, y ser capaz de tener un desarrollo exitoso a pesar de las circunstancias muy adversas (muerte los padres, guerras, graves traumas, etc.). (Becoña, 2006)

De ahí que Varios autores coinciden con su concepto, así como Garmezy (1991 como se citó en Becoña, 2006) “que resiliencia es la capacidad para recuperarse y mantener una conducta adaptativa después de un abandono o la incapacidad inicial al iniciarse un evento estresante” (p. 127)

Por lo tanto, la resiliencia es una característica de personalidad que amortigua los efectos negativos de situaciones estresantes y dirige a la persona hacia una mejor forma de adaptarse a su medio, sin perder la capacidad de funcionamiento (Rodríguez, 2018, p. 15)

Por eso la resiliencia podría explicar por qué algunas personas, pese a que han sido sometidas a eventos altamente estresantes, aún pueden mantenerse en pie y realizando sus

actividades cotidianas de manera normal y sin que algún síntoma pueda presentarse a lo largo de su ciclo vital.

Lo que debemos resaltar que varios autores coinciden de cierta forma en el concepto de resiliencia, es importante resaltar la resiliencia específicamente con vivencias traumáticas relacionadas con la familia. Los traumas vividos en la infancia donde existió maltrato físico, psicológico o abandono, suelen ser devastadores y con consecuencia altas. La superación de estos eventos traumáticos puede tomar mucho tiempo, para lo cual interviene la resiliencia y la capacidad de regeneración, de recuperarnos ante acontecimientos traumáticos.

Por otro lado, es muy importante trabajar el fortalecimiento de las capacidades resilientes por consiguiente lo que queremos lograr es que mujeres que sufrieron todo tipo de maltrato logren superar y salir de círculo vicioso.

3.2.2. Factores que contribuyen a la resiliencia

La resiliencia no es un rasgo estático, sino un proceso dinámico que puede desarrollarse a lo largo del tiempo y estos factores son los que amortiguan los efectos adversos de golpes físicos o emocionales. Varios factores pueden influir en la resiliencia de las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar:

Según el Departamento de Psicología y Neuropsicología del Centro Integral de Enfermedades Neurológicas CIEN (2019) estos son otros factores que contribuyen a la resiliencia:

1. Establecer buenas relaciones con tu entorno: Establece un círculo social que te haga percibir que tu tiempo está bien empleado y que eres una pieza importante en tu microsistema.
2. Acepta que el cambio es algo imprescindible para la vida: no hay evolución sin cambio y aunque no quisieras evolucionar en nada, el cambio se produciría.
3. Evita tomarte las crisis de tu vida como problemas insuperables: Trata de ampliar tu visión y ser consciente de que la mayoría de hechos estresantes son temporales , no fijos o permanentes.

4. Establece pequeñas metas que sean alcanzables: Tienes que ir poco a poco estableciendo pequeñas metas realistas.
5. No tengas miedo a tomar decisiones: no ignores los problemas, intenta no procrastinar.
6. Cultiva una visión positiva de ti mismo la autoconfianza en las capacidades personales y la actitud positiva ayudan a formar una actitud resiliente.
7. Mantén las cosas en perspectiva: que te haya sucedido algo malo en concreto, no quiere decir que tu vida esté a la deriva, ni que tu personalidad y valores lo estén también. Delimita bien el problema para poder atajarlo y evitar que contamine lo bello que hay en la vida.
8. Pregúntate que es lo que has hecho para salir del pozo en otras ocasiones: recuerda situaciones duras por las que has pasado en tu vida y piensa cual fue la clave para la recuperación, si lo tienes claro ponlas en marcha, por lo que le ha venido bien en un momento te puede volver a venir bien.
9. Cuídate a ti mismo: Haz cosas que te gusten con las que puedas disfrutar o sobre todo descansa.
10. Desahógate: aunque las emociones sean fuertes, emociones reprimidas te pueden hacer enfermar.
11. La perseverancia y la confianza serán tus mejores aliadas. (CIEN, 2019)

De acuerdo a Cano (2017) se describen los siguientes tipos de estrategias de afrontamiento que nos ayuda a ser más resilientes:

- **Resolución de problemas:** estrategias cognitivas y conductuales encaminadas a eliminar el estrés modificando la situación que lo produce.
- **Reestructuración cognitiva:** estrategias cognitivas que modifican el significado de la situación estresante.
- **Apoyo social:** estrategias referidas a la búsqueda de apoyo emocional.

- **Expresión emocional:** estrategias encaminadas a liberar las emociones que acontecen en la situación.
- **Evitación de problemas:** estrategias que incluyen la negación y evitación de pensamientos o actos relacionados con el acontecimiento.
- **Pensamiento desiderativo:** estrategias cognitivas que reflejan el deseo de que la realidad no fuera estresante.
- **Retirada social:** estrategias de retirada de amigos, familiares, compañeros y personas significativas asociada con la reacción emocional de aquella situación.
- **Autocrítica:** estrategias basadas en la autoinculpción y la autocrítica por la ocurrencia de la situación o su inadecuado manejo.
- **Significado y Sentido:** Encontrar un sentido o significado en las experiencias traumáticas puede ayudar a las mujeres a procesar el trauma y avanzar hacia la recuperación.
- **Habilidades de Regulación Emocional:** La capacidad de manejar las emociones de manera constructiva es fundamental para la resiliencia.

3.2.3. Fortalecimiento de las capacidades resilientes

Asimismo, para lograr esta mejora se debe fortalecer las capacidades resilientes en las mujeres que sufrieron algún tipo de violencia, al igual que se debe trabajar aspectos como las creencias, actitudes, la confianza en sí mismas y en los otros, las habilidades comunicacionales y de resolución de conflictos, la autoestima, la flexibilidad, la capacidad auto reflexiva, entre otros. Pero también se puso mucho énfasis en la fortaleza y que las mismas mujeres tengan la voluntad para salir adelante, ya que sin eso no se puede lograr ningún avance o mejora.

Por estas razones Wagnild y Young (1993) dividieron la resiliencia en cinco dimensiones:

- **Confianza en sí mismo.** Entendida como la capacidad que tiene la persona de valorar sus logros pasados y en base a los mismos, tener la certeza de que frente a situaciones difíciles será capaz de depender de sí mismo.
- **Ecuanimidad.** Es la capacidad que la persona tiene de controlar sus respuestas emocionales frente a eventos negativos, manteniendo una postura sosegada y pacífica; sin mostrarse desesperada.
- **Perseverancia.** Característica que parte de la autodisciplina, que orienta a la persona a seguir con sus planes trazados aún con anterioridad, pese a que las condiciones no siempre sean las más favorables.
- **Satisfacción personal.** Esta característica, forma parte de las respuestas frente a los logros que la persona cree que ha obtenido, lo cual hace posible que tenga la certeza de que pronto van a poder cumplir con sus metas; viendo a estas vivencias como parte de un proyecto de vida.
- **Sentirse bien solo.** Esta capacidad, está relacionada con la posibilidad de que las personas que no cuentan con un grupo de apoyo, puedan interpretar estas situaciones como una oportunidad para ser más autónomo y libre; al contrario de darle una interpretación de soledad.

Por su parte Vanistendael (1995), menciona que la resiliencia cuenta con componentes y pilares que son primordiales para determinar si una persona es resiliente. Dos de estos componentes son la resistencia: que se da frente a la destrucción con el fin de proteger la propia integridad bajo presión, y la capacidad de construir positivamente: que se da a pesar de circunstancias difíciles. Otro componente importante es la autoestima porque se basa en la enorme cantidad y variedad de pensamientos, sentimientos, experiencias, vivencias y sensaciones que se ha ido acumulando a lo largo de la vida de las personas, por ende, la autoestima es un pilar fundamental para el desarrollo de la resiliencia, ya que es a partir de este amor propio que a una persona le resulta más fácil atravesar situaciones adversas, sin dejarse influenciar tanto por lo que pasa a su alrededor.

Muchas mujeres que asisten al servicio mencionan que para salir de la situación de maltrato deben mejorar y aumentar su autoestima. Ahora bien, la conciencia de la

importancia de la autoestima la van conociendo y asimilando a medida que pasan las sesiones, ya que antes de eso la mayoría no sabe o no conoce el concepto y su valor.

En otro plano Wolin y Wolin (1993 como se citó en García, 2018) señala los 7 pilares de quienes poseen capacidades resilientes.

- **Introspección:** es tener la capacidad de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta; sacando un significado de las situaciones de estrés.
- **Independencia:** es la capacidad para establecer límites entre uno mismo y los ambientes adversos, mostrando la capacidad de mantener distancia emocional y física sin llegar a aislarse.
- **Capacidad para relacionarse:** es la habilidad para establecer lazos íntimos y satisfactorios con otras personas, balanceando con la propia necesidad de simpatía y disposición para brindarse a otros
- **Iniciativa:** es tener perspectivas positivas fijándose metas posibles de alcanzar, en relación con las propias habilidades y con el entorno.
- **Sentido del humor:** es el equilibrio entre un comportamiento alegre (juguetón), el ambiente y la capacidad crítica de la persona, para dimensionar los problemas.
- **Creatividad:** la capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden. En la infancia la creación se expresa en los juegos, que son las vías para revertir la soledad, el miedo, la rabia y la desesperanza.
- **Moralidad:** es el deseo de una vida personal satisfactoria, agradable y con riqueza interior. Es la capacidad de comprometerse con valores y discriminar entre lo bueno y lo malo (Wolin y Wolin, 1993).

3.2.4. Importancia de la Resiliencia en Víctimas de Violencia Intrafamiliar

En el contexto de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar, la resiliencia adquiere una importancia especial. La resiliencia puede ayudar a las mujeres a romper el ciclo de la violencia al fortalecer su capacidad para establecer límites y buscar ayuda. Puede mejorar su bienestar psicológico al reducir los efectos negativos del trauma. La resiliencia también puede influir en su capacidad para rehacer sus vidas y construir relaciones saludables.

3.2.5. Capacidades de resiliencia como factores protectores.

Se tiende a pensar que durante una situación traumática no se pueden experimentar emociones positivas o que no pueden estar presentes, tanto emociones positivas como negativas, considerando este hecho como una forma de negación o de recuperación poco saludable. Sin embargo, recientes investigaciones han puesto de manifiesto que las emociones positivas coexisten con las negativas durante circunstancias estresantes y adversas (Folkman y Moskowitz, 2000).

De acuerdo a lo que podría ayudar a reducir los niveles de angustia y aflicción que tienen lugar durante dichas circunstancias. “Tras la vivencia de un suceso traumático experimentar emociones positivas como gratitud, amor o interés, entre otras, aumenta a corto plazo la vivencia de experiencias subjetivas positivas, promueve la desactivación fisiológica y realza el afrontamiento activo, mientras que a largo plazo minimiza el riesgo de depresión y refuerza los recursos de afrontamiento” (Fredrickson, 2003 como se citó en Vera , et al., 2006, p. 43)

Por ende, en un mejor afrontamiento ante situaciones que tienen un fuerte impacto vital, con el fin de fomentar resiliencia en personas que han sufrido un hecho traumático en su vida, en concreto en mujeres que han sufrido violencia intrafamiliar por parte de sus parejas. (Lucena , 2020)

3.2.6. Fomento de la Resiliencia en la Intervención

Para las organizaciones como la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la ciudad de Tarija (2023) es fundamental comprender cómo fomentar la resiliencia en las mujeres que atienden proporcionar un entorno de apoyo y comprensión, ofrecer programas de apoyo psicológico y social que fortalezcan las habilidades de afrontamiento y la autoeficacia. Facilitar la construcción de redes de apoyo social. Promover la expresión emocional saludable y la búsqueda de significado en las experiencias traumáticas.

3.3. Autoestima

3.3.1. Concepto de autoestima

De acuerdo a la revisión de varias investigaciones sobre violencia hacia la mujer, la autoestima juega un papel importante en la probabilidad de ser víctima de violencia, entre

menos nivel de autoestima posea, es más vulnerable de ser agredida en la relación de pareja (Moral, et al., 2017).

El padre de la Psicología Norteamericana Williams James en su libro Principios de la Psicología, cuya primera edición se publicó en 1890, dio el primer intento de definir la autoestima en base a tres componentes: Nuestro estilo de pensar, sentir y actuar; el yo social; y el yo material. (Fierro, 2013)

Sin embargo, numerosas investigaciones psicopedagógicas sobre la autoestima destacan su decisiva importancia para el pleno desarrollo del potencial dinámico de la persona. Para Branden (1997) tener autoestima positiva es el requisito fundamental para una vida plena.

Para Maslow (1943) es una teoría sobre la autorrealización, afirma que cada uno de nosotros posee una naturaleza interior, menciona las necesidades humanas.

Rogers (1967) entiende que cada persona posee un yo positivo, único y bueno. El verdadero yo con frecuencia permanece oculto y enmascarado, sin poder desarrollarlo.

Asimismo, Cortes et al.,(2001) define autoestima como “la organización relativamente estable y duradera de creencias, opiniones, percepciones y conocimientos y de valoraciones que cada cual tiene sobre sí mismo, cargada de afectos, sentimientos y emociones, que orienta o dirige nuestra conducta de manera consistente y coherente” (Cortes et al.,2001, p19)

De manera similar Bonet (1997) sostiene que la autoestima es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas hacia nosotros mismos, hacia nuestra manera de ser, y hacia los rasgos de nuestro cuerpo y nuestro carácter. Para André et al., (2009) la autoestima es la evaluación que el individuo hace y mantiene por costumbre sobre sí mismo, expresa una actitud de aprobación e indica el grado en el que el individuo se cree capaz, importante, exitoso y valioso, es decir es el juicio personal de valor que se expresa en las actitudes que el individuo mantiene de sí mismo.

Por otro lado, Rosenberg (1975) entiende a la autoestima como un fenómeno actitudinal creado por fuerzas sociales y culturales. La define como la totalidad de los

pensamientos y sentimientos de la persona con referencia a sí misma como objeto. Además de la autoestima, la autoeficacia y la auto-identidad son una parte importante del concepto de sí mismo.

El nivel de autoestima puede influir en las relaciones interpersonales con amigos, familia o cónyuges; esta puede ser positiva, en cuanto a la flexibilidad de pensamiento que se posea y la adaptación y afrontamiento a nuevas experiencias; y negativa relacionada al temor a lo nuevo y al comportamiento hostil de otros (Branden, 1995).

Además, la autoestima puede clasificarse en alta, media y baja: las personas con autoestima logran tener éxito en las distintas esferas de la vida, y poseen mayores expectativas; por su parte la autoestima media, se propone alcanzar objetivos medianos ligada a la aprobación de otros; y la baja autoestima se caracteriza por desánimo, poco optimismo, carencia de herramientas internas para afrontar las presiones diarias y dependencia (Branden, 1995).

Igualmente, Navarro et al., (2017) en la ciudad de Puebla realizaron un estudio en mujeres que habían sido víctimas de violencia de pareja pertenecientes a una tribu indígena, la investigación fue cuantitativa de tipo descriptivo correlacional, con diseño no experimental transversal. La muestra estuvo conformada por 386 mujeres de 25 a 45 años de edad seleccionadas aleatoriamente; los instrumentos utilizados fueron la escala de autoestima Rosenberg y la escala de violencia e índice de severidad, con el objetivo de conocer la relación de la autoestima y violencia de pareja, en el cual se halló que ante conductas violentas el 43% de las mujeres presentaron autoestima baja, y el 70% recibieron violencia sexual por parte de su pareja, seguido de violencia física y psicológica

3.3.2. Impacto de la Violencia Intrafamiliar en la Autoestima

La violencia intrafamiliar tiene un impacto significativo en la autoestima de las mujeres víctimas:

Desvalorización. Las víctimas suelen ser objeto de insultos, críticas y menosprecios por parte del agresor, lo que socava su autoestima.

Culpabilización. Las mujeres a menudo se culpan a sí mismas por la violencia que experimentan, lo que puede generar sentimientos de baja autoestima.

Aislamiento. La violencia intrafamiliar puede llevar al aislamiento social, lo que disminuye las oportunidades de refuerzo positivo de la autoestima.

Ciclo de la Violencia. El ciclo de la violencia puede perpetuar la sensación de falta de control y baja autoestima

3.3.3. Elementos que conforman la autoestima.

Según Hertzog (1980, como se citó en Machuca y Melendez, 2018) los conceptos de autoimagen, autoevaluación y autoconfianza se consideran claves para entender el proceso de la autoestima, ya que éstos son los componentes que conllevan a la estimación propia.

Autoimagen. La autoimagen es el “retrato” que la persona tiene de sí misma, siendo esta visión fidedigna, o sea, una imagen real del individuo. Esta capacidad de verse a sí mismo como es sea malo o bueno, considera un proceso de toma de conciencia, pensamientos, conjunto de razonamientos, motivaciones de los deseos, sentimientos, debilidades, virtudes y otros, para obtener una autoimagen y un auto concepto realista. Las afirmaciones que puede tener el individuo al momento de verse a sí mismo como es.

Autoevaluación. La autoevaluación es valorarse como una persona importante para sí y para los demás. Cuando la persona tiene una buena autoimagen es porque valora positivamente lo que ve y tiene fe en su competitividad. Por el contrario, cuando la persona tiene una autoimagen dañada es por la autoevaluación negativa que posee acerca de sí, lo que afecta la capacidad de quererse y conocer sus virtudes.

Autoconfianza. La autoconfianza consiste en considerarse capaz de realizar diferentes cosas de manera correcta. Esta convicción interna permite al individuo sentirse tranquilo al momento de enfrentar retos y provoca cierta independencia frente a la presión que pueda ejercer un grupo. Una persona que no confíe en sí misma es insegura y conformista, lo que se une a la impotencia e incapacidad para realizar tareas nuevas. Las afirmaciones que realiza el individuo al momento de enfrentar un reto pueden ser ¡puedo hacerlo! o ¡no puedo hacerlo!.

3.3.4. Fortalecimiento de niveles de autoestima

La recuperación de estas mujeres supone no sólo la desaparición de violencia de su vida, sino la reconstrucción de su vida personal y social con libertad, independencia y calidad,

incluyendo tres dimensiones: la clínica (que incluye la salud psicológica); la social (autonomía de decisión, de tiempo, laboral, económica y de vivienda, red social independiente y de apoyo); y la dimensión relacional y emocional. (Roca y Masip 2011)

La autoestima de las mujeres víctimas de violencia de género se ve seriamente dañada en una relación en la que es constantemente descalificada por su agresor con el fin de minarla psicológicamente (Lagarde 2000).

Por una parte, las repetidas descalificaciones y agresiones verbales del agresor van generando en la mujer una autoevaluación negativa, por otra, el aislamiento social que acompaña a la mayoría de situaciones de maltrato, priva a la mujer de contactos sociales que le permitan mejorar esa autoimagen. Este nivel de autoestima relativamente bajo refleja una sensación de fracaso personal, unida a una visión negativa del mundo: El mundo, en especial el TFM “Creciendo juntas”. Eugenia Lafuente Bolufer 19 íntimo, no es un lugar seguro, ellas no son personas competentes para lidiar con él, y quizá son las culpables de lo vivido (Rincón et al. 2004).

Esta misma autora plantea la necesidad de mejorar los programas de tratamiento desarrollados para este tipo de víctimas, en los que considera necesario incluir técnicas para mejorar el estado de ánimo y la autoestima, también aquellas que potencien el desarrollo de habilidades para enfrentarse a la vida cotidiana y lograr una mejor adaptación social, y, por último, el desarrollo de una red social.

3.3.5. Clasificación de la autoestima:

Los niveles de autoestima determinan nuestra conducta ante problemas u otro tipo de situaciones, visto desde este enfoque podemos concluir que el estado de nuestra autoestima influye en nuestra vida diaria (Mackay y Fanning, 1991).

Podemos clasificar la autoestima en:

Baja autoestima. Todos tenemos en el interior sentimientos no resueltos, aunque no siempre seamos conscientes de estos. Los sentimientos ocultos de dolor suelen convertirse en enojo, y con el tiempo volvemos el enojo contra nosotros mismos, dando así lugar a la depresión.

Alta autoestima. Alguien con una buena autoestima no necesita competir, no se compara, no envidia, no se justifica por todo lo que hace, no actúa como si “pidiera perdón por existir”, no cree que está molestando o haciendo perder el tiempo a otros, se da cuenta de que los demás tienen sus propios problemas en lugar de echarse la culpa “por ocasionar molestias”. (Mackay, M. & Fanning, 1991)

La autoestima positiva no es competitiva ni comparativa. Está constituida por dos importantes sentimientos: la capacidad (de que se es capaz) y el valor (de que se tiene cualidades). Esta actitud deriva en la confianza, el respeto y el aprecio que una persona pueda tener de sí misma.

3.3.6. Modelo de Stanley Coopersmith

Stanley Coopersmith define la autoestima como la evaluación que realiza un individuo sobre sí mismo, expresando una actitud de aprobación o desaprobación e indica la medida en que el individuo se cree capaz, significativo, con éxito y merecedor. En síntesis, “la autoestima es un juicio que realiza el individuo sobre el merecimiento, que se expresa en la actitud que mantiene este hacia sí mismo. Es una experiencia subjetiva que el individuo transmite en forma verbal o mediante la conducta.” (Castanyer, 1967, p. 6)

3.3.7. Factores que influyen en la formación de la autoestima.

Según Aguirre (2012) el concepto de uno mismo se desarrolla poco a poco a lo largo de la vida, cada etapa aporta en mayor o menor grado, experiencias y sentimientos, que dan como resultado una sensación general de valía e incapacidad.

Familia. La formación de la autoestima depende del ambiente familiar y de los estímulos que se brindan, es aprender a querer y respetar, es algo que se construye o reconstruye por dentro.

Comunicación. La autoestima está relacionada con la comunicación en el ámbito familiar, porque según como se diga algo, el efecto es positivo o negativo, de aprendizaje o de resentimiento, que se transmite desde la infancia hacia el futuro.

Sociedad. Cumple una función muy importante para la persona, ya que, a partir de la cultura de ésta, la familia adopta diferentes pautas o formas de vida que son transmitidos a los miembros y determinan o ayudan a formar la personalidad de cada uno, y tienen a esta

como modelo social. En la sociedad, la autoestima de una persona está en cierta medida, ligada a lo que hace para ganarse la vida. Los criterios mediante los cuales las personas se evalúan a sí mismas son culturales, algunos de estos criterios son, si se es gordo o delgado, lindo o feo, blanco o negro, rubio o moreno, si se tiene la capacidad para luchar, si es honesto, si tiene capacidad para soportar el dolor o de manipular a los demás. Toda persona se ve a sí misma desde el punto de vista de los grupos en que participa y todo aquello que piensen de uno influye positiva o negativamente en la personalidad o forma de pensar.

3.4. Inteligencia Emocional

3.4.1. Concepto de Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional con profundidad hace referencia a la inteligencia y motivación, los estados de conciencia y la actividad social, se define como inteligencia emocional a la “capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar bien las emociones en nosotros mismos y en nuestras relaciones. Describe aptitudes complementarias, pero distintas, de la inteligencia académica, las habilidades puramente cognitivas por el Cociente Intelectual”. (Goleman, 2003, p.1)

Goleman (1996, como se cito en Chavez y Zamora, 2017) definen algunas de las emociones llamadas emociones primarias

Ira: Furia, ultraje, resentimiento, cólera, exasperación, indignación, aflicción, acritud, animosidad, fastidio, irritabilidad, hostilidad y, tal vez en el extremo, violencia y odio patológicos.

Temor: Ansiedad, aprensión, nerviosismo, recelo, celos, preocupación, consternación, inquietud, cautela, incertidumbre, pavor, miedo, terror; en un nivel psicopatológico, fobia y pánico.

Tristeza: Congoja, pesar, melancolía, pesimismo, pena, soledad, autocompasión, frustración, abatimiento, desesperación y, en casos patológicos, depresión grave.

Disgusto: Desprecio, desdén, menosprecio, aborrecimiento, aversión, repulsión.

Vergüenza: Culpabilidad, molestia, disgusto, remordimiento, humillación, arrepentimiento, mortificación y contrición

Placer: Felicidad, alegría, alivio, contento, dicha, deleite, diversión, orgullo, placer sensual, estremecimiento, embeleso, gratificación, satisfacción, euforia, extravagancia, éxtasis y, en el extremo, manía.

Sorpresa: Conmoción, asombro, desconcierto.

Repugnancia: Antipatía, asco, repulsión

De acuerdo con Trujillo y Rivas (2005) el concepto de inteligencia emocional nace de la necesidad de dar respuesta a la pregunta: ¿por qué hay personas que se adaptan mejor que otras a diferentes situaciones de la vida diaria?, destacando que se requieren de cinco meta habilidades que corresponden a competencias de

- conocimiento de las propias emociones
- capacidad para controlar emociones
- capacidad de motivarse a sí mismo
- reconocimiento de emociones ajenas
- control de las relaciones” (como se citó en Gualdrón, 2020, p. 13)

3.4.2. Habilidades de la inteligencia emocional

Goleman (1966) describe los cinco componentes de la inteligencia emocional, que a continuación se desglosarán:

Autoconciencia. Sólo quien aprende a percibir las emociones, a tomar conciencia de ellas, a etiquetarlas y aceptarlas, pueden dirigirlas en su beneficio.

Autocontrol. Se debe recordar que las emociones básicas como el hambre, la sed, miedo, ira, la sexualidad son parte del equipamiento emocional básico y la forma de manejarnos depende de nosotros. El autocontrol permite ser capaz de soportar las tormentas emocionales en vez de sucumbir ante ellas.

Automotivación o aprovechamiento emocional. Para esto se debe destacar algunos aspectos como ser: la fuerza de voluntad, el optimismo y a un discurso permanentemente positivo: el éxito sería más probable cuando tenga identificado un desafío, cuando este haya sido evaluado, tenga la certeza de ser evaluado y tenga la certeza de que se pueda resolver.

Empatía. Las capacidades previas son las que nos ayudan para la empatía ya que sólo conociendo y aprendiendo nuestras emociones y auto motivándonos podemos aprender a percibir los que los demás sienten, ser capaz de ponernos en lugar de la otra persona.

Habilidad Social. Cuando hemos logrado empatía estamos listos para tener competencia social. Para ellos es necesario crear un ambiente agradable para la conversación, saber escuchar y motivar a los demás, moderar los conflictos, contemplar los problemas desde distintas formas perspectivas y reconocer los sistemas de relación e interacción de los grupos. Cuando alguien tiene buena inteligencia emocional es quien:

“Es capaz de reconocer y de manejar todo lo que pueden ser las emociones de tipo negativo que experimente, tiene mayor capacidad de relación con los demás, porque cuenta con la ventaja de que consigue entenderlos al ponerse en sus posiciones, logra utilizar las críticas como algo positivo, ya que las analiza y aprende de ellas, es alguien que precisamente por tener esa inteligencia emocional y saber encauzar convenientemente las emociones negativas, tiene mayor capacidad para ser feliz, cuenta con las cualidades necesarias para hacer frente a las adversidades y contratiempos, para no venirse abajo” (Alviárez y Pérez, 2009, p. 98)

Desde el modelo epistémico de Bar-On, la Inteligencia Emocional es definida como “un conjunto de capacidades, competencias y habilidades cognitivas y no cognitivas, que influyen la habilidad propia de tener éxito al afrontar aspectos del medio ambiente” (Brito, 2019, p 3)

3.4.3. Modelo de Inteligencia Emocional de Bar-On

Bar-On (1990, como se citó en Brito, 2019) presenta el siguiente modelo que componen la inteligencia emocional.

Componente de Inteligencia Intrapersonal.

Autoconcepto: Representa la capacidad del individuo de mirar hacia su mundo interior, de percibirlo, comprenderlo y aceptarlo con precisión, generando un proceso de autoaceptación y auto respeto, esta habilidad está directamente relacionada con la autoconciencia, con el conocimiento y apropiación de deberes y derechos.

Autoconciencia emocional: Este factor se define como la capacidad de ser conscientes, identificar y comprender las emociones propias, saber lo que está sintiendo y su origen. Éste es probablemente el componente factorial más importante de la inteligencia emocional-social y se asocia de manera integral con otros factores importantes de la IE.

Asertividad / autoexpresión emocional: Este factor es muy importante y representa la capacidad para expresar de manera efectiva y constructiva tanto los sentimientos de sí mismo, pensamientos, como sus opiniones cognitivas.

Independencia: Es la capacidad de ser autosuficiente y libre de la dependencia emocional de los demás y ser autodirigido por el pensamiento propio. Representa la capacidad de funcionar de forma autónoma frente a la necesidad de protección y apoyo de los demás. Significa tener un grado de fortaleza interior, que fomente la autoconfianza y el deseo de cumplir con las expectativas y obligaciones sin convertirse en esclavos de ellos.

Autorrealización: Es la capacidad para establecer metas personales y el impulso para alcanzarlas a fin de elevar y actualizar el potencial propio interno. Se manifiesta participando en actividades que pueden conducir a una vida significativa, rica y plena, es un proceso continuo de esfuerzo hacia el máximo desarrollo de las competencias, habilidades y talentos.

Componente de Inteligencia Interpersonal:

Empatía: Es la capacidad de conocer y entender cómo se sienten los demás y ser sensible ante las necesidades del otro, de leer emocionalmente a otras personas y de captar pistas emocionales. Este factor de IE es fundamental para lo que se conoce como “conciencia social” y para que la persona sea un miembro confiable de un grupo, además de responsable y leal. Implica poner los intereses de los demás por delante de los propios cuando es necesario y ser un jugador de equipo cooperativo, colaborador y digno de confianza.

Responsabilidad Social: Se define como la capacidad del individuo para identificarse con los grupos sociales, entre amigos, en el trabajo y en la comunidad, así como con los demás de una manera constructiva y colaboradora. Las personas socialmente responsables poseen “conciencia social” y una preocupación básica por los demás y poder asumir responsabilidades orientadas hacia el grupo y la comunidad, así como mantener principios, reglas y normas sociales comunes para el grupo.

Relaciones Interpersonales: Es la capacidad para establecer y mantener relaciones mutuamente satisfactorias y relacionarse bien con los demás. Se caracteriza por dar y recibir calidez, afecto y transmitir intimidad cuando sea apropiado, se asocia con la conveniencia de cultivar relaciones amistosas y de sentirse a gusto y cómodo en tales relaciones y de poseer expectativas positivas con respecto a la interacción social.

Componente de Manejo del Estrés:

Tolerancia al Estrés: Este factor es definido como la capacidad de manejar las emociones de manera efectiva y constructiva, se trata de poder resistir y lidiar con los eventos adversos y las situaciones estresantes sin abrumarse al enfrentar de forma activa y positiva el estrés, que permita resolver problemas en momentos de alta presión.

Control de los Impulsos: Es la capacidad de resistir o retrasar un impulso o tentación de actuar; asume la capacidad de aceptar los impulsos agresivos, así como controlar el comportamiento hostil y potencialmente irresponsable.

Componente de Adaptabilidad:

Prueba de la Realidad: Se entiende como la capacidad para validar objetivamente los sentimientos propios y pensar con la realidad externa. Probar el grado de correspondencia entre lo que se experimenta y lo que realmente existe, implica una búsqueda de evidencia objetiva para confirmar sentimientos, percepciones, cogniciones, pensamientos y creencias.

Flexibilidad: Este factor se basa en la capacidad para adaptar y ajustar los sentimientos, pensamientos y comportamiento a las nuevas situaciones y condiciones del medio. Se refiere a la capacidad general para adaptarse a circunstancias dinámicas, impredecibles e inusuales.

Resolución de Problemas: Significa resolver con eficacia problemas de naturaleza personal e interpersonal. Es una habilidad de naturaleza multifásica e incluye la capacidad de pasar por el siguiente proceso que va desde a detección de un problema, desarrollar la confianza, evaluar el problema y definir opciones de resolución hasta la toma de decisión final.

Componente del Estado de Ánimo en General:

Optimismo: Se define como la capacidad de mantener una actitud positiva y esperanzada hacia la vida incluso frente a la adversidad. Es un enfoque positivo y alentador para la vida diaria y un factor de motivación muy importante en todo lo que se hace.

Felicidad: Este factor se define como la capacidad del individuo de sentirse satisfecho consigo mismo, con los demás y con la vida en general. Esto es, esencialmente, la capacidad de sentirse satisfecho con la vida propia, disfrutar de los demás y divertirse. En este contexto, la felicidad combina la autosatisfacción, la satisfacción general y la capacidad de disfrutar la vida.

3.4.4. Control de la inteligencia emocional

El control de la inteligencia emocional tiene como objetivo de entender y controlar nuestras emociones que nos van surgiendo en nuestro día a día y que generan una serie de respuestas en nuestro cuerpo. Nuestro control emocional nos puede ayudar en lo siguiente:

- El control emocional nos ayuda a gestionar mejor nuestros problemas y a solucionarlos de forma más efectiva.
- El control emocional nos ayuda a disminuir el desgaste psicológico que nos produce el día a día y hacer frente de forma adecuada a las dificultades que van apareciendo en nuestra vida cotidiana.
- El control emocional nos permite controlar nuestros sentimientos y emociones y manejarlos de forma adecuada.
- El control emocional nos permite potenciar nuestra autoestima, nuestro orgullo y nuestra sensación de logro y éxito en la vida.
- El control emocional nos da una sensación muy grata de autonomía y seguridad, así como de percepción de tener el control de la situación.
- El control emocional estimula las relaciones interpersonales y permite que estas sean gratificantes y nutritivas.
- El control emocional nos permite mejorar nuestro rendimiento en distintos ámbitos, no solo en el laboral, sino también en el académico, el personal, el deportivo.

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 utilizando todas nuestras competencias que se encuentran dentro de la inteligencia emocional, gracias a la cual conoceremos de forma honesta y sincera nuestras aptitudes intrapersonales e interpersonales, entre las cuales están nuestra capacidad de autocontrol, empatía, autoconocimiento, habilidades sociales y motivación.

Es muy importante que las mujeres que sufrieron violencia intrafamiliar tengan manejo de sus propias emociones; no se trata de que las reprimamos, sino de que las identifiquemos y reconozcamos, así como de tener la capacidad de darles un significado y gestionarlas de forma adaptativa y adecuada. (Sanchez y Yague, 2021)

3.4.5. Inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar

La inteligencia emocional en las mujeres las características emocionales que presentan es porque sufrieron algún tipo de violencia pueden presentar diversas denominaciones, esto puede depender del investigador o el enfoque (Bosch y Ferrer, 2010). Sin embargo, las más relevantes son:

- La independencia emocional.
- Toma de conciencia sobre la magnitud del problema.
- Desarrollo de la capacidad de reconocer y atender señales internas.
- Reconocer cómo los propios sentimientos afectan su comportamiento ante un acto violento.
- Se enfoca sobre los aspectos de persuasión.
- Manejo del conflicto.
- Posee una percepción, expresión y valoración positivas de sus emociones y sobre la de los demás.

Los diferentes estudios empíricos han demostrado que la inteligencia emocional se encuentra asociada al bienestar psicológico y que representa un factor protector de ciertas conductas de problemas como lo son: la impulsividad, la violencia y el desajuste de las emociones. La inteligencia emocional y la violencia en mujeres El valor conceptual que

adquiere la inteligencia emocional, para la sociedad actual, se contextualiza en perspectivas estereotipadas. La cual conllevan a la mujer a desarrollar capacidades que le permita alcanzar altos niveles de independencia afectiva delante su hombre, posiblemente, maltratador (Blázquez, et al., 2010).

Sin embargo, existen teorías que explican que la raíz de la violencia de género se encuentra en la transmisión generacional que la hace más sesgada. Por otro lado, se han omitido algunos ámbitos sociales que influyen en el desarrollo del individuo como lo es el sistema de valores culturales, morales y las creencias. La inteligencia emocional ha venido evolucionando en el contexto investigativo, organizacional y académico. Lo que conduce a pensar que puede existir una posible expansión al campo de la pareja. Lo que quiere decir, que la concepción de la inteligencia emocional goza de gran aceptación por la comunidad científica

Los acontecimientos históricos presuponen a una mujer de carácter sumiso y dependiente; lo que conlleva a entender que existen dos variables relevantes que fortalecen los cimientos de la desigualdad, los cuales son el género y la edad. Por lo que “ya no causa sorpresa el hecho que las mujeres y ancianos sean los más vulnerables a ser víctimas de violencia”. (Freire, 2019, p.4)

3.4.6 Relación entre inteligencia emocional y violencia intrafamiliar en mujeres

Se ha demostrado que las mujeres que tienen una alta inteligencia emocional tienen una mayor capacidad para enfrentar y manejar situaciones difíciles, incluyendo la violencia intrafamiliar. Según Brackett y Mayer (2003), la inteligencia emocional puede ayudar a las mujeres a reconocer y regular sus emociones en situaciones de estrés, lo que les permite tomar decisiones más efectivas y reducir el riesgo de victimización.

Por otro lado, las mujeres que tienen una baja inteligencia emocional pueden tener dificultades para manejar situaciones estresantes, incluyendo la violencia intrafamiliar.

CAPITULO IV
METODOLOGÍA

CAPITULO IV. METODOLOGÍA

4.1. Área a la Cual Pertenece la Investigación.

La investigación corresponde al área de estudio de la **Psicología Clínica** debido a su enfoque en el estudio de variables psicológicas específicas en un grupo de población que ha experimentado situaciones de violencia traumática. A la vez, el estudio involucra la recopilación de datos a través evaluaciones psicológicas para medir la resiliencia, la autoestima y la inteligencia emocional de las mujeres afectadas. La psicología clínica se centra en comprender, evaluar y tratar problemas emocionales y mentales, y en este caso, la investigación busca identificar como la relación de estos constructos psicológicos pueden influir en el bienestar de las mujeres víctimas de violencia. “La Psicología Clínica es un campo de especialización de la Psicología que aplica los conocimientos y técnicas de ésta al estudio del comportamiento anómalo, aquél que supone algún trastorno para la propia persona y/o para otros. El estudio del comportamiento por parte de la Psicología Clínica se interesa en establecer un psicodiagnóstico” (Duro, 2003. p. 2)

4.2. Tipificación de la Investigación

De acuerdo al proposito de la investigación planteada, corresponde a un estudio de tipo **teórico** ya que la finalidad de este estudio fue la de generar fundamentación teórica acerca de la relación que existe entre las capacidades resilientes, autoestima e inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia.y comprender de esta manera este fenomeno como una problemática social Tarijeña.

El alcance del presente trabajo de investigación constituye un estudio **Exploratorio**. Si bien existen muchas investigaciones sobre violencia intrafamiliar, en la actualidad no se conoce de estudios que se hayan desarrollado a partir de las variables resiliencia, autoestima e inteligencia emocional. Un estudio exploratorio “se realizan cuando el objetivo es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado, del cual se tienen muchas dudas o no se ha abordado antes. Es decir, cuando la revisión de la literatura reveló que tan solo hay guías no investigadas e ideas vagamente relacionadas con el problema de estudio, o bien, si deseamos indagar sobre temas y áreas desde nuevas perspectivas.” (Hernández, et al., 2010, p. 79). Además, este estudio se considera como un estudio exploratorio porque busca

explorar y comprender las relaciones entre los diferentes factores, donde se pretende explorar cómo se relacionan con las experiencias de violencia intrafamiliar y cómo estos factores pueden afectar su recuperación emocional.

La investigación comprende también un estudio **transversal** porque “recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único.” (Hernández et al., 2010, p. 151). Esta técnica de investigación es una forma de recolectar datos en un sólo momento y se utiliza para medir las relaciones entre variables en un momento específico.

A la vez, la investigación planteada se sitúa dentro de un área de estudio del tipo **descriptivo y correlacional**. Descriptivo dado que es un “estudio observacional, en los cuales no se interviene o manipula el factor de estudio, es decir se observa lo que ocurre con el fenómeno en estudio en condiciones naturales” (Salinero, 2004) de nuestras variables; resiliencia, autoestima e inteligencia emocional. En un segundo momento, el estudio llevará a cabo un análisis correlacional de los datos recopilados. Esto permitirá explorar las relaciones entre las variables y obtener información detallada acerca de la naturaleza de estas relaciones. La realización de este análisis es crucial para una investigación rigurosa y confiable. Una correación “significa que una varía cuando la otra también varía (la correlación puede ser positiva o negativa). Si es positiva quiere decir que sujetos con altos valores en una variable tenderán a mostrar altos valores en la otra variable” explica también que “Si es negativa, significa que sujetos con altos valores en una variable tenderán a mostrar bajos valores en la otra variable” (Hernández et al. 2010, p. 73)

Los resultados de la presente investigación tendrán un tratamiento bajo el **enfoque de tipo mixto** que combine tanto métodos cuantitativos como cualitativos: Por un lado, los métodos **cuantitativos** se utilizarán para recopilar y analizar datos cuantificables, como puntajes en pruebas psicológicas o encuestas estructuradas. Esto permitiría obtener datos objetivos y medibles sobre los niveles de resiliencia, autoestima e inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia, lo que puede ser útil para establecer patrones y tendencias en la población estudiada.

Por otro lado, los métodos **cualitativos** pueden emplearse para obtener información más profunda y detallada sobre las experiencias subjetivas de las mujeres, como sus emociones, percepciones y vivencias. Esto puede ser útil para comprender la complejidad de

los procesos psicológicos y emocionales que influyen en la recuperación de estas mujeres y para identificar factores de resiliencia que pueden no ser detectables mediante métodos cuantitativos.

Además, la combinación de ambos enfoques metodológicos puede permitir una triangulación de datos, es decir, la comparación y validación de los resultados obtenidos mediante diferentes métodos, lo que puede mejorar la validez y fiabilidad de los hallazgos.

4.3. Población y Muestra

4.3.1. Población

La población que conformó la presente investigación fueron mujeres víctimas de violencia intrafamiliar y que asistieron a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la ciudad de Tarija. Es importante mencionar que la población de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar fue de difícil acceso, debido a la problemática delicada, la ética profesional, la voluntad de las mujeres y las posibles consecuencias para su seguridad y privacidad. Por lo tanto, se debe garantizar la confidencialidad de la información y la seguridad de las participantes en el estudio. Además, se han seguido protocolos éticos para el trabajo con poblaciones vulnerables, asegurándose de obtener el consentimiento informado de las participantes y de respetar su autonomía y dignidad.

4.3.2. Muestra

La muestra estuvo compuesta por 60 mujeres mayores de 18 años que han sido identificadas como víctimas de violencia intrafamiliar y que recibieron apoyo en la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia en la ciudad de Tarija. Se seleccionarán participantes que sean mayores de 18 años, casadas, solteras, divorciadas o en concubinato.

Se optó por utilizar un método de muestreo no probabilístico por conveniencia. Este tipo de muestreo se suele elegir por su accesibilidad y facilidad de obtención de los participantes, lo que es adecuado considerando la situación delicada en que se encuentra la población de estudio y la dificultad de acceso a una muestra representativa de mujeres que atraviesan una situación de violencia intrafamiliar.

“El muestreo por conveniencia permite seleccionar participantes de manera intencional, basándose en la disponibilidad y voluntad de participar en la investigación”

(Bordens et al., 2011 pag. 132) cumpliendo con criterios de selección específicos. Este método no implica una selección aleatoria, sino que proporciona una forma práctica y ética de recolectar datos significativos para el análisis correlacional de resiliencia, autoestima e inteligencia emocional en este grupo en particular.

Cuadro N° 1

Grupos etareos	f	%
20 a 30 años	20	33%
31 a 45 años	30	50%
46 o más años	10	17%
Total general	60	100%

Cuadro N° 2

Estado civil	f	%
Casada	12	20%
Concubinato	25	42%
Divorciada	8	13%
Soltera	15	25%
Total general	60	100%

4.4. Métodos, Técnicas Instrumentos y Materiales.

4.4.1 Métodos

A continuación, se describen los métodos que se utilizaron en la investigación

- **Métodos teóricos.** Para desarrollar las ideas teóricas y para entender los resultados, utilizamos el método de análisis para desglosar y examinar la información, y luego el método de síntesis para integrar y dar sentido a los hallazgos. El método de **análisis** permitió descomponer los constructos clave de la investigación, es decir, la resiliencia, la autoestima y la inteligencia emocional. Esto ha permitido un análisis exhaustivo de cada variable de manera individual, identificando sus características, patrones y efectos en las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar. El análisis ayudó a comprender a profundidad cada variable, proporcionando una base sólida para la investigación. Por otro lado el

metodo de **síntesis** se utilizó para reconstruir y combinar la información realizada del análisis de las variables para el analisis e interpretación de resultados. Este proceso permitió examinar cómo estas variables interactúan y se relacionan entre sí en el contexto de las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar en Tarija. La síntesis facilitó la creación de una comprensión global de la dinámica psicológica en esta población, ayudando a identificar patrones emergentes y conexiones significativas entre las variables estudiadas.

El método de análisis y síntesis “parte de entender el análisis como el procedimiento mental que descompone lo complejo en sus partes, permitiendo la división mental del todo en sus múltiples relaciones; y la síntesis como la unión entre las partes analizadas, descubriendo las relaciones y características generales entre ellas, lo cual se produce sobre la base de los resultados del análisis”. Asimismo, “el proceso investigativo de manera consciente e intencional el análisis y la síntesis deben ocurrir en estrecha unidad e interrelación, en tanto el análisis se debe producir mediante la síntesis” (López y Ramos, 2021, p. 24).

- **Método empírico.** Se utilizó este método para “descubrir y acumular un conjunto de hechos y datos como base para diagnosticar el estado del problema a investigar y/o la constatación o validación de la propuesta a ofrecer en la investigación” (López y Ramos, 2021. p. 26). Fundamentalmente se utilizó el **test psicológico** como método empírico principalmente para la recolección de información a través de la aplicación de los diferentes instrumentos, lo que permitió obtener una base de datos acerca del objeto de estudio. Este método fue útil para integrar la información proveniente de los diferentes instrumentos aplicados, los mismos que permitieron entender mejor el tema.
- **Método deductivo.** Este método fue elegido como enfoque principal de esta investigación debido a su idoneidad para evaluar las relaciones específicas entre las variables de resiliencia, autoestima y inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia en Tarija. La formulación de hipótesis basadas en teorías psicológicas preexistentes permitió un enfoque más enfocado y dirigido hacia la exploración de las relaciones esperadas, brindando una estructura sólida para la recopilación de datos y el análisis estadístico. Este

enfoque deductivo facilitó la confirmación o refutación de las hipótesis y contribuyó a una comprensión más precisa de la dinámica psicológica en este contexto específico.

“Un investigador propone una hipótesis como consecuencia de sus inferencias del conjunto de datos empíricos o de principios y leyes más generales. En el primer caso arriba a la hipótesis mediante procedimientos inductivos y en segundo caso mediante procedimientos deductivos. Es la vía primera de inferencias lógico deductivas para arribar a conclusiones particulares a partir de la hipótesis y que después se puedan comprobar” (Ramos, 2008, p. 7).

- **Método estadístico.** Método que fue utilizado durante el tratamiento de los datos obtenidos mediante el programa EXCEL para la elaboración de la matriz de datos y posterior exportación a SPSS para la generación de cuadros y gráficos. Al mismo tiempo la información recopilada fue obtenida a través de instrumentos de naturaleza psicométrica, compuestos por preguntas cerradas y baremos contruidos en base a las medias poblacionales. Los resultados se presentaron utilizando estadística descriptiva, y se basan en criterios proporcionales para la aceptación o rechazo de las hipótesis.

Para obtener la correlación de variables se hizo uso de una medida estadística que evalúa la fuerza y la dirección de la relación lineal entre dos variables cuantitativas también conocido como “Coeficiente de correlación de Pearson” (r) la cual se obtiene mediante la siguiente fórmula

Una vez obtenido el resultado, para interpretar el coeficiente de correlación se utilizó la siguiente escala de valores.

Cuadro N°3

Valores de coeficiente correlacional

Valor	Significado
-1	Correlación negativa grande y perfecta
-0,9 a -0,99	Correlación negativa muy alta
-0,7 a -0,89	Correlación negativa alta
-0,4 a -0,69	Correlación negativa moderada
-0,2 a -0,39	Correlación negativa baja
-0,01 a -0,19	Correlación negativa muy baja
0	Correlación nula
0,01 a 0,19	Correlación positiva muy baja
0,2 a 0,39	Correlación positiva baja
0,4 a 0,69	Correlación positiva moderada
0,7 a 0,89	Correlación positiva alta
0,9 a 0,99	Correlación positiva muy alta
1	Correlación positiva grande y perfecta

Fuente: (Kazmier, 1990)

4.4.2 Técnicas

El estudio se estructura en base a varias técnicas de investigación para medir variables cognitivas y obtener datos de manera estructurada y objetiva. Dos de estas técnicas son el test psicométrico y la escala de evaluación diagnóstica, ambas estandarizadas y que emplean escalas estructurales para procesar los resultados de manera estadística.

El test psicométrico se define como “un procedimiento estandarizado compuesto por ítems seleccionados y organizados, concebidos para provocar en el individuo ciertas reacciones registrables; reacciones de toda naturaleza en cuanto a su complejidad, duración, forma, expresión y significado” (Villarrol , 2014, p. 265)

1. La Escala. La escala se utiliza para medir variables no cognitivas como actitudes, intereses, preferencias, opiniones, entre otros, y los sujetos deben responder eligiendo, sobre una escala de categorías graduada y ordenada, aquella categoría que mejor represente su posición respecto a lo que se está midiendo. En el estudio, se utilizó la **Escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993)**

2. El inventario. La técnica de inventario es una herramienta útil en la investigación en Psicología Clínica porque permite medir y evaluar diferentes aspectos del funcionamiento psicológico de un individuo. Su uso es común en la evaluación clínica y psicodiagnóstico, así como en la investigación y el desarrollo de tratamientos psicológicos. Se trata de un instrumento de autoinforme que consiste en una serie de preguntas estandarizadas que el sujeto debe responder para proporcionar información sobre sus pensamientos, sentimientos y comportamientos. En nuestro estudio, se utilizó el **Inventario de Inteligencia Emocional BarOn ICE (2003)** y el **Inventario de autoestima de coopersmith versión adultos (1967)**

4.4.3 Instrumentos

❖ Escala de Resiliencia de Wagnild y Young

- a) **Autores.** Wagnild, G. Young, H. (1993).
- b) **Objetivos del instrumento.** Permiten evaluar fiable y válidamente los niveles de adaptación psicosocial frente a eventos de la vida importantes (Assis, et al., 2006, como se citó en Rua, 2011, p. 54).
- c) **Historia de creación y adaptación del instrumento.** 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.

En esta investigación, se utilizó la adaptación de Novella (2002) del test, aplicada a 324 alumnas de 14 a 17 años en el Colegio Nacional de Mujeres “Teresa Gonzales de Fanning” en Lima. Esta adaptación identificó dos factores mediante técnicas estadísticas y demostró una alta consistencia interna (0.875) con correlaciones significativas (0.01) entre los ítems y el test (Novella, 2002, citado en García, 2015).

d) Confiabilidad y validez

Análisis de Confiabilidad. Análisis de confiabilidad: La prueba piloto tuvo una confiabilidad calculada por el método de la consistencia interna con el coeficiente alfa

de Cronbach de 0.89 (Novella, 2002). 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.

Análisis de Validez. La validez concurrente de la Escala de Resiliencia (ER) se respalda mediante correlaciones altas con mediciones bien establecidas relacionadas con la resiliencia. La validez del contenido es a priori, ya que los ítems se seleccionaron basados en definiciones de resiliencia proporcionadas por investigadores, psicometristas y enfermeras. Los ítems están formulados de manera positiva. La validez concurrente se demuestra a través de correlaciones significativas con constructos relacionados con la resiliencia, como depresión (-0.36), satisfacción de vida (0.59), moral (0.54), salud (0.50), autoestima (0.57) y percepción del estrés (-0.67). En términos de la validez, se empleó un análisis factorial en la investigación para evaluar la estructura interna del cuestionario. Se utilizó la técnica de componentes principales y rotación oblimin, que identificó cinco factores no correlacionados entre sí. Aunque previamente se hallaron dos factores, la solución de cinco factores se prefirió debido a su mayor explicación de la varianza (42.358%). Los ítems que componen estos factores se agruparon de manera diferente en comparación con la versión original. El análisis muestra gráficamente cómo los autovalores de los componentes disminuyen a lo largo del proceso.

- e) **Resumen del procedimiento de aplicación y corrección del test.** El test se aplica en un período de aproximadamente 25 a 30 minutos. Consiste en 25 ítems que se califican en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 representa un nivel de desacuerdo, y 7 indica el máximo grado de acuerdo. Todos los ítems se califican de manera positiva, lo que da como resultado puntajes que oscilan entre 25 y 175 puntos.

Criterios de calificación

Puntaje	Nivel de Resiliencia
25 – 120	Escasa Resiliencia
121 – 146	Moderada Resiliencia
147 – 175	Mayor Resiliencia

❖ **Inventario de autoestima de Coopersmith versión adultos**

- a) **Autor** : Stanley Coopersmith
- b) **Objetivo del test.** El objetivo del inventario es evaluar la autoestima en adultos. Este instrumento se utiliza para medir el grado de satisfacción y valoración personal que una persona tiene de sí misma. A través de sus preguntas y escalas, el SEI busca proporcionar una comprensión de la percepción de la autoestima de un individuo en diferentes áreas de su vida y su bienestar emocional en general. El SEI puede ser utilizado en contextos clínicos, de investigación o en programas de desarrollo personal para evaluar y comprender la autoestima de los adultos y su impacto en su salud psicológica y emocional.
- c) **Historia de creación y adaptación del instrumento.** El "Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith (SEI)" es una herramienta diseñada para evaluar la autoestima en individuos. El instrumento fue desarrollado por Coopersmith en 1967 y se utilizó una versión para adultos basada en una prueba de 58 reactivos (items). Su trabajo inicial se centró en la autoestima en niños y adolescentes, lo que resultó en la creación de la versión infantil del SEI. Posteriormente, el instrumento se adaptó para su uso en adultos. La versión para adultos del SEI mantuvo la esencia de evaluar la autoestima, pero las preguntas se ajustaron para abordar las cuestiones específicas relacionadas con la autoevaluación y la percepción de uno mismo en la población adulta.
- d) **Confiabilidad y validez.** La **confiabilidad** del instrumento ha sido evaluada en diferentes estudios, encontrando una confiabilidad test-retest de .80 en mujeres, en períodos de 6 a 58 semanas. En cuanto a la validez del constructo, se han encontrado diferencias significativas entre los grupos de alta y baja autoestima. Además, se ha demostrado la **validez** y confiabilidad del inventario de autoestima de Coopersmith para adultos en población mexicana. También se ha evaluado la validez y confiabilidad del inventario en adolescentes de la provincia de Huallaga, encontrando resultados positivos. En resumen, el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith (SEI) versión adultos es un instrumento confiable y válido para medir la autoestima en población adulta. (Lara, et al., 1993)

e) **Resumen del procedimiento de aplicación y corrección del test.** El inventario se puede administrar de forma colectiva o individual. La duración aproximada de la prueba es de 20 minutos. Está diseñado para ser utilizado en personas de 16 años en adelante.

El inventario consta de 58 reactivos con respuestas dicotómicas. Cada afirmación se puntúa con 0 o 1, dependiendo de si la respuesta es falsa o verdadera, respectivamente. Se suman los puntajes obtenidos en cada afirmación para obtener un puntaje total de autoestima

El puntaje máximo es de 100 puntos. 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) Los puntajes se obtienen haciendo uso de la clave de respuestas se procede a la calificación (JOSUE TEST ha elaborado una plantilla y protocolo para ser utilizado en la calificación individual o grupal). El puntaje 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 respuesta:

Items Verdaderos: 1, 4,5,8,9,14,19,20.

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

Sub Escalas

- I. Si mismo general: (13 ÍTEMS) 1,3,4,7,10,12,13,15,18, 19,23,24,25.
- II. Social: (6 ítems) 2, 5, 8,14,17,21.
- III. Familiar: (6 ítems) 6,9,11,16,20,22.

Intervalos de calificación	
0 a 24	Nivel de Autoestima Bajo
25 a 49	Nivel de Autoestima Medio bajo
50 a 74	Nivel de Autoestima Medio alto
75 a 100	Nivel de Autoestima Alto.

❖ **Inventario de inteligencia emocional de BarOn ICE**

a) **Autor:** Reuven BarOn

b) **Objetivo del Test.** El test BarOn es un tipo de prueba psicotécnica que mide las distintas habilidades emocionales y sociales de un individuo con el objetivo de mejorar determinadas áreas y ayudar a alcanzar el éxito general y mantener una salud emocional positiva.

c) **Historia de creación y adaptación del instrumento.** El Test de Inteligencia Emocional de Bar-On, también conocido como el "Bar-On Emotional Quotient Inventory" (EQ-i) (ICE en español), fue desarrollado por el psicólogo canadiense Reuven Bar-On a principios de la década de 1990. El objetivo principal de Bar-On era medir la inteligencia emocional, que él definió como un conjunto de habilidades y competencias emocionales que influyen en la forma en que las personas perciben, expresan, comprenden y regulan sus emociones, así como en cómo se relacionan con los demás.

Entre las adaptaciones mas importantes encontramos a Ugarriza (2003) por medio del análisis factorial confirmatorio de segundo orden; este modelo es particularmente interesante porque forma la base teórica del inventario de cociente emocional de BarOn que es la medición de la inteligencia emocional más ampliamente utilizada en adultos, que ha servido de base para el desarrollo del BarOn ICE.

Se ha sistematizado la Inteligencia Emocional en cinco principales componentes, que involucran quince factores:

1. **Componente intrapersonal.** Comprensión emocional de sí mismo, Asertividad, Autoconcepto, Autorrealización y Independencia
2. **Componente interpersonal.** Empatía, Relaciones interpersonales y Responsabilidad social
3. **Componente de adaptabilidad.** Solución de problemas, Prueba de la realidad y flexibilidad
4. **Componente del manejo del estrés.** Tolerancia al estrés y Control de impulsos

5. Componente del estado de ánimo en general. Felicidad y Optimismo

d) Confiabilidad y validez.

Confiabilidad. En base a un estudio se reveló la estabilidad del inventario, oscilando los coeficientes entre 0.77 y 0.88. Sobre cuatro tipos de confiabilidad: consistencia interna, media de las correlaciones ítem-ítem, confiabilidad test retest, y además establecieron el error estándar de medición. (Ugarriza, et al., 2004), En su investigación procedieron a realizar el mismo análisis de BarOn y Parker, exceptuando la confiabilidad test-retest. Su muestra normativa peruana fueron niños y adolescentes de Lima metropolitana (N=3374), donde se obtuvo que los coeficientes de consistencia interna van de 0.23 a 0.88, las cuales son respetables.

Validez. Ugarriza et al., (2004) establecieron la validez, mediante un análisis factorial exploratorio (N=9172). Las interrelaciones de las diferentes escalas para las versiones tanto completa como abreviada presentan una correlación existente 0.92, esto indica que las interrelaciones entre las escalas correspondientes muestran una alta congruencia. Utilizaron la validez de constructo de cada una de las escalas con el cociente emocional total va desde baja 0.37 a elevada 0.94 pero todas ellas son significativas al 1%.

e) **Resumen del procedimiento de aplicación y corrección del test.** La aplicación del inventario debe realizarse en un ambiente tranquilo y sin interferencias. Es importante comunicar a los examinados que no hay tiempo límite, consta de una serie de ítems que se responden en una escala tipo Likert.

Puntajes para la calificación del inventario BAR-ON ICE. -Este puntaje ofrece una indicación general de la capacidad emocional del examinado, de cuán exitoso es la persona para manejar las exigencias del entorno y presentar una “Imagen” de su bienestar emocional actual. La siguiente tabla facilita una interpretación lógica y significativa de los puntajes estándares del I-CE.

Puntajes estándares	Pautas de interpretación	
130 y mas	Marcadamente alto	Capacidad emocional muy desarrollada, marcadamente alta. Capacidad emocional inusual.
115 a 119	Alto	Capacidad emocional muy desarrollada; alta, buena capacidad emocional.
86 a 114	Promedio	Capacidad emocional adecuada: promedio
70 a 85	Bajo	Necesita mejoría: baja, capacidad emocional por debajo del promedio.
Menor a 69	Muy bajo	Necesita mejoría: muy baja, capacidad emocional extremadamente por debajo del promedio.

4.5. Procedimientos

Las fases por las que la presente investigación atravesará son las siguientes

Primera Fase: Revisión bibliográfica y contactos con la población. Durante esta fase, se llevó a cabo la recolección y revisión exhaustiva de la literatura relacionada con la Psicología Clínica y el tema de investigación en cuestión. Además, se estableció contacto con la Secretaria Municipal de la Mujer y la Familia ubicado en la ciudad de Tarija, con el fin de obtener la autorización necesaria para aplicar la batería de test psicométricos en la población

Segunda Fase: Selección de los instrumentos. Cada variable fue evaluada mediante un instrumento que contó con validez y confiabilidad, y esté relacionado con los objetivos de la investigación. Los instrumentos seleccionados son los siguientes:

- a) Escala de resiliencia de WAGNILD Y YOUNG
- b) Inventario de Inteligencia Emocional Bar- On
- c) Inventario de autoestima de coopersmith versión adultos

Tercera Fase: Selección de la muestra. Se trabajó con la población total de mujeres que han sido víctimas de violencia intrafamiliar y que asistieron a la Secretaria Municipal de la Mujer y la Familia de la ciudad de Tarija.

Cuarta fase. Prueba Piloto. En esta fase se llevó a cabo la prueba piloto de los instrumentos seleccionados, aplicándolos a una muestra reducida de tres casos. El objetivo de esta prueba fue verificar si los instrumentos cumplen con los objetivos planteados para su utilización en la investigación.

Quinta Fase: Recojo de la información. En esta fase se procedió a aplicar los diferentes instrumentos seleccionados según el orden que corresponda.

Sexta Fase: Procesamiento de la información. Después de aplicar los instrumentos, se realizó la tabulación de la matriz de datos en Excel para su posterior sistematización en el programa SPSS. Los datos se expresaron en porcentajes, frecuencias y cruce de variables. De esta manera, se pudo realizar un análisis e interpretación de los resultados en función de las teorías propuestas en el estudio.

Séptima Fase: Redacción del Informe Final. Se redactó un informe final en el que se expone de forma cuantitativa los datos obtenidos y sus correspondientes cálculos estadísticos. Posteriormente, se realizó una interpretación detallada de los resultados, la cual estuvo estrechamente relacionada con la información presentada en el marco teórico.

CAPÍTULO IV
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE
RESULTADOS

CAPÍTULO V: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

En el presente capítulo se presentan los resultados más relevantes de la investigación "Resiliencia, autoestima e inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la ciudad de Tarija." Estos resultados se obtuvieron a través de la aplicación de diversos instrumentos que se alinean con las variables de estudio y los objetivos específicos de la investigación.

Asimismo, se presenta un análisis objetivo con el propósito de describir y comprender la interacción de las variables resiliencia, autoestima e inteligencia emocional y cómo afectan el bienestar emocional y la capacidad de recuperación de las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar. Los resultados se presentan de manera organizada a través de tablas y gráficos que representan las frecuencias y porcentajes correspondientes a cada variable, incluyendo sus diversas dimensiones.

Para la recolección y procesamiento de los datos, se utilizaron programas como Excel para crear la matriz de datos, la cual posteriormente se exportó a SPSS para su análisis y tratamiento. Los resultados se representan en tablas siguiendo la estructura del diseño metodológico de la investigación. El análisis de los datos se realizó tanto de manera cualitativa como cuantitativa, empleando métodos estadísticos descriptivos y correlacionales. Estos métodos incluyeron la elaboración de tablas de frecuencia y porcentajes para una comprensión detallada de los hallazgos.

Objetivo 1. Establecer el nivel de resiliencia de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la ciudad de Tarija.

Cuadro N° 4

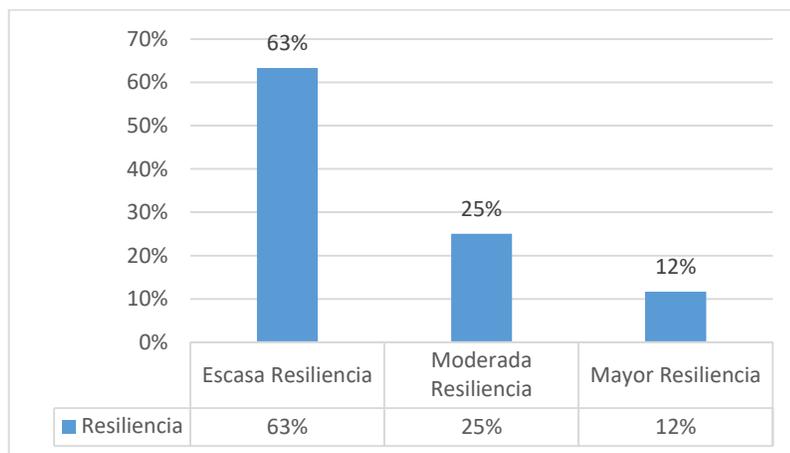
Nivel de resiliencia de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar

Resiliencia	f	%
Escasa Resiliencia	38	63%
Moderada Resiliencia	15	25%
Mayor Resiliencia	7	12%
Total general	60	100%

Fuente: Elaboracion Propia

Grafico N° 1

Nivel de resiliencia de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar



En el estudio sobre la resiliencia en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la Ciudad de Tarija, se observan resultados significativos. De los datos obtenidos, se destaca que el 63% de las participantes presentan una "Escasa Resiliencia", mientras que el 25% muestra una "Moderada Resiliencia" y solamente el 12% exhibe una "Mayor Resiliencia".

Estos resultados reflejan una realidad preocupante en la población estudiada, ya que la mayoría de las mujeres encuestadas experimentan una resiliencia limitada. Esto implica

que estas mujeres con escasa resiliencia pueden enfrentar mayores dificultades para adaptarse y superar las adversidades relacionadas con la violencia intrafamiliar. Estos hallazgos coinciden con investigaciones previas que han demostrado que las víctimas de violencia intrafamiliar a menudo experimentan una disminución en su capacidad de resiliencia debido al trauma y el estrés constante (Smith et al., 2018).

Las posibles razones detrás de esta tendencia podrían estar relacionadas con la duración y la gravedad de la violencia experimentada, así como la falta de acceso a recursos y apoyo psicosocial adecuado. Estudios anteriores han señalado que la exposición crónica a situaciones de violencia puede debilitar la resiliencia al afectar la autoestima y la confianza en uno mismo (Walsh et al., 2014).

Por otro lado, el grupo de mujeres con "Mayor Resiliencia" representa un porcentaje relativamente bajo. Esto podría deberse a la persistencia de las secuelas emocionales y psicológicas de la violencia, lo que hace que sea más difícil para algunas mujeres recuperarse y desarrollar altos niveles de resiliencia. Investigaciones anteriores han indicado que la falta de apoyo social, la baja autoestima y la exposición continua a situaciones de violencia pueden ser factores que dificulten el desarrollo de la resiliencia en estas circunstancias (García-Moreno et al., 2015).

La "Moderada Resiliencia" observada en un cuarto de las participantes podría sugerir que estas mujeres están en un punto intermedio en su proceso de recuperación. Es posible que estén haciendo esfuerzos para adaptarse a sus experiencias pasadas de violencia, pero aún enfrenten desafíos en el camino hacia la plena recuperación. Esta interpretación coincide con la idea de que la resiliencia es un proceso dinámico que puede variar a lo largo del tiempo y que puede influenciarse por factores contextuales y personales (Bonanno, 2004).

En resumen, estos resultados refuerzan la importancia de abordar la violencia intrafamiliar desde una perspectiva integral que incluya apoyo psicológico y social para las mujeres afectadas. Además, destacan la necesidad de intervenciones específicas destinadas a fortalecer la resiliencia de estas mujeres, especialmente aquellas con niveles más bajos de resiliencia. La comprensión de estos resultados puede servir como punto de partida para desarrollar estrategias efectivas de apoyo psicológico y social en el contexto de la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de Tarija.

Cuadro N° 5

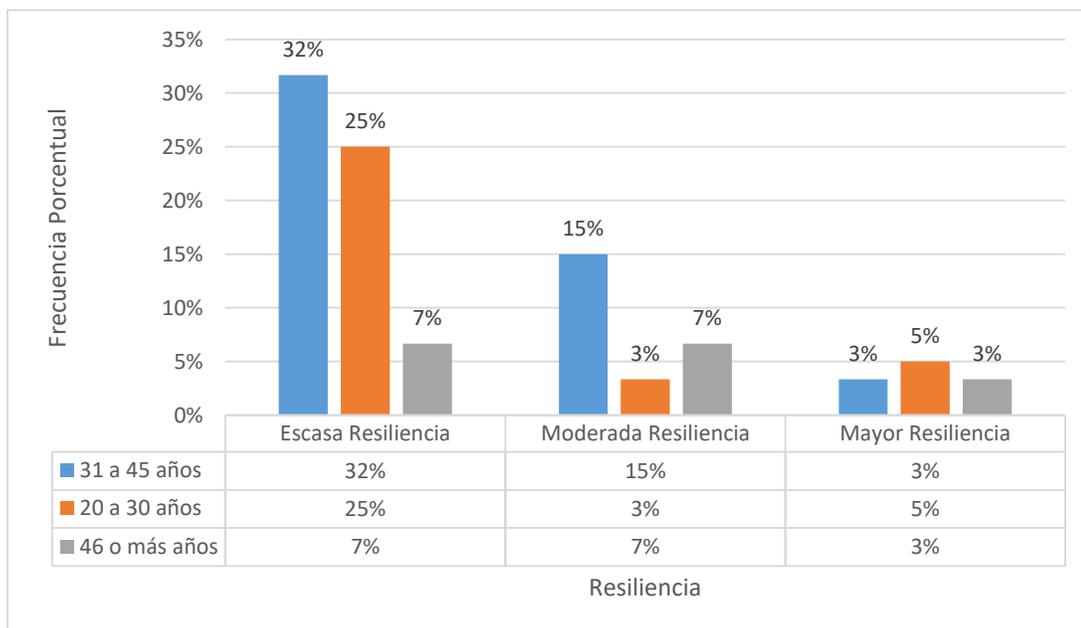
Nivel de resiliencia de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar según su edad

Resiliencia	Edad							
	31 a 45 años		20 a 30 años		46 o más años		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Escasa Resiliencia	19	32%	15	25%	4	7%	38	63%
Moderada Resiliencia	9	15%	2	3%	4	7%	15	25%
Mayor Resiliencia	2	3%	3	5%	2	3%	7	12%
Total general	30	50%	20	33%	10	17%	60	100%

Fuente: Elaboracion Propia

Grafico N° 2

Nivel de resiliencia de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar según su edad



En el análisis de los resultados relacionados con la resiliencia en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar, se destacan algunas tendencias importantes según el grupo de edad. Se observa que las mujeres de entre 31 y 45 años tienen la mayor proporción de "Escasa

Resiliencia" con un 32%, seguidas por las mujeres de 46 o más años con un 7%. En contraste, las mujeres de 20 a 30 años presentan una tasa significativamente más baja de "Escasa Resiliencia" con un 25%.

Estos hallazgos sugieren que las mujeres de mayor edad (31 años o más) pueden estar experimentando una resiliencia más limitada en comparación con sus contrapartes más jóvenes. Esta diferencia podría atribuirse a varios factores, como la duración de la exposición a la violencia intrafamiliar o las experiencias de vida acumulativas. Investigaciones anteriores han señalado que las personas que han enfrentado adversidades a lo largo de sus vidas pueden tener una resiliencia disminuida debido a la acumulación de estrés y traumas (Hildon et al., 2014).

Por otro lado, es relevante notar que las mujeres de 20 a 30 años tienen una proporción significativamente menor de "Escasa Resiliencia" en comparación con las mujeres de 31 a 45 años, lo que podría estar relacionado con la posibilidad de que estas mujeres estén en una etapa de desarrollo más temprana y, por lo tanto, tengan una mayor capacidad para adaptarse a las adversidades.

En cuanto a la "Moderada Resiliencia", se observa que las mujeres de 31 a 45 años tienen la mayor proporción con un 15%, seguidas por las mujeres de 46 o más años y las mujeres de 20 a 30 años, ambas con un 7%. Esto sugiere que las mujeres de mediana edad pueden estar experimentando un equilibrio delicado entre resiliencia y vulnerabilidad, posiblemente debido a las múltiples demandas y responsabilidades que enfrentan en esta etapa de la vida.

En resumen, los resultados revelan diferencias significativas en los niveles de resiliencia entre grupos etareos. Las mujeres de mayor edad muestran una mayor proporción de "Escasa Resiliencia", lo que podría relacionarse con sus experiencias acumulativas de violencia y estrés a lo largo del tiempo. Por otro lado, las mujeres más jóvenes tienen una menor prevalencia de "Escasa Resiliencia", posiblemente debido a su edad más corta. Estos hallazgos subrayan la importancia de adaptar las intervenciones y el apoyo a las necesidades específicas de cada grupo de edad.

Cuadro N° 6

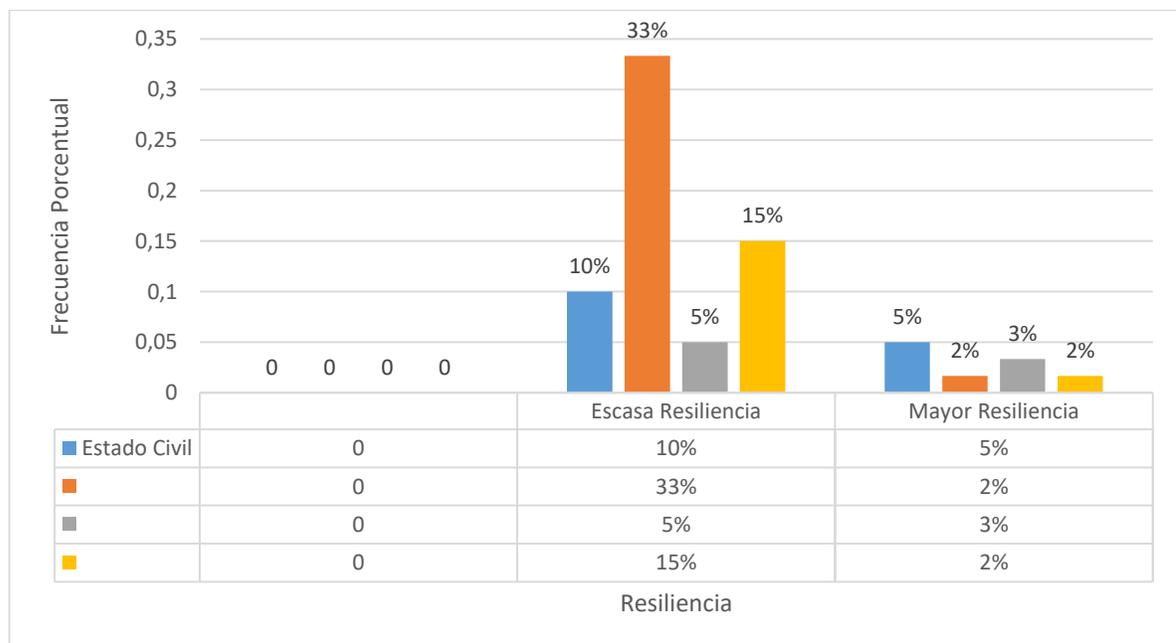
Nivel de resiliencia de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar según su estado civil

Resiliencia	Estado Civil									
	Casada		Concubinato		Divorciada		Soltera		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Escasa Resiliencia	6	10%	20	33%	3	5%	9	15%	38	63%
Mayor Resiliencia	3	5%	1	2%	2	3%	1	2%	7	12%
Moderada Resiliencia	3	5%	4	7%	3	5%	5	8%	15	25%
Total general	12	20%	25	42%	8	13%	15	25%	60	100%

Fuente: Elaboracion Propia

Grafico N° 3

Nivel de resiliencia de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar según su estado civil



En el análisis de los resultados de resiliencia, se observan patrones significativos en relación con el estado civil de las mujeres participantes. Destaca que las mujeres en concubinato muestran la mayor proporción de "Escasa Resiliencia" con un 33%, seguidas

por las solteras con un 15%. Por otro lado, las casadas y divorciadas presentan tasas más bajas de "Escasa Resiliencia" con un 10% y un 5%, respectivamente.

Estos resultados sugieren que las mujeres en relaciones de concubinato pueden estar experimentando una resiliencia más limitada en comparación con las que tienen un estado civil diferente. Este hallazgo podría estar relacionado con la persistencia de la violencia en las relaciones de concubinato, lo que a menudo dificulta la búsqueda de apoyo y escape de la situación.

En cuanto a la "Mayor Resiliencia", las mujeres casadas y divorciadas muestran tasas más altas en comparación con las mujeres en concubinato y solteras, con un 5% y un 3%, respectivamente, en comparación con el 2% de las otras dos categorías. Esto indica que el estado civil puede tener un efecto positivo en la capacidad de recuperación de estas mujeres. El apoyo proporcionado por el matrimonio puede jugar un papel protector, y las mujeres divorciadas pueden haber desarrollado una mayor resiliencia después de superar situaciones previas de violencia.

En cuanto a la "Moderada Resiliencia", se observa que las mujeres solteras tienen la mayor proporción con un 8%, seguidas por las que están en concubinato con un 7%. Las casadas y divorciadas tienen un 5% de "Moderada Resiliencia". Esto sugiere que las mujeres solteras y las que están en concubinato pueden encontrar un equilibrio intermedio en términos de adaptación y resistencia, posiblemente debido a la falta de apoyo o a la persistencia de la violencia en sus vidas.

Estos resultados resaltan la importancia de considerar el estado civil al diseñar intervenciones y estrategias de apoyo para mujeres víctimas de violencia intrafamiliar. Las mujeres en concubinato, en particular, pueden requerir una atención especial debido a su mayor vulnerabilidad en términos de resiliencia. Además, es fundamental tener en cuenta la influencia de factores contextuales y socioculturales en la dinámica de la resiliencia en esta población.

Objetivo 2. Evaluar el nivel de autoestima en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la ciudad de Tarija.

Cuadro N° 7

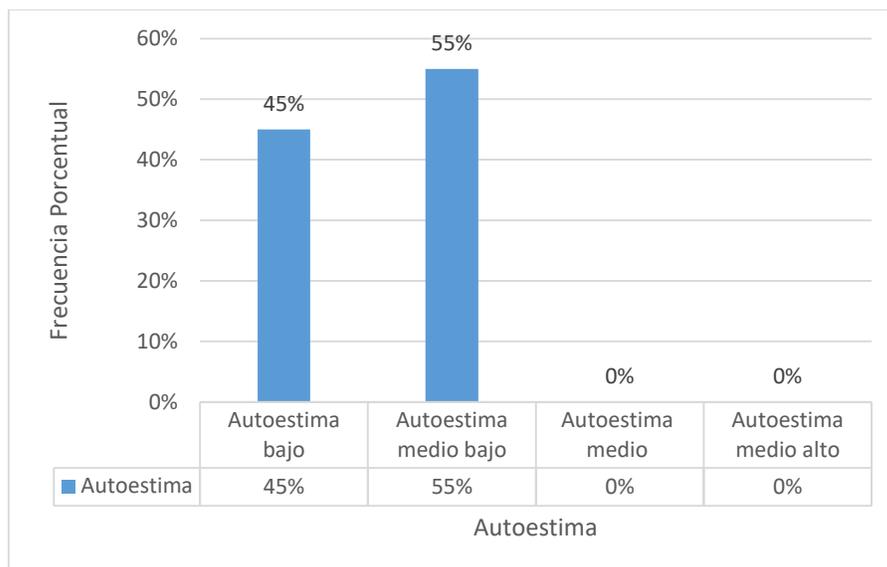
Nivel de autoestima de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar

Autoestima	f	%
Autoestima baja	27	45%
Autoestima medio baja	33	55%
Autoestima medio alta	0	0%
Autoestima alta	0	0%
Total general	60	100%

Fuente: Elaboracion Propia

Grafico N° 4

Nivel de autoestima de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar



En el análisis de los resultados sobre la autoestima en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la Ciudad de Tarija, se revela un patrón preocupante en los niveles de autoestima. De los datos obtenidos, el 55% de las mujeres evaluadas presenta "Autoestima Medio Bajo", mientras que el 45% muestra "Autoestima Bajo" y ninguno de ellas llegaron a puntuar en autoestima medio o alto.

Estos resultados indican una tendencia predominante hacia una autoestima disminuida en esta población. La autoestima es un componente crucial para la salud mental y el bienestar emocional de las personas (Baumeister et al., 2003). La exposición continua a la violencia intrafamiliar puede socavar la autoestima de las mujeres, ya que esta experiencia puede erosionar su sentido de valía personal y autoeficacia.

Las posibles razones detrás de estos resultados pueden estar relacionadas con la naturaleza misma de la violencia intrafamiliar. Las víctimas de este tipo de violencia a menudo experimentan un ciclo de abuso que puede minar su autoestima a medida que son sometidas a una constante desvalorización y humillación (Walker, 1979).

Además, las restricciones económicas y sociales que a menudo acompañan a las situaciones de violencia pueden limitar las oportunidades de desarrollo personal y profesional de estas mujeres, lo que a su vez puede influir en su percepción de sí mismas (Vyas et al., 2015).

En resumen, los resultados revelan una alta prevalencia de autoestima disminuida en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar en Tarija. Estos hallazgos subrayan la necesidad urgente de intervenciones que aborden no solo las manifestaciones físicas de la violencia, sino también las consecuencias psicológicas y emocionales. Brindar apoyo psicológico y empoderar a estas mujeres para reconstruir su autoestima y autoconcepto es esencial para su recuperación y bienestar a largo plazo.

Cuadro N° 8

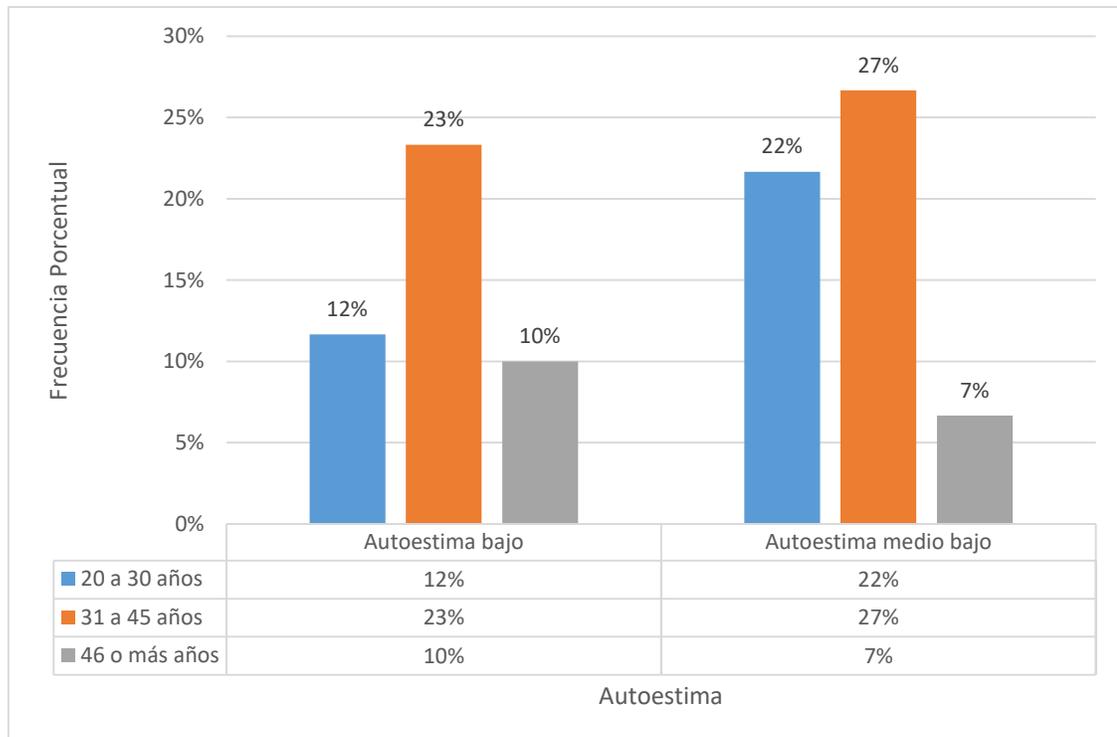
Nivel de autoestima de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar según su edad

Autoestima	Edad							
	20 a 30 años		31 a 45 años		46 o más años		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Autoestima bajo	7	12%	14	23%	6	10%	27	45%
Autoestima medio bajo	13	22%	16	27%	4	7%	33	55%
Autoestima medio alta	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Autoestima alta	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Total general	20	33%	30	50%	10	17%	60	100%

Fuente: Elaboracion Propia

Grafico N° 5

Nivel de autoestima de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar según su edad



En el análisis de los resultados sobre la autoestima en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar en función de la edad, se revelan patrones que arrojan luz sobre la relación entre el tiempo de exposición a la violencia y los niveles de autoestima en esta población.

Destaca que las mujeres de 31 a 45 años presentan la mayor proporción de "Autoestima Bajo" con un 23%, seguidas por las mujeres de 20 a 30 años con un 12%. En contraste, las mujeres de 46 o más años muestran una tasa más baja con un 10%.

Estos resultados sugieren que las mujeres de mediana edad (31 a 45 años) están experimentando una autoestima más disminuida en comparación con los otros grupos de edad. Esto podría estar relacionado con el tiempo de exposición a la violencia y sus efectos acumulativos. Investigaciones previas han demostrado que las víctimas de violencia intrafamiliar a menudo experimentan una erosión constante de la autoestima a medida que enfrentan abuso repetido a lo largo del tiempo (Johnson et al., 2006).

Además, la mayor prevalencia de "Autoestima Bajo" en las mujeres de 31 a 45 años podría estar relacionada con las responsabilidades y desafíos que enfrentan en esta etapa de la vida, como el cuidado de los hijos y la gestión de las implicaciones económicas y emocionales de la violencia.

Por otro lado, es relevante destacar que las mujeres de 46 o más años muestran una tasa de "Autoestima Bajo" más baja, lo que podría sugerir que han desarrollado cierta resiliencia a lo largo de los años o que han encontrado estrategias de afrontamiento efectivas para lidiar con la violencia (Guedes et al., 2016).

En resumen, estos resultados resaltan la importancia de considerar la edad al abordar los niveles de autoestima en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar. Las mujeres de mediana edad parecen ser especialmente vulnerables a la disminución de la autoestima debido a la duración de la exposición a la violencia, mientras que las mujeres mayores pueden haber desarrollado estrategias de afrontamiento que les permiten mantener niveles de autoestima más saludables.

Cuadro N° 9

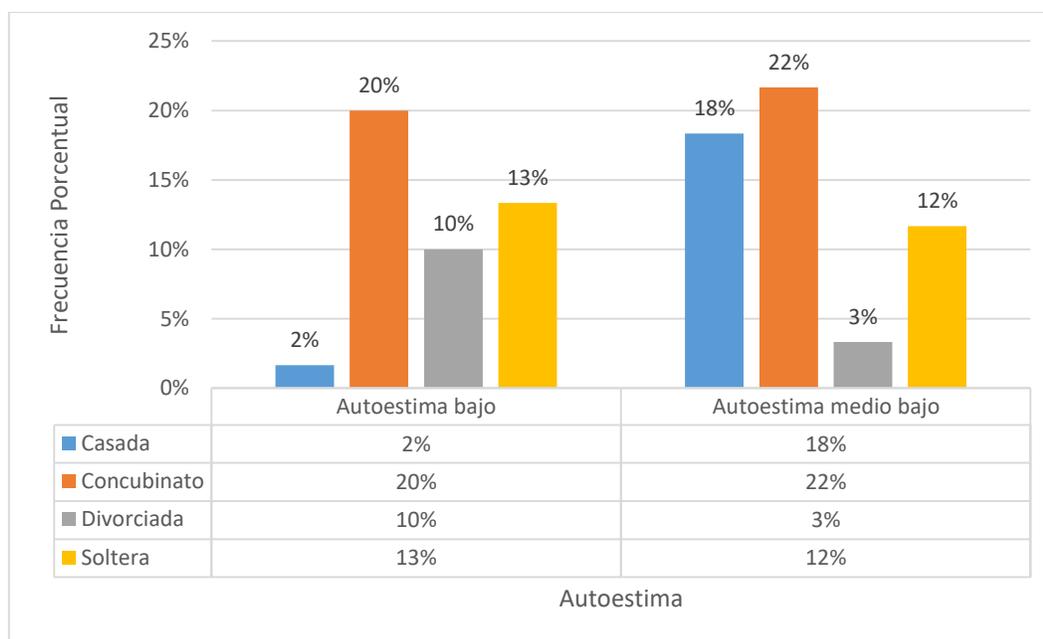
Nivel de autoestima de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar según su estado civil

Autoestima	Estado Civil									
	Casada		Concubinato		Divorciada		Soltera		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Autoestima bajo	1	2%	12	20%	6	10%	8	13%	27	45%
Autoestima medio bajo	11	18%	13	22%	2	3%	7	12%	33	55%
Autoestima medio alta	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Autoestima alta	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Total general	12	20%	25	42%	8	13%	15	25%	60	100%

Fuente: Elaboracion Propia

Grafico N° 6

Nivel de autoestima de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar según su estado civil



En el análisis de los resultados sobre la autoestima en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar según su estado civil, se evidencian patrones que arrojan luz sobre cómo el estado civil puede influir en los niveles de autoestima en esta población.

Destaca que las mujeres en "Concubinato" presentan la mayor proporción de "Autoestima Bajo" con un significativo 20%, seguidas por las "Solteras" con un 13%. En contraste, las "Casadas" tienen un 2% y las "Divorciadas" un 10% en esta categoría.

Estos resultados sugieren que las mujeres en concubinato y solteras están experimentando niveles más bajos de autoestima en comparación con las casadas y divorciadas. Esta diferencia podría estar relacionada con la naturaleza de las relaciones y las dinámicas de poder en el concubinato, donde las mujeres pueden enfrentar una mayor vulnerabilidad a la violencia y a la desvalorización por parte de sus parejas (Dobash & Dobash, 1979).

Por otro lado, las casadas tienen una proporción mucho menor de "Autoestima Bajo", lo que podría indicar que el matrimonio proporciona algún grado de apoyo emocional o económico que contribuye a mantener niveles más saludables de autoestima. Las divorciadas también muestran una tasa considerable, lo que podría reflejar su capacidad para recuperarse de situaciones de violencia pasadas.

Además, en la categoría de "Autoestima Medio Bajo", las mujeres en "Concubinato" nuevamente muestran la mayor proporción con un 22%, seguidas por las "Solteras" con un 12%. Las "Casadas" tienen un 18% y las "Divorciadas" un 3%. Esto sugiere que las mujeres en concubinato y solteras pueden enfrentar una autoestima más comprometida, posiblemente debido a la falta de apoyo o a las dinámicas tóxicas en sus relaciones actuales.

En resumen, estos resultados ponen de manifiesto la importancia de considerar el estado civil al abordar los niveles de autoestima en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar. Las mujeres en concubinato y solteras pueden estar en mayor riesgo de tener autoestima disminuida debido a las dinámicas de poder y a la falta de apoyo en sus relaciones. Por otro lado, las casadas y divorciadas parecen tener niveles de autoestima más saludables, posiblemente debido a factores asociados con el matrimonio y la experiencia previa en superar situaciones de violencia.

Objetivo 3. Identificar el nivel de inteligencia emocional de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la ciudad de Tarija.

Cuadro N° 10

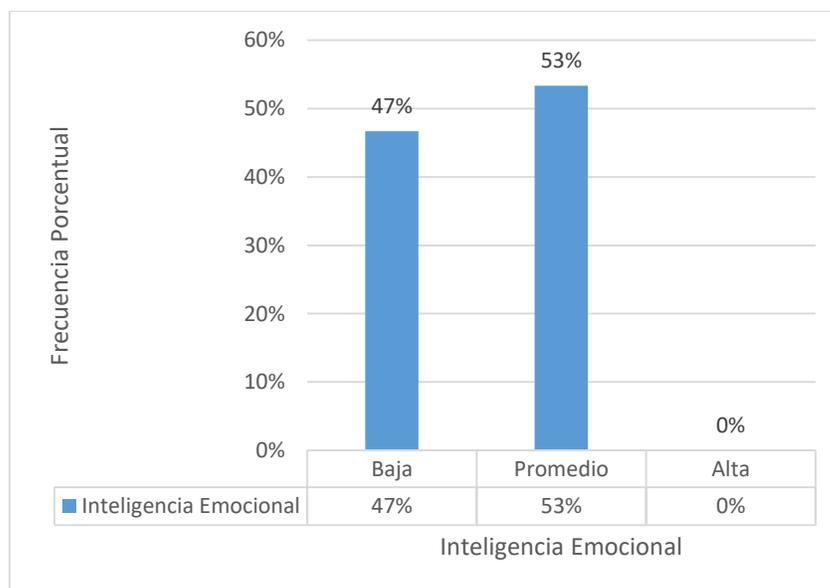
Nivel de inteligencia emocional de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar

Inteligencia Emocional	f	%
Muy Baja	0	0%
Baja	28	47%
Promedio	32	53%
Alta	0	0%
Marcadamente Alta	0	0%
Total general	60	100%

Fuente: Elaboracion Propia

Grafico N° 7

Nivel de inteligencia emocional de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar



Los resultados presentados sobre la inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar, se destacan patrones significativos que arrojan luz sobre la capacidad de estas mujeres para comprender y gestionar sus emociones en situaciones de adversidad.

De los datos obtenidos, el 53% de las participantes muestra un nivel de "Inteligencia Emocional Promedio", mientras que el 47% presenta una "Inteligencia Emocional Baja". Estos resultados tienen importantes implicaciones para el bienestar y la capacidad de afrontamiento de estas mujeres en el contexto de la violencia intrafamiliar.

Es relevante mencionar que, aunque la mayoría de las participantes muestran una "Inteligencia Emocional Promedio", este nivel puede no ser suficiente para lidiar eficazmente con las complejas emociones asociadas con la violencia intrafamiliar (Fernández-Berrocal & Extremera, 2006). Esto puede llevar a una mayor dificultad en la toma de decisiones, la gestión del estrés y la búsqueda de soluciones a la situación de violencia.

La "Inteligencia Emocional Baja" se caracteriza por una dificultad para reconocer y manejar las propias emociones, así como para comprender y responder a las emociones de los demás (Salovey y Mayer, 1990). En el contexto de la violencia intrafamiliar, esto puede traducirse en dificultades para identificar y comunicar las emociones relacionadas con la victimización, lo que a su vez puede obstaculizar la búsqueda de ayuda y apoyo (Lazarus & Folkman, 1984).

Las posibles razones detrás de estos resultados pueden estar relacionadas con la constante exposición a situaciones de estrés, ansiedad y miedo que caracterizan la vida de las víctimas de violencia intrafamiliar (Gross y Thompson, 2007). La presencia constante de la violencia puede afectar negativamente la capacidad de estas mujeres para regular sus emociones y puede llevar a una adaptación disfuncional.

En resumen, estos resultados subrayan la importancia de abordar la inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar como parte de las intervenciones y estrategias de apoyo. Mejorar la capacidad de estas mujeres para reconocer, comprender y gestionar sus emociones es esencial para su recuperación y bienestar emocional a largo plazo.

Cuadro N° 11

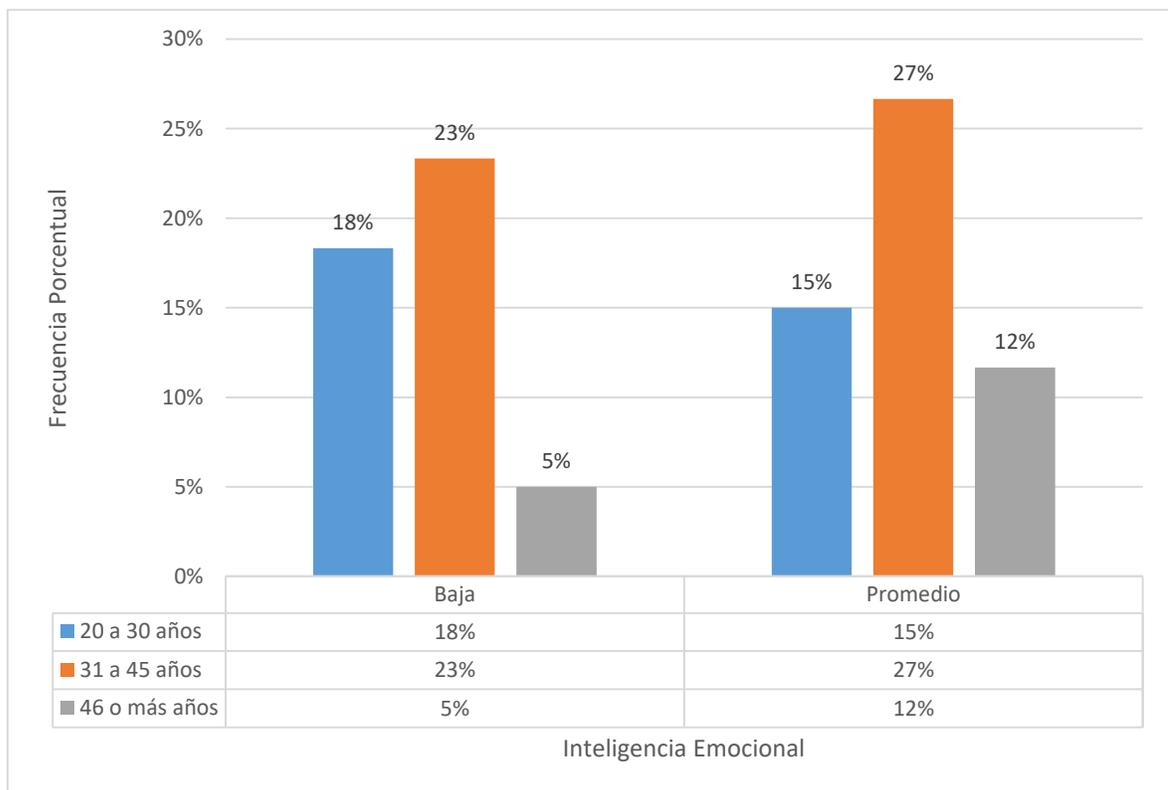
Nivel de inteligencia emocional según grupo etareo

Inteligencia Emocional	Edad						Total	
	20 a 30 años		31 a 45 años		46 o más años			
	f	%	f	%	f	%	f	%
Baja	11	18%	14	23%	3	5%	28	47%
Promedio	9	15%	16	27%	7	12%	32	53%
Total general	20	33%	30	50%	10	17%	60	100%

Fuente: Elaboracion Propia

Grafico N° 8

Nivel de inteligencia emocional según grupo etareo



En el análisis de los resultados sobre la inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar en función de la edad, se evidencian patrones significativos que

arrojan luz sobre cómo la edad puede influir en la capacidad de estas mujeres para comprender y gestionar sus emociones en el contexto de la adversidad.

Los resultados indican que las mujeres de "31 a 45 años" presentan la mayor proporción de "Inteligencia Emocional Baja" con un 23%, seguidas por las mujeres de "20 a 30 años" con un 18%. En contraste, las mujeres de "46 o más años" muestran la tasa más baja de "Inteligencia Emocional Baja" con un 5%.

Estos resultados sugieren que las mujeres de mediana edad (31 a 45 años) están experimentando niveles más bajos de inteligencia emocional en comparación con las mujeres de otras edades. La inteligencia emocional se relaciona con la capacidad de reconocer y comprender las emociones propias y ajenas, y regular las respuestas emocionales (Mayer & Salovey, 1997). En el contexto de la violencia intrafamiliar, esta capacidad puede ser crucial para afrontar y tomar decisiones adecuadas.

Las posibles razones detrás de estos resultados pueden estar relacionadas con la exposición continua a situaciones de estrés y trauma a lo largo de los años, lo que puede socavar la capacidad de estas mujeres para regular sus emociones (Gross & Thompson, 2007). Además, las mujeres de mediana edad pueden enfrentar cargas adicionales, como la responsabilidad de cuidar de sus hijos o la gestión de implicaciones económicas y emocionales de la violencia.

Por otro lado, las mujeres de "46 o más años" presentan la tasa más baja de "Inteligencia Emocional Baja". Esto podría sugerir que la edad y la experiencia acumulada les han proporcionado habilidades para lidiar con las emociones en situaciones de violencia o que han desarrollado estrategias de afrontamiento efectivas a lo largo de los años.

En resumen, estos resultados resaltan la importancia de considerar la edad al abordar la inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar. Las mujeres de mediana edad pueden ser particularmente vulnerables a la disminución de la inteligencia emocional debido a la duración de la exposición a la violencia, mientras que las mujeres mayores pueden haber desarrollado estrategias de afrontamiento que les permiten mantener niveles más saludables de inteligencia emocional.

Cuadro N° 12

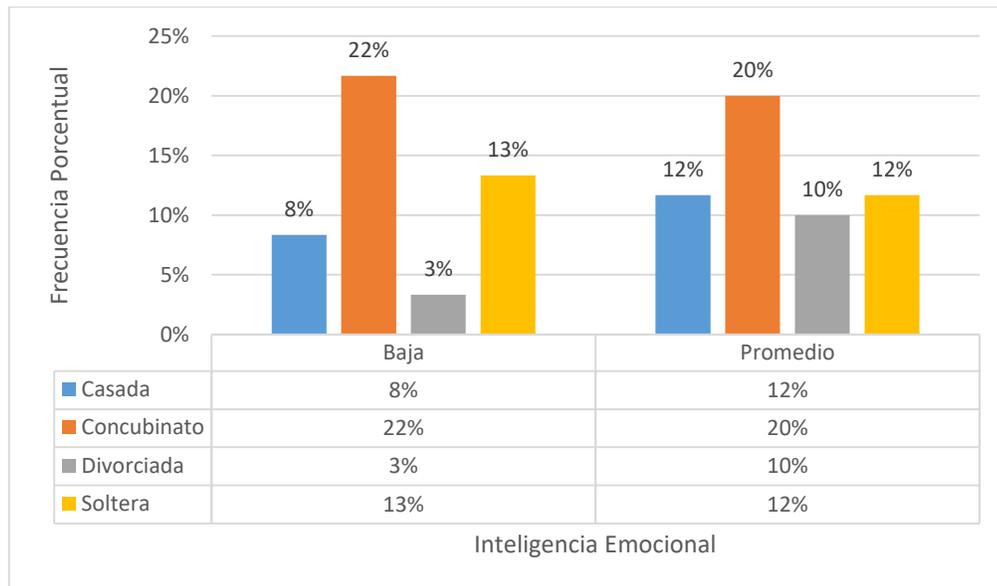
Nivel de inteligencia emocional de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar según su estado civil

Autoestima	Estado Civil									
	Casada		Concubinato		Divorciada		Soltera		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Autoestima bajo	1	2%	12	20%	6	10%	8	13%	27	45%
Autoestima medio bajo	11	18%	13	22%	2	3%	7	12%	33	55%
Total general	12	20%	25	42%	8	13%	15	25%	60	100%

Fuente: Elaboracion Propia

Grafico N° 9

Nivel de inteligencia emocional de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar según su estado civil



En el análisis de los resultados sobre la inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar según su estado civil, se revelan patrones significativos que proporcionan una visión importante de cómo las circunstancias familiares y legales pueden influir en la capacidad de estas mujeres para comprender y gestionar sus emociones en situaciones de adversidad.

Destaca que las mujeres en "Concubinato" presentan la mayor proporción de "Inteligencia Emocional Baja" con un significativo 22%, seguidas por las "Solteras" con un 13%. En contraste, las "Casadas" tienen un 8% y las "Divorciadas" un 3% en esta categoría.

Estos resultados sugieren que las mujeres en concubinato y solteras están experimentando niveles más bajos de inteligencia emocional en comparación con las casadas y divorciadas. La inteligencia emocional se relaciona con la capacidad de reconocer y comprender las emociones propias y ajenas, y regular las respuestas emocionales (Mayer & Salovey, 1997). En el contexto de la violencia intrafamiliar, esta capacidad puede ser crucial para afrontar y tomar decisiones adecuadas.

Las posibles razones detrás de estos resultados pueden estar relacionadas con las dinámicas de poder y el apoyo emocional en las relaciones de concubinato y soltería. Las mujeres en estas categorías pueden enfrentar una mayor vulnerabilidad a la violencia y a la desvalorización por parte de sus parejas (Dobash & Dobash, 1979). La falta de compromiso legal, como el matrimonio, puede hacer que sea más difícil buscar ayuda o recursos para salir de la situación de violencia.

Por otro lado, las "Casadas" tienen una proporción menor de "Inteligencia Emocional Baja", lo que podría indicar que el compromiso legal proporciona algún grado de apoyo emocional o económico que contribuye a mantener niveles más saludables de inteligencia emocional. Las "Divorciadas" también muestran una tasa baja, lo que podría reflejar su capacidad para recuperarse de situaciones de violencia pasadas.

En resumen, estos resultados subrayan la importancia de considerar el estado civil al abordar la inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar. Las mujeres en concubinato y solteras pueden ser particularmente vulnerables a la disminución de la inteligencia emocional debido a las dinámicas de poder y a la falta de compromiso legal, mientras que las casadas y divorciadas parecen tener niveles más saludables de inteligencia emocional debido a factores asociados con el matrimonio y la experiencia previa en superar situaciones de violencia.

Objetivo 4. Analizar la relación entre los niveles de resiliencia, autoestima e inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la ciudad de Tarija.

Cuadro N° 13

Niveles de resiliencia según nivel de inteligencia emocional

Inteligencia Emocional	Resiliencia							
	Escasa Resiliencia		Moderada Resiliencia		Mayor Resiliencia		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Baja	22	37%	5	8%	1	2%	28	47%
Promedio	16	27%	10	17%	6	10%	32	53%
Total general	38	63%	15	25%	7	12%	60	100%

Cuadro N° 14

Análisis correlacional entre niveles de resiliencia y nivel de inteligencia emocional

Correlaciones		Resiliencia	Inteligencia Emocional
Resiliencia	Correlación de Pearson	1	,361**
	Sig. (bilateral)		0,005
	N	60	60
Inteligencia Emocional	Correlación de Pearson	,361**	1
	Sig. (bilateral)	0,005	
	N	60	60

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En el análisis de los resultados sobre la inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar según su nivel de resiliencia, se revelan patrones significativos que proporcionan una visión importante de cómo la resiliencia y la inteligencia emocional están relacionadas en este contexto específico.

En primer lugar, es notable que las mujeres con "Escasa Resiliencia" muestran el mayor porcentaje de "Baja Inteligencia Emocional" reflejado en un 37%. Esto sugiere que una gran proporción de mujeres que enfrentan una resiliencia limitada también experimentan dificultades para comprender y gestionar sus emociones. Este hallazgo es coherente con la literatura previa que ha demostrado que la resiliencia y la inteligencia emocional están relacionadas, "ya sea para afrontar una adversidad, en el caso de la resiliencia, como en el manejo y el control de las emociones, en el de la inteligencia emocional" (Fernández y Ré, 2006, Nuñez, 2017, p. 31).

En el grupo de "Moderada Resiliencia", el 17% de las mujeres tienen "Baja Inteligencia Emocional". Aunque esta proporción es menor que en el grupo de "Escasa Resiliencia", aún es significativa. Esto sugiere que algunas mujeres que tienen un nivel moderado de resiliencia todavía pueden enfrentar desafíos en la comprensión y gestión de sus emociones.

Por otro lado, las mujeres con "Mayor Resiliencia" presentan un 10% de "Baja Inteligencia Emocional". Este porcentaje es el más bajo entre las tres categorías de resiliencia, lo que indica que las mujeres que han desarrollado una mayor capacidad de recuperación también tienden a tener una mejor comprensión y regulación de sus emociones.

Asimismo, La correlación hallada entre "Resiliencia" e "Inteligencia Emocional" es de 0.36. Esta cifra indica una correlación positiva moderada entre las dos variables. Es importante destacar que el nivel de significancia estadística (Sig.) es de 0.005, lo que significa que esta correlación es altamente significativa. Dicho en otras palabras, esta correlación sugiere que a medida que la resiliencia de estas mujeres aumenta, también lo hace su inteligencia emocional. Las mujeres que han desarrollado una mayor capacidad de recuperación tienden a tener una mejor comprensión y regulación de sus emociones. Este hallazgo es coherente con la idea de que la resiliencia y la inteligencia emocional están interconectadas y que ambas son habilidades importantes para afrontar situaciones adversas.

La correlación significativa en el nivel 0.01 (bilateral) refuerza la robustez de esta relación. Esto significa que la probabilidad de que esta correlación sea un hallazgo al azar es extremadamente baja, lo que respalda aún más la idea de que la resiliencia y la inteligencia emocional están relacionadas en este grupo de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar.

De manera general, este análisis destaca una sólida correlación entre la resiliencia y la inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar. Aquellas con escasa resiliencia enfrentan dificultades en la gestión de emociones, mientras que las de mayor resiliencia muestran una mejor regulación emocional. La correlación positiva y significativa refuerza esta relación, sugiriendo que el fortalecimiento de la resiliencia podría mejorar la capacidad de estas mujeres para enfrentar sus emociones en momentos difíciles

Las mujeres con "Escasa Resiliencia" tienen el mayor porcentaje de "Baja Inteligencia Emocional", lo que sugiere que la falta de resiliencia está asociada con dificultades en la comprensión y gestión de emociones. En el grupo de "Moderada Resiliencia", muestra también "Baja Inteligencia Emocional", indicando que incluso con resiliencia moderada, algunas mujeres enfrentan desafíos emocionales. La correlación entre "Resiliencia" e "Inteligencia Emocional" es positiva y significativa lo que significa que a medida que la resiliencia aumenta, también lo hace la inteligencia emocional. Este hallazgo respalda la idea de que la resiliencia y la inteligencia emocional son habilidades interconectadas y esenciales para enfrentar situaciones adversas en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar.

Cuadro N° 15

Niveles de resiliencia según nivel de autoestima

Autoestima	Resiliencia							
	Escasa Resiliencia		Moderada Resiliencia		Mayor Resiliencia		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Autoestima bajo	17	28%	6	10%	4	7%	27	45%
Autoestima medio bajo	21	35%	9	15%	3	5%	33	55%
Total general	38	63%	15%	25%	7	12%	60	100%

Cuadro N°16

Análisis correlacional entre niveles de resiliencia y nivel de autoestima

Correlaciones			
		Resiliencia	Autoestima
Resiliencia	Correlación de Pearson	1	0,037
	Sig. (bilateral)		0,778
	N	60	60
Autoestima	Correlación de Pearson	0,037	1
	Sig. (bilateral)	0,778	
	N	60	60

El análisis de los datos sobre la autoestima en relación con la resiliencia en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar revela patrones significativos. En primer lugar, destaca que el 28% de las mujeres con "Escasa Resiliencia" experimentan "Autoestima Baja". Esto sugiere una posible influencia de la falta de resiliencia en la autoestima de algunas mujeres, ya que enfrentar el estrés crónico y la falta de recursos para afrontar la violencia intrafamiliar podría contribuir a una autoimagen negativa (Dutton, 1992).

Además, el 35% de las mujeres con "Escasa Resiliencia" presentan una "Autoestima Media Baja", lo que refuerza la idea de que la falta de resiliencia podría estar relacionada con una autoestima disminuida. Este hallazgo es consistente con investigaciones previas que han señalado cómo las experiencias traumáticas pueden erosionar la autoestima (Campbell & Raja, 1999).

Por otro lado, las mujeres con "Mayor Resiliencia" presentan un 7% de "Autoestima Baja" y un 5% de "Autoestima Media Baja". Esto indica que aquellas con una mayor capacidad de recuperación tienden a tener una autoestima más saludable.

Sin embargo, es importante matizar que, aunque estos resultados sugieren una posible relación entre resiliencia y autoestima, la correlación entre estas dos variables es baja. Los resultados de la correlación entre "Resiliencia" y "Autoestima" indican una relación débil

entre estas dos variables en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar. El coeficiente de correlación de Pearson hallado es de $= 0.037$, lo que sugiere una correlación positiva baja. Esto significa que, en este grupo de mujeres, la resiliencia y la autoestima están poco relacionadas entre sí. La significancia estadística (Sig.) de 0.778 refuerza la debilidad de esta correlación, lo que sugiere que otros factores no considerados en este estudio pueden influir significativamente en la autoestima de estas mujeres.

Primero, es importante tener en cuenta que “la autoestima y la resiliencia son conceptos multifacéticos que pueden estar influenciados por una amplia gama de factores” (Rutter, 1985 como se citó en Badilla, 2009, p. 3) En este estudio, solo se han considerado estas tres variables, lo que podría no capturar completamente la complejidad de las experiencias de estas mujeres. Otros aspectos, como el nivel de apoyo social, las experiencias traumáticas, la duración de la violencia experimentada o la disponibilidad de recursos psicológicos, pueden estar influyendo en la autoestima de manera más significativa. Además, “la autoestima es un constructo psicológico que puede ser altamente individual y subjetivo” (Ortega, 2001, pag 47). Las mujeres en este estudio pueden tener una variedad de percepciones sobre sí mismas, independientemente de su nivel de resiliencia. Estas percepciones pueden estar relacionadas con su historia personal, su autoimagen y cómo han internalizado las experiencias de violencia.

Por lo tanto, la baja correlación encontrada sugiere que la relación entre la resiliencia y la autoestima en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar es más compleja de lo que se pensaba inicialmente. Se necesitarían estudios adicionales que incluyan una gama más amplia de variables y consideren las experiencias individuales de las mujeres para comprender completamente cómo estos factores se relacionan en este contexto específico.

5.1. Análisis de Hipótesis

Hipótesis 1: Las mujeres en situación de violencia intrafamiliar presentan niveles medios a altos de resiliencia.

Los resultados obtenidos no apoyan esta hipótesis, ya que se encontró que la mayoría de las mujeres tienen un nivel de resiliencia baja. Esto implica que estas mujeres tienen dificultades para hacer frente a la violencia intrafamiliar y superar las adversidades, lo que sugiere una mayor necesidad de apoyo y recursos. Por lo tanto, se puede afirmar que se rechaza la hipótesis planteada

Hipótesis 2: Las mujeres en situación de violencia intrafamiliar que presentan niveles bajos a medios de autoestima.

La hipótesis planteada demuestra que las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar en Tarija tienen niveles bajos a medios de autoestima. Los resultados obtenidos respaldan esta hipótesis, ya que la mayoría de las mujeres evaluadas mostraron niveles bajos de autoestima. Esto indica que el impacto psicológico del abuso y la falta de apoyo pueden contribuir a la disminución de la autoestima en estas mujeres. Estos hallazgos subrayan la importancia de proporcionar servicios y apoyo adecuados a estas mujeres, para fortalecer su autoestima y bienestar emocional.

Hipotesis 3: Las mujeres en situación de violencia intrafamiliar presentan niveles bajos a medios de inteligencia emocional.

Los resultados del estudio demuestran que las mujeres víctimas de violencia doméstica pueden tener niveles más bajos de inteligencia emocional debido a la exposición constante al estrés, la ansiedad y el miedo que caracterizan sus vidas. Es importante señalar que, aunque la mayoría de los participantes mostraron un nivel medio de inteligencia emocional, este nivel puede no ser suficiente para afrontar eficazmente las complejas emociones asociadas con la violencia doméstica. Por lo tanto, este resultado apoya y confirma la hipótesis planteada

Hipotesis 4: Sí existe una correlación positiva entre la resiliencia, autoestima e inteligencia emocional, es decir que a medida que una de estas variables aumenta, las otras también tienden a aumentar.

Los resultados obtenidos respaldan parcialmente la hipótesis principal de correlación entre resiliencia, autoestima e inteligencia emocional. Se encontró una correlación positiva moderada entre la resiliencia y la inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar, lo que sugiere que a medida que la resiliencia de estas mujeres aumenta, también lo hace su inteligencia emocional, encontrando robustez de esta relación. Sin embargo, la correlación entre la resiliencia y la autoestima es baja, lo que sugiere que otros factores no considerados en este estudio pueden estar influyendo significativamente en la autoestima de estas mujeres. Por lo tanto, no podemos aceptar ni negar la hipótesis, se necesitan estudios adicionales que incluyan una gama más amplia de variables y consideren las experiencias individuales de las mujeres para comprender completamente cómo estos factores se relacionan en este contexto específico.

CAPÍTULO VI
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. CONCLUSIÓN

1. Con relación al objetivo 1: Establecer el nivel de resiliencia de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la ciudad de Tarija.

El análisis e interpretación de los resultados demuestran que la mayoría de las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar presentan una escasa resiliencia. Este hallazgo es preocupante, ya que indica que estas mujeres enfrentan dificultades para adaptarse y superar las adversidades relacionadas con la violencia intrafamiliar. Además, el estudio destaca al mismo tiempo que las mujeres con edades entre 31 y 45 años tienen en mayor proporción una escasa resiliencia. Esta situación podría deberse a la prolongada exposición al trauma, lo que dificulta la adaptación. La falta de un sistema de apoyo sólido y el estigma asociado a buscar ayuda psicológica especializada también pueden contribuir a la baja resiliencia en este grupo vulnerable.

Es importante tener en cuenta que estos resultados se refieren únicamente a las mujeres que asisten a esta institución en particular y no pueden generalizarse a todas las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar en la población en general. Sin embargo, estos datos pueden servir como punto de partida para identificar la necesidad de intervenciones y programas de apoyo específicos para este grupo de mujeres en Tarija.

2. Respondiendo al objetivo 2: Evaluar el nivel de autoestima en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar.

Los resultados revelan una preocupante disminución en los niveles de autoestima entre las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar en Tarija. Casi la mitad de las mujeres muestran una autoestima baja, mientras que en su mayoría presenta una autoestima medio baja. Esta disminución en su autoestima puede deberse al abuso y maltrato constante que reciben, lo que menoscaba su confianza y sentido de valía personal.

Además, se observa que las mujeres de mediana edad, específicamente entre 31 y 45 años, tienen la mayor proporción de autoestima baja, Esto sugiere una mayor vulnerabilidad en este grupo debido a la duración de la exposición a la violencia.

3. Respecto al objetivo 3: Identificar el nivel de inteligencia emocional de mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la ciudad de Tarija.

Los resultados mostraron que, en proporción, más de la mitad de las participantes tenía un bajo nivel de inteligencia emocional. Esto sugiere que las víctimas de violencia tienen dificultades en sus capacidades para reconocer y gestionar sus emociones de manera efectiva, lo que puede obstaculizar su capacidad para buscar ayuda y apoyo. El estudio también encontró que la edad es un factor importante a considerar al abordar la inteligencia emocional en víctimas de violencia intrafamiliar. El hecho de que las mujeres de 31 a 45 años muestren la inteligencia emocional más baja podría estar relacionado con la duración de la exposición a la violencia y el estrés acumulado en ese período de vida.

Este resultado puede deberse a que las víctimas de violencia a menudo experimentan un alto nivel de estrés y trauma, lo que puede dificultar su capacidad para reconocer y manejar sus emociones de manera efectiva.

4. En cuanto al objetivo 4: Analizar la relación entre los niveles de resiliencia, autoestima e inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que asisten a la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de la ciudad de Tarija.

El análisis de los datos revela una sólida correlación entre la resiliencia y la inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar. Aquellas mujeres con niveles bajos de resiliencia tienden a presentar también niveles bajos en inteligencia emocional al momento de comprender y regular sus emociones. La correlación positiva y significativa refuerza esta relación, lo que significa que a medida que la resiliencia disminuye, también lo hace la inteligencia emocional. Esta correlación hallada sugiere que aquellas mujeres con baja resiliencia pueden tener dificultades para adaptarse y recuperarse emocionalmente de la violencia que han experimentado. Esta falta de resiliencia puede resultar en una disminución en la capacidad de comprender y regular sus emociones, lo que afecta negativamente su inteligencia emocional.

Por otro lado, aunque se encontró una posible relación entre la resiliencia y la autoestima, la correlación entre estas dos variables es baja, lo que sugiere que tener una autoestima más alta no garantiza automáticamente una mayor resiliencia, y tener una

autoestima más baja no garantiza automáticamente una menor resiliencia en este grupo de mujeres. Es probable que este dato se deba a que otros factores no considerados en este estudio pueden influir significativamente en la resiliencia de estas mujeres. La correlación baja entre la resiliencia y la autoestima en este estudio sugiere que, aunque existe una conexión potencial entre estas dos variables, no son determinantes directos una de la otra, debido muy probablemente a que la resiliencia es un constructo multidimensional que va más allá de la autoestima y depende de una interacción compleja de factores psicológicos, sociales y contextuales.

6.2. RECOMENDACIONES.

Para las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar:

- Buscar apoyo psicológico y emocional para abordar y superar las secuelas del abuso, incluyendo la baja autoestima y la dificultad en el manejo de emociones.
- Participar en programas de desarrollo de resiliencia y habilidades emocionales para fortalecer su capacidad para enfrentar situaciones adversas.
- Fomentar la independencia económica y social para mejorar la autoestima y reducir la dependencia de relaciones abusivas.

Para la Secretaría Municipal de la Mujer y la Familia de Tarija:

- Diseñar y ofrecer programas de apoyo específicos para mujeres víctimas de violencia, centrándose en la mejora de la resiliencia, la autoestima y la inteligencia emocional.
- Establecer alianzas con profesionales de la salud mental y organizaciones de apoyo para proporcionar servicios de terapia y asesoramiento accesibles.
- Sensibilizar a la comunidad sobre la importancia de prevenir y abordar la violencia intrafamiliar y promover la igualdad de género.

Para la sociedad en general:

- Promover una cultura de respeto, igualdad y prevención de la violencia intrafamiliar a través de campañas de concientización.
- Brindar apoyo a mujeres que puedan estar en situaciones de violencia, animándolas a buscar ayuda y ofreciendo recursos y referencias.