

Del Laberinto Hasta el Camino Hacia la Recuperación de la Violencia

Roberta de Alencar-Rodrigues¹

Leonor M. Cantera²

Universidad Autònoma de Barcelona, España

Resumen

Este artículo analiza los factores que obstaculizan y facilitan el cese o la reducción de la violencia de género en la pareja. Según la revisión de literatura esos factores están relacionados con recursos externos y personales. Los recursos externos abarcan la respuesta de la red social y de las instituciones ante el maltrato, y el acceso a los recursos materiales. Los recursos personales comprenden las estrategias de afrontamiento, resiliencia y creencias. Se propone que la recuperación de la violencia depende de la posibilidad de la mujer contar con recursos externos adecuados y de conectar con sus recursos personales. Comprender esos recursos permite la promoción de intervenciones que instrumentalicen las redes y las instituciones y favorezcan el empoderamiento para que ellas resistan a la violencia.

Palabras clave: recursos externos, recursos personales, violencia de género en la pareja

From the Labyrinth Until the Way to Recovery from Violence

Abstract

This article analyses the factors that contribute and impede the cessation or reduction of partner violence. According to the literature review these factors are related to personal and external factors. The external factors are related to the answer given by the social network and social services toward gender violence in couples as well as acceding to material resources. The personal resources are described as coping strategies, resilience and beliefs. It proposes that recovering from violence depends on the possibility that women count with adequate resources and on connecting with personal resources. These external and personal resources can be comprehended as important tools for the implementation of interventions that guide the social network and institutions and promote empowering women's capacity to resist violence.

Keywords: external resources, personal resources, gender violence in couples

La violencia de género en la pareja es la modalidad de violencia más predominante contra las mujeres. Existe cierto acuerdo al señalar que muchas mujeres que sufren violencia de género en la pareja logran salir de la relación, aunque haya tantos obstáculos contra ellas. En este sentido, ellas tienen la fortaleza de superar situaciones traumáticas, accediendo a recursos internos y externos que les permiten romper con la violencia.

Teniendo en cuenta esos puntos, se revisa la literatura sobre el significado del concepto *proceso de dejar una relación de maltrato*, los factores que contribuyen a

hacer posible el cese de la violencia de género en la pareja y los que dificultan el término de la relación de maltrato. Con ello, se quiere decir que este proceso es como un laberinto donde se encuentran encrucijadas (factores obstaculizadores) que confunden a la víctima, pero una vez encontrada la salida (factores facilitadores) del mismo, se logra encontrar el camino hacia la recuperación.

El Proceso de Reducir y/o Cesar una Relación de Maltrato y el de Recuperarse

Anderson y Saunders (2003) definen que salir y/o permanecer en la relación abusiva es un proceso complejo que implica muchas decisiones y acciones que tienen lugar en períodos de meses y años, en los cuales el hecho de dejar a la pareja empieza a partir de cambios a nivel cognitivo antes de producirse la salida física. El proceso se entiende como una condición que se caracteriza por la variación y el cambio, ya que este no es universal y no implica la trayectoria secuencial

¹ Correspondence about this article should be addressed to the first author Email: roberta.alencar.rodrigues@gmail.com. Este trabajo hace parte de la Tesis Doctoral de la primera autoratutorizado por la segunda autora, con el apoyo del Programa AlBan, Programa de Becas de Alto Nivel de la Unión Europea para América Latina, beca nº E07D401883BR – 2007/2010.

² Leonor M. Cantera. Doctora en Psicología Social por la Universidad Autónoma de Barcelona. Profesora Titular del Departamento de Psicología Social de la misma universidad. Email: leonor.cantera@uab.cat

a lo largo de diferentes etapas, puesto que hay algunas mujeres que al reconocer inicialmente la inadecuación del maltrato ya interrumpen la relación (Hydén, 1999; Matos, 2006).

Romper es una manera de resistencia a través de la cual se busca rescatar la libertad por medio de mucho esfuerzo y sufrimiento (Hydén, 1999). Como indica esta autora, las mujeres sobrevivientes de maltrato tuvieron que fracturar la esfera de dominación de su pareja rompiendo con el poder que les mantenía en la relación. En este punto, es importante hacer referencia a Foucault (1979, p. 171) cuando afirma “que no existen relaciones de poder sin resistencia” para entender que aunque estén en situación de subordinación y opresión, las mujeres víctimas de violencia de género en la pareja son capaces de resistir a la relación de dominación a la que están sometidas.

Además de la desigualdad de poder vivida en relación de pareja, Hydén (1999) y Matos (2006) ponen de manifiesto discursos que responsabilizan únicamente a la mujer por la decisión de romper con la opresión, olvidándose de que la ruptura comporta muchos riesgos como la ausencia o escasez de recursos externos que se detallará más adelante. Considerando que Eastman, Bunch, Williams, y Carawan (2007) exponen que el dejar una relación de maltrato es una lucha exhaustiva que las puede dejar agotadas, se debe reconocer, desde luego, que la conducta de las mujeres que sufren violencia de género en la pareja no se traduce pasividad o aceptación, sino que las condiciones de aislamiento y la falta de recursos externos que caracterizan la vida de ellas dificultan la salida de esta relación.

Entre los(as) autores(as) que definen el concepto de proceso de dejar una relación de maltrato, existe cierto acuerdo al señalar que la separación de la pareja maltratadora no es la única manera de poner fin a la violencia, puesto que hay mujeres que han logrado interrumpir la violencia cohabitando con la pareja (Matos, 2006). Lo interesante de este enfoque es el hecho de que la violencia no está determinada por la cohabitación, a pesar de que dicha condición puede constituir un desafío significativo al dificultar la ruptura con la relación.

Roca-Cortés, Espín, Rosich, Cantera, y Strey (2005) consideran el hecho de dejar una relación de maltrato como un proceso psicosocial de recuperación que se caracteriza por un estado final sin existencia de violencia en las relaciones de la mujer y con buena salud física y mental de la víctima que se recupera de las secuelas de la violencia psicológica, adopta medidas de protección para evitar recaídas y rescata el control y autonomía sobre la propia vida. Sin embargo, Blanco y Mendi (2004, p.131) consideran que este proceso puede tardar “toda una vida y a veces las mujeres no logran

recuperar plenamente el control sobre sus vidas y llevar una vida satisfactoria”.

Herman (2004) propone tres fases de recuperación que son: (a) la seguridad, (b) el recuerdo y luto, (c) la reconexión con la vida normal. Sin embargo, aclara que la evolución por esas etapas se da en forma de espiral dado que se vuelven a repetir temas anteriores, aunque con más nivel de integración. Siguiendo los planteamientos de esta autora, se explica cada uno de esos períodos a continuación.

El primero es la tarea de restablecer la seguridad atendiendo a las necesidades básicas del cuerpo (sueño, alimentación), activando la red de apoyo y protegiéndose de fuentes de peligro (agresor). El segundo período tiene como objetivo contar la historia de la violencia, dentro de límites soportables, de modo de que la memoria del trauma se integre a la vida de la mujer. Con ello, la autora explica que tras innumerables repeticiones de los recuerdos llega un punto en que la historia de violencia vivida no genera emociones tan incómodas y pasa a ser una experiencia más. Por último, una vez la mujer entiende que fue víctima y cuáles fueron los efectos de la victimización ya tiene el control para reconstruir una nueva vida.

Por su parte, Hirigoyen (2006) plantea que para salir del dominio de la violencia es necesario detectarla, nombrarla, liberarse de la culpabilidad, trabajar la autoestima, poner límites, rescatar la crítica y examinar la biografía personal que se explica a continuación. Según esta autora, primero, la persona profesional debe ayudar a la mujer a reconocer la injusticia de la violencia y las emociones relacionadas a esta experiencia de victimización. En segundo lugar, es necesario que las mujeres puedan sacar el peso de la culpa a través de la comprensión de que el maltratador es quien tiene responsabilidad por su conducta inaceptable. En tercer lugar, la intervención profesional debe ayudar a las mujeres a reconectar con sus recursos personales para poder rescatar su capacidad de autonomía, reforzar su autoestima y ayudarles a aprender a decir NO para recuperar el control sobre sus elecciones. En cuarto lugar, esta acción psicoterapéutica debe facilitar el hecho de entender que la conducta violenta del agresor sirve para ofuscar la debilidad de él y, por último, debe ayudar a identificar los factores de riesgo en la historia de vida de las mujeres.

En esta primera parte, se ha tratado de definir el término proceso de reducir y/o cesar una relación de maltrato que se utiliza con frecuencia en este trabajo. En dicho proceso, están presentes factores que facilitan el mantenimiento o salida de una relación de violencia de género en la pareja que se discuten a continuación.

Recursos Facilitadores y Obstaculizadores del Proceso de Reducir y/o Ceser una Relación de Maltrato

A partir de la revisión bibliográfica se deduce que los factores que contribuyen al mantenimiento de una

relación de maltrato y los factores que facilitan la salida de esta relación tienen que ver con recursos externos y personales que se ilustran a través de la siguiente figura y posteriormente se discuten:

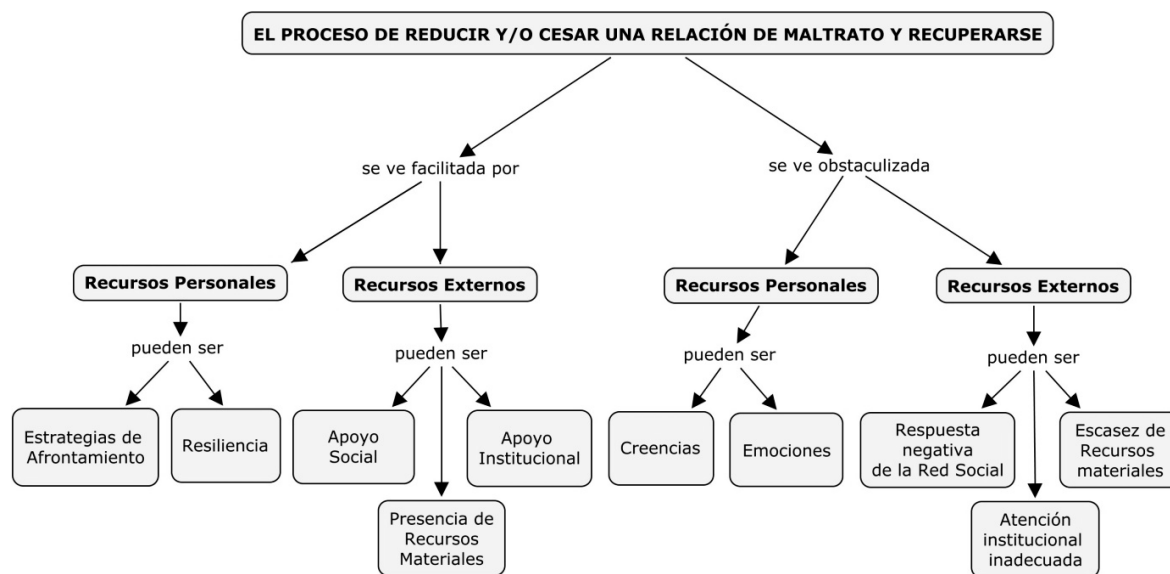


Figura 1: El proceso de reducir y/o cesar una relación de maltrato y recuperarse.

Fuente: Elaborada por la autora

Recursos externos

Se trata de los recursos disponibles en la comunidad que afectan al proceso de afrontamiento de la violencia de género en la pareja. Según Beeble, Bybee, y Sullivan (2010), esos recursos son imprescindibles para que las mujeres puedan manejar el estrés recurrente de la situación de maltrato. Siguiendo este planteamiento, se expone el rol que la red social, las instituciones y los recursos materiales tienen frente a la situación de maltrato.

El apoyo social ha sido objeto de muchos estudios sobre variables asociadas al cese de la violencia de género en la pareja, pues actúa como amortiguador del estrés y favorece el desarrollo de estrategias de afrontamiento (Barnett, 2001; Kocot & Goodman, 2003; Trotter & Allen, 2009; Waldrop & Resick, 2004). En este sentido, la percepción del apoyo social modera los efectos negativos de la violencia vivida como la ansiedad, la depresión y el estrés postraumático (Goodkind, Gillum, Bybee, & Sullivan, 2003).

Recibir una respuesta positiva por parte de la familia, las amistades y otras fuentes de ayuda puede reducir el impacto negativo de la violencia, porque las mujeres tienen más probabilidades de cambiar su situación de violencia al tener sus necesidades de apoyo emocional

y recursos materiales cumplidos (recibir ayuda para transporte, vivienda, guardería, etc.). Se entiende el apoyo emocional como la posibilidad de que la mujer que sufre violencia de género en la pareja perciba sus sentimientos validados y sus preocupaciones escuchadas y se le anime a dejar la relación abusiva (Trotter & Allen, 2009; Waldrop & Resick, 2004).

Sin embargo, las mujeres que sufren violencia pueden recibir rechazo por parte de la familia y amistades al recibir respuestas negativas cuando solicitan ayuda, aprendiendo que esta no es una estrategia útil para poner fin al maltrato (Trotter & Allen, 2009; Waldrop & Resick, 2004).

De igual manera, las instituciones pueden ofrecer una respuesta negativa ante la solicitud de ayuda de las mujeres que viven o han vivido violencia de género en la pareja. Siendo así, el tratamiento inadecuado se caracteriza, según Barnett (2001), por medio de actitudes sexistas que las personas profesionales pueden tener al imponer el sistema patriarcal del funcionamiento familiar, al ofrecer tratamiento inapropiado sin tener en cuenta la perspectiva de género ni las cuestiones de seguridad y al fallar en detectar y en hacer seguimientos de casos de maltrato.

Cabe destacar que el fallo en identificar esas si-

tuciones puede estar relacionado con la falta de conocimiento y entrenamiento en tema de violencia de género en la pareja. Dicho factor puede interferir en que las mujeres revelen la experiencia de abuso. Así, Hathaway, Willis, y Zimmer (2002) señalan que la falta de entendimiento sobre esta temática por parte de las personas profesionales se refleja en actitudes de incerteza al atender a esas mujeres. Estas autoras también explican que esta falta de capacitación puede llevar al equipo institucional a culparlas por la violencia sufrida en lugar de intervenir efectivamente validando sus sentimientos sin juzgar o minimizar su demanda.

El desinterés profesional, caracterizado por actitudes como la falta de atención y cuidado hacia la solicitud de las mujeres que han vivido violencia de género en la pareja, también puede constituir un riesgo para que ellas sean re-victimizadas y retornen a la relación (Hathaway et al., 2002). Dicha postura reduce la posibilidad de que ellas revelen la experiencia de maltrato a una persona profesional que les parezca fría e impersonal (Hathaway et al., 2002).

Entre los recursos materiales, Anderson y Saunders (2003) describen la posibilidad de poder contar con empleo, ingresos, transporte, vivienda y servicios de guardería para los niños(as). Hasta ahora, se ha aludido a los recursos externos relacionados con la ruptura o con la permanencia en la violencia de género en la pareja y, a continuación, se hará referencia a los recursos personales presentes en este proceso.

Recursos personales

La revisión teórica lleva a entender que los recursos personales corresponden a un conjunto de emociones y actitudes presentes en las acciones de las mujeres para poner fin o reducir el maltrato. Estos se describen en la literatura como: (a) estrategias de afrontamiento, (b) creencias y (c) resiliencia.

Las estrategias de afrontamiento derivan de la teoría de *coping* de Lazarus (1993), el cual la llamó inicialmente *estrategia de afrontamiento de estilo* y después reformuló el concepto llamándola estrategia de afrontamiento de proceso. Primeramente, la idea de estilo partió de la teoría psicoanalítica para explicar las defensas del ego relacionadas con la preservación de la integridad psicológica. En los años 70, pasó a denominarlas estrategia de afrontamiento de proceso, teniendo en cuenta la perspectiva de que son esfuerzos cognitivos y conductuales para manejar el estrés que cambian a lo largo del tiempo y dependen del contexto situacional donde tienen lugar.

En relación con el tema de este artículo, el estrés al que se refiere tiene que ver con demandas externas (económicas y sociales) e internas, que son evaluadas como excedentes a los recursos de la persona. El en-

foque de las estrategias de afrontamiento arroja luz sobre la cuestión de que no existen estrategias buenas o malas, sino que los esfuerzos emprendidos por las mujeres dependen del contexto en que tiene lugar la violencia y que esos se alteran a medida que las amenazas se modifican.

En cuanto a las funciones de las estrategias de afrontamiento de proceso, Lazarus (1993) las divide en: (a) enfocada en el problema y (b) enfocada en la emoción. La primera consiste en alterar la relación problemática entre el individuo y el entorno por medio de cambios en sí mismo o en el ambiente, a fin de lidiar con problemas específicos. La segunda función, enfocada en la emoción, reside en modificar la relación estresante con el entorno (vigilancia o evitación) y el significado sobre lo que está pasando. Las estrategias de afrontamiento enfocadas en el problema favorecen un mejor ajuste cuando la persona se enfrenta a una situación estresante que está dentro de su control, mientras las estrategias de afrontamiento enfocadas en la emoción facilitan la adaptación a situaciones estresantes incontrolables, como el caso de la violencia en relaciones de pareja (Folkman, Lazarus, Gruen, & DeLongis, 1986).

El hecho de planear soluciones de problemas y el hecho de reevaluar positivamente eventos han sido significativamente asociados a resultados satisfactorios por lo que respecta a la regulación del estrés y de la emoción (Lazarus, 1993). Es por ello que se pasa a examinar cómo este concepto de estrategias de afrontamiento ha sido utilizado en investigaciones sobre violencia de género en la pareja.

Hage (2006) investigó la experiencia de 10 mujeres que padecieron maltrato y expresaron haber buscado la ayuda de la red social. Ellas revelaron que la carencia de recursos institucionales a los que recurrir para solicitar asistencia para la situación de violencia les hizo sentir atrapadas en la relación de dominio del agresor.

Zink, Jacobson, Pabst, Regan, y Fisher (2006) entrevistaron a 38 mujeres que vivían o habían vivido la violencia de género en la pareja por lo menos hasta los 55 años y verificaron que habían utilizado diferentes recursos para afrontar el problema. Por ejemplo, las estrategias de afrontamiento de reevaluación y reorientación. Las participantes del referido estudio reevaluaron aspectos importantes de sí mismas, de la pareja autora de la violencia y de la relación de pareja, poniendo límites en situaciones que les hacían sentir tristes. En este punto, Matos (2006) explica que la reinterpretación de la relación puede darse a través de la percepción de la naturaleza criminal de la violencia y del reconocimiento de que nadie tiene el derecho de violentarlas y de que están siendo maltratadas injustamente.

Otro dato del estudio de Zink et al. (2006) es que

las participantes empezaron a reconsiderar la experiencia de la violencia sufrida y calificarla de errónea al escuchar los testimonios de otras mujeres en la casa de acogida. Ello hace eco a los planteamientos de Waldrop y Resick (2004), quienes defienden que el apoyo social no es sólo una variable de los recursos externos, sino también de afrontamiento, pues facilita el cambio de la percepción del maltrato. Dicha reinterpretación resulta posible, según Matos (2006), debido a la presencia de los siguientes factores contextuales: (a) aumento de los niveles de violencia, (b) reducción de los momentos de afecto con la pareja, (c) pérdida de esperanza de que la relación mejore, (d) percepción de apoyo por parte de otros, (e) toma de conocimiento de los efectos de la violencia en los(as) hijos(as) y (f) presencia acentuada de sentimientos de pérdida.

También se incluyen en este contexto de reevaluación de la relación de pareja el nombramiento del abuso (Cantera, 2007). Eso se verifica en el estudio de Zink et al. (2006) a partir de acciones de las participantes como poner límites del grado de violencia que viven y establecer la autonomía en relación con su pareja, como por ejemplo, vivir separada del compañero agresor o definir espacios en la casa que reduzca el contacto entre la pareja.

En cuanto a la reorientación, Zink et al. (2006) ejemplifican el hecho de buscar soporte emocional a través de amistades y trabajo voluntario. En el mismo sentido, Kocot y Goodman (2003) explican que la falta de apoyo de la red social puede sobrecargar la energía física y emocional de las mujeres debido a la falta de personas que les animen.

En este marco conceptual, el estudio de Burke, Gielen, McDonnell, O'Campo, y Maman (2001) sugiere que se debe prestar atención a cuestiones como la evaluación de las ventajas y desventajas que las mujeres que padecen maltrato hacen en relación con el cambio conductual, así como considerar la confianza que ellas tienen en su habilidad para cambiar de comportamiento (auto eficacia). Esto muestra que la percepción de la auto eficacia es un recurso interno que influye en el ajuste psicológico.

Además de la auto eficacia, la habilidad de ejercer control sobre su propia vida es una habilidad descrita en la literatura (Dunbar & Jeannechild, 1996). Esas autoras han conducido un estudio con 10 mujeres que dejaron la relación abusiva y no retornaron, y identificaron que uno de los factores que facilitan la salida es la habilidad de ser activo en la propia vida, pues las mujeres con sentido de control tienen más probabilidad de realizar cambios en la vida por creer en su capacidad. Ello permite la auto preservación que, según las autoras, es la capacidad de enfocarse en las fortalezas para enfrentar la crisis en lugar de dejar que la casualidad module la vida.

Con este recorrido, se puede observar que las estrategias de afrontamiento consisten en esfuerzos cognitivos y conductuales para hacer frente a la violencia de género en la pareja en un escenario de desafíos. Las estrategias de afrontamiento enfocadas en la resolución del problema están relacionadas con la poca presencia de síntomas depresivos (Kocot & Goodman, 2003).

No obstante, el uso de estrategias de afrontamiento enfocadas en la resolución de problemas depende del contexto de los recursos externos, pues Beeble et al. (2010) mencionan que la capacidad de resistencia de las mujeres a la violencia se ve afectada por la posibilidad de acceder a recursos como la vivienda o el apoyo social y económico. En este sentido, Hage (2006) resume que la actuación de la mujer ante el maltrato es una combinación entre las facilidades del contexto y lo que ella puede conseguir.

Siendo así, Pinnewala (2009) sugiere que las mujeres desarrollen estrategias de afrontamiento enfocadas en la emoción en los casos en que se hace difícil acceder a los recursos externos, pues por medio de la reevaluación y reorientación cognitiva pueden identificar problemas, entender la experiencia de violencia y verse como capaces de resolver el problema. Además de las restricciones ambientales, las estrategias de afrontamiento se ven afectadas por la distorsión cognitiva producto de la experiencia de victimización (Barnett, 2001). Por ello, Matos (2006) recomienda que las mujeres cuenten con el apoyo psicológico especializado antes, durante y después de la separación de la relación de violencia para que a través de ello puedan reevaluar sus necesidades, identificar recursos personales y externos y manejar el miedo. Una intervención adecuada brinda la comprensión de los procesos psicológicos que les mantienen en la relación, como la negación, la racionalización y la atribución de culpa.

De la revisión de la literatura sobre recursos personales se identifica como segundo gran grupo de recursos personales que las creencias de las mujeres en proceso de recuperación de la violencia de género en la pareja ejercen un rol importante en este proceso ya que pueden estar dificultando la permanencia en los servicios, la salida de la relación o el aumento de las recaídas (Barnett, 2001; Roca-Cortés et al., 2005; Soriano, 2007). A continuación se explican los términos de creencias y recuperación teniendo en cuenta a Roca-Cortés et al. (2005).

Las creencias tienen que ver con concepciones sobre la naturaleza y el funcionamiento de los roles y comportamientos del sexo masculino y femenino y sus relaciones de pareja, de familia, creencias sobre la violencia, la religión, el amor y la naturaleza del hombre y de la mujer que reflejan la conducta humana. Y la recuperación se refiere a la desaparición completa de

la relación abusiva que vaya más allá de la reducción de la conducta violenta y favorezca la reconstrucción de la vida personal y social que contempla autonomía, independencia y bienestar.

Partiendo de estas definiciones, Roca-Cortés et al. (2005) realizaron un estudio con 83 mujeres que se encontraban en proceso de recuperación de la violencia de género en la pareja a través del cual comprobaron que las creencias patriarcales o igualitarias sobre la familia, el amor, la pareja y la naturaleza del hombre y de la mujer ejercen un papel significativo en la recuperación de las mujeres que sufren maltrato. Las creencias igualitarias están asociadas a una mayor recuperación, mientras las creencias tradicionales están relacionadas con una menor recuperación. Dichas creencias ejercen un papel importante en la conducta de los hombres agresores y de las mujeres que sufren maltrato, pues actúan como obstaculizadoras o facilitadoras de la recuperación de la experiencia de violencia vivida.

La presencia de creencias tradicionales aumenta la probabilidad de que las mujeres permanezcan en la relación de maltrato (Anderson & Saunders, 2003; Barnett, 2001). Esto se expresa en el caso de las mujeres que justifican sus esfuerzos para salvar la relación en términos de tiempo, del compromiso con el matrimonio, del deseo de ofrecer a los hijos(as) una casa donde estén conjuntamente la madre y el padre y de la esperanza de que su pareja cambie de actitud.

Teniendo en cuenta estos puntos, Barnett (2001), Roca-Cortés et al. (2005) y Soriano (2007) sugieren que el trabajo psicoterapéutico considere la reinterpretación de la relación según la perspectiva de roles de género enmarcados en la desigualdad social de las mujeres y sus consecuencias, puesto que las expectativas de género sobre las mujeres y los hombres prescritas por la cultura patriarcal contribuyen a la subordinación de la mujer. Soriano (2007) critica los enfoques terapéuticos individualistas que priorizan dificultades y conflictos intrapsíquicos y se olvidan del contexto histórico, social, cultural, familiar y jurídico que influyen en la vida personal.

Para llevar a cabo esta meta de recuperación psicológica, Roca-Cortés et al. (2005) defienden la necesidad de deconstruir las creencias que culpabilizan a la mujer del maltrato. Eso es posible, según Matos (2006), a través del trabajo de exploración del significado atribuido al salir de la relación y de los valores culturales asociados al casamiento y al divorcio. La toma de consciencia sobre la educación patriarcal recibida develando las creencias patriarcales favorece que las mujeres recuperen su fortaleza psicológica y hagan frente a la violencia de género en la pareja.

Todo ello es posible, según Soriano (2007), mediante intervenciones terapéuticas que contemplan: (a)

el análisis de la relación de poder en la pareja y en la familia, (b) la toma de consciencia de la propia opresión personal en un contexto de opresión social de todas las mujeres, (c) la validación y el respeto de las decisiones de las mujeres. Para lograr reconocer su propio poder, Vaughn y Stamp (2003) sugieren que las mujeres desarrollen estrategias para superar sus dificultades y aprendan maneras de comunicarse y de manejar los conflictos basadas en la relación de igualdad.

En este contexto, Soriano (2007) explica que muchos de los síntomas de las mujeres que viven o han vivido violencia de género en la pareja están relacionados con la inhibición de emociones agresivas debido a la socialización basada en la sumisión. Por ello, recomienda que las personas profesionales faciliten un espacio en el cual las mujeres puedan expresar sentimientos como la rabia, la ira o el enfado que han reprimido dada la relación de dominación que han vivido. Eso favorece, según esta autora, la posibilidad de que las mujeres rescaten la confianza en los recursos disponibles en la comunidad y en sus recursos personales para mejorar su capacidad de respuesta ante las dificultades de la situación de maltrato.

Al revisar las creencias tradicionales, este cuestionamiento de la socialización de género permite identificar procesos psicológicos como la negación, la racionalización y la minimización que constituyen factores que contribuyen al mantenimiento de la violencia de género en la pareja. Por ejemplo, Vargas-Núñez, Gutiérrez, Parra, Díaz-Loving, y Aragón, (2011, p. 46) explican que las mujeres “al justificar el comportamiento violento de su pareja, y volverse esta justificación, una manera de interactuar con ella, contribuye a la perpetuación del círculo de la violencia.”

Finalmente, otro tercer gran grupo de recursos personales para considerar en el análisis de los factores que contribuyen al mantenimiento o a la salida de la violencia de género en la pareja es el concepto de resiliencia. La resiliencia es la capacidad de superación de las mujeres aunque estén expuestas a múltiples riesgos (Davis, 2002; Sanchez, 2009). A continuación se explora cómo este término es tratado en la literatura y luego se discuten los estudios que relacionan la resiliencia y el maltrato.

Vanistendael (2006) explica que la palabra resiliencia ha sido utilizada inicialmente en ingeniería para referirse a la capacidad de un material para recuperar el formato original tras haber sido alterado por presión. Este sentido pasó a aplicarse análogamente a la capacidad de la persona de resistir a situaciones adversas, superarlas y salir fortalecida (Infante, 2002).

Infante (2002) explica que este concepto se originó a partir de investigaciones que buscaban entender las causas y la evaluación de psicopatología, pero no daban

cuenta de por qué no siempre la presencia de factores de riesgo en la historia de la persona era garantía de que fuera a padecer de una enfermedad. A partir de este punto, este autor afirma que los estudios pasaran a intentar abordar los factores protectores relacionados con una adaptación positiva y la interacción entre factores de riesgo y de factores resilientes que favorece la superación de las dificultades.

Para entender esta capacidad de supervivencia y resistencia sorprendente observada en su trabajo con mujeres inmigrantes que sufrieron violencia de género en la pareja, Sanchez (2009) sugiere el uso del concepto de “casita” desarrollado por Vanistendael que se explica a continuación. Él propone el término “casita” para explicar que cada habitación constituye un área de intervención para la construcción de la resiliencia y que el suelo corresponde a las necesidades materiales básicas. Este autor describe cinco campos de intervención para construir y reforzar la resiliencia que se describen a continuación:

1. Aceptación incondicional: se refiere al hecho de haber contado en la infancia y en la adolescencia con alguien significativo que le haya aceptado con independencia de su conducta.
2. Sentido de vida: está relacionado con la capacidad de dar significado a las experiencias, a pesar de las adversidades encontradas en la vida.
3. Habilidades y competencias: tiene que ver con la capacidad que la persona percibe para ejercer control sobre su vida y solucionar sus problemas.
4. Autoestima: significa la imagen positiva de sí mismo.
5. Humor: está asociado a la habilidad de aceptar la imperfección y el sufrimiento, integrándolos positivamente en la vida.

Como se ha dicho anteriormente, la resiliencia no es un estado estable (Vanistendael, 2006), por lo que necesita una constante reparación para mantener el suelo firme que sostenga una “casita”. Vanistendael (2006) advierte que determinados eventos de vida pueden dañar la “casita” de modo que una reconstrucción sea importante. Así la experiencia de violencia de género en la pareja es una circunstancia agravante que puede comprometer la estructura de la “casita”. Siendo así, se plantea la necesidad de facilitar a las mujeres que sufren violencia de género en la pareja recursos materiales (ingresos, transporte, vivienda, guardería, etc.) y un tratamiento integral que contemple atención legal,

psicológica, sanitaria y social para que a través de esos factores ecológicos en interacción con esas mujeres, la resiliencia sea potenciada y ellas salgan fortalecidas de las dificultades vividas en la experiencia de maltrato.

Durante la revisión de literatura, se han encontrado pocas publicaciones que adopten la definición de resiliencia para analizar la experiencia de violencia de género en la pareja. A modo ilustrativo, Davies (2002) emplea el término resiliencia como un recurso interno para explicar cómo 17 mujeres entrevistadas por ella sobrevivieron a la experiencia de violencia de género en la pareja. Los datos del estudio fenomenológico de esta autora muestran que ellas reportaron haber desarrollado habilidades educacionales y ejercicio de determinación, “fuerza de voluntad”, esperanza, sentido del humor, espiritualidad y redes de apoyo para hacer planes para salir y sobrevivir a la situación de violencia de género en la pareja. Según cuentan las entrevistadas de Davies, el sentido del humor les ayudó a no pensar mucho sobre el futuro y la espiritualidad les permitió apartar la atención de la experiencia de violencia.

El estudio de Hage (2006) también considera la espiritualidad en las mujeres que viven violencia de género en la pareja como resiliencia, pues más de la mitad de las mujeres entrevistadas por ella revelaron tener fe en Dios como fuente de fuerza para afrontar el maltrato. Dunbar y Jeannechild (1996) también identificaron que la espiritualidad es un factor importante que ayuda a las mujeres que padecen violencia a trascender el trauma presente y pasado y a tener sentido de pertenecer a algo mayor. La investigación de esas autoras mostró que 90% de las entrevistadas reportaron la espiritualidad como el motivo que les ayudó a lidiar con el estrés de la vida y a marchar de la relación de maltrato. Además dos de las 10 entrevistadas revelaron que sus padres les transmitieron creencias como “sea independiente y primero se feliz tú” (Dunbar & Jeannechild, 1996, p.161).

Teniendo en cuenta que la resiliencia no es un atributo personal, pues no se nace resiliente (Infante, 2002), este autor pone el acento en los factores del proceso interactivo que promueven factores resilientes y deben ser estimulados por el entorno del individuo. En relación con el tema de la violencia de género en la pareja, esta mirada de la resiliencia brinda la comprensión de que para que sea posible que las mujeres confronten la violencia de género en la pareja y logren salir adelante fortalecidas de esta experiencia, resulta necesario que la sociedad se implique en reducir factores de riesgo y facilitarles medios (empleo, ingresos, guardería, transporte, leyes igualitarias, etc.) que les permitan tener una adaptación positiva.

Consideraciones

Se ha podido observar que romper con la violencia de género en la pareja encierra nuevos desafíos puesto que no hay garantía de que la violencia se acabe en el período posterior a la separación, ni de que los daños físicos y psicológicos terminen. En general, se utilizan estrategias de afrontamiento basadas en la resolución de problema (búsqueda de ayuda en la red social y en las instituciones) y estrategias de afrontamiento basadas en la emoción (reevaluación, reorientación, revisión de creencias) para poner fin al maltrato, pero dicho uso se ve afectado por la disponibilidad de recursos externos.

El apoyo de la red social cobra visibilidad en las diferentes fuentes de literatura consultadas, siempre que el mismo asegure el bienestar de las mujeres mediante la facilitación de recursos materiales y de soporte emocional incondicional, sin juicios o reacciones negativas.

Por último, aunque no por ello de menor importancia, es importante cerrar este trabajo citando la célebre afirmación de Herman, la cual ilustra lo que se ha dicho en las páginas anteriores:

“Recuperación es un maratón, es una prueba de resistencia que requiere una larga preparación y la práctica constante. La metáfora del maratón logra capturar el fuerte objetivo conductista de acondicionar el cuerpo, así como las dimensiones psicológicas de determinación y valor. (Herman, 2004, p.268).”

Referencias

- Anderson, D. K., & Saunders, D. G. (2003). Leaving an abusive partner: an empirical review of predictors, the process of leaving, and psychological well-being. *Trauma, Violence & Abuse, 4*, 163-191. doi: 10.1177/1524838002250769
- Barnett, O. W. (2001). Why battered women do not leave, part 2: External inhibiting factors – social support and internal inhibiting factors. *Trauma Violence, & Abuse, 2*(1), 3-35. doi: 10.1177/1524838001002001001
- Beeble, M. L., Bybee, D., & Sullivan, C. M. (2010). The impact of resource constraints on the psychological well-being of survivors of intimate partner violence over time. *Journal of Community Psychology, 38*(8), 943-959. doi: 10.1002/jcop.20407
- Blanco, P., & Mendi, L. (2004). ¿Cómo podemos apoyar a una mujer que nos dice que está siendo maltratada? Abordaje del hombre violento. En C. Ruiz-Jarabo, & P. Blanco (Org.), *La violencia contra las mujeres: Prevención y detección. Cómo prevenir desde los servicios sanitarios relaciones autónomas, solidarias y gozosas* (pp. 121-144). Barcelona: Ediciones Díaz de Santos.
- Burke, J. G., Gielen, A. C., McDonnell, K. A., O'Campo, P., & Maman, S. (2001). The process of ending abuse in intimate relationships: A qualitative exploration of the transtheoretical model. *Violence Against Women, 7*(10), 1144-1163. doi: 10.1177/10778010122183784
- Cantera, L. M. (2007). Casais e violência: Um enfoque além do gênero. Porto Alegre: Dom Quixote.
- Davies, R. E. (2002). “The strongest women”: exploration of the inner resources of abused women. *Qualitative Health Research, 12*(9), 1248-1263. doi: 10.1177/1049732302238248
- Dunbar, D., & Jeannechild (1996). The stories and strengths of women who leave battering relationships. *Journal of Couples Therapy, 6*(1/2), 149-173.
- Eastman, B. J., Bunch, S. G., Williams, A. H., & Carawan, L.W. (2007). Exploring the perceptions of domestic violence service providers in rural localities. *Violence Against Women, 13*(7), 700-716. doi: 10.1177/1077801207302047
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Gruen, R. J., & DeLongis, A. (1986). Appraisal, Coping, Health Status and Psychological Symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*, 571-579.
- Foucault, M. (1979). *Microfísica del poder*. Madrid: La Piqueta.
- Goodkind, J. R., Gillum, T. L., Bybee, D. I., & Sullivan, C.M. (2003). The impact of family and friend's reactions on the well-being of women with abusive partners. *Violence Against Women, 9* (3), 347-373. doi: 10.1177/1077801202250083
- Hage, S. M. (2006). Profiles of women survivors: The development of agency in abusive relationship. *Journal of Counseling & Development, 84*(1), 83-94.
- Hathaway, J. E., Willis, G., & Zimmer, B. (2002). Listening to survivors' voices: Addressing partner abuse in the health care setting. *Violence Against Women, 8*(6), 687-719. doi: 10.1177/107780120200800605
- Herman, J. (2004). *Trauma y recuperación: Cómo superar las consecuencias de la violencia*. Madrid: Editorial Espasa Calpe.
- Hirigoyen, M. (2006). *Mujeres maltratadas: Los mecanismos de la violencia en la pareja*. Barcelona: Paidós.
- Hydén, M. (1999). The world of the fearful: Battered women's narratives of leaving abusive husbands. *Feminism Psychology, 9* (4), 449-469. doi: 10.1177/0959353599009004012
- Infante, F. (2002). La resiliencia como proceso: una revisión de la literatura reciente. En A. Melillo, & E. Suárez (Comp.), *Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas* (pp.31-53). Buenos Aires: Paidós.
- Kocot, T., & Goodman, L. (2003). The roles of coping and social support in battered women's mental health. *Violence Against Women, 9*(3), 323-346. doi: 10.1177/1077801202250075
- Lazarus, R. S. (1993). Coping theory and research: Past, present, and future. *Psychosomatic Medicine, 55*, 234-247.
- Matos, M. A. V. (2006). *Violência nas relações de intimidade: Estudo sobre a mudança psicoterapêutica na mulher* (Tese de doutoramento não-publicada). Universidade do Minho, Porto.
- Pinnewala, P. (2009). Good women, martyrs, and survivors: A theoretical framework for south asian women's responses to partner violence. *Violence Against Women, 15*(1), 81-105. doi: 10.1177/1077801208328005
- Roca-Cortés, N., Espin, J., Rosich, M., Cantera, L.M., & Strey, M.N. (2005). Cambios de creencias e intervención en mujeres que sufren maltrato. *Revista Electrónica de la Universitat Jaume I, 1*(1), 143-155.
- Sanchez, R. (2009, Diciembre). *Necessitats específiques de les víctims estrangeres de violència de gènere*. Ponencia presentada en el Seminario Violència de gènere i immigració: per què moren més dones estrangeres que espanyoles? del Institut Interuniversitari d'Estudis de Dones i Gènere, Barcelona, España.
- Soriano, M. (2007, Mayo). *¿Es necesario un enfoque teórico-técnico o es precisa también una perspectiva de género? Necesidades actuales de investigación en violencia*. Ponencia presentada en el Simposio Internacional Violencia Vers les dones: recuperació i creences, Barcelona, España. Ponencia extraída desde <http://www.majeso.es/publicacions.html>

- Trotter, J. L., & Allen, N. E. (2009). The good, the bad, and the ugly: Domestic violence survivors' experiences with their informal social networks. *American Journal of Community Psychology, 43*, 221-231. doi: 10.1007/s10464-009-9232-1
- Vanistendael, S. (2006). *La resiliència o el realisme de l'esperança: Ferit, però no vençut*. Barcelona: Editorial Claret.
- Vargas-Núñez, B.I., Gutiérrez, J.L.P., Parra, M.S.L., Díaz-Loving, R., & Aragón, S. R. (2011). Estilos de poder, apreciación de la relación y de sí misma: variables que median en la mujer, estar o no en una relación de violencia. *Interamerican Journal of Psychology, 45*(1), 37-48.
- Vaughn, M., & Stamp, G. H. (2003). The empowerment dilemma: The dialectic of emancipation and control in staff/client interaction at shelters for battered women. *Communication Studies, 54*(2), 154-168. doi: 10.1080/10510970309363277
- Waldrop, A. E., & Resick, P. A. (2004). Coping among adult female victims of domestic violence. *Journal of Family Violence, 19*(5), 291-302. 8
- Zink, T., Jacobson, C. J., Pabst, S. Regan, & Fisher, B. S. (2006). A lifetime of intimate partner violence: Coping strategies of older women. *Journal of Interpersonal Violence, 21*(5), 634-651. doi: 10.1177/0886260506286878

Received 04/12/2012

Accepted 05/08/2013

Roberta de Alencar-Rodrigues. Universidad
Autònoma de Barcelona, España
Leonor M. Cantera. Universidad Autònoma de
Barcelona, España