



Vol. 14 No 1

Marzo de 2011

VIOLENCIA DOMÉSTICA, UNA ALTERNATIVA DE INTERVENCIÓN CON LAS VÍCTIMAS

Ana Paula Flores Vivanco¹

Universidad Nacional Autónoma de México
Facultad de Estudios Superiores Iztacala
Carrera de Psicología

Resumen

La violencia hacia la mujer es uno de los temas sobre los que más se escribe y debate en la actualidad y al día de hoy se ha convertido en uno de los principales problemas sociales y de salud en México, debido a que se presenta cada vez con mayor frecuencia, no obstante los esfuerzos del gobierno y la sociedad por cambiar la ideología que la sustenta y generar leyes que la erradiquen. Aunque dichos esfuerzos han propiciado cambios, es evidente que todavía falta camino que recorrer en muchos aspectos, como educación, legislación y conciencia social, y también, de gran importancia, en el apoyo a las víctimas de violencia, puesto que de la información y atención que se les brinde depende en gran medida el impedir que se guarde silencio y se sigan justificando estos hechos. En el presente artículo se describe en líneas generales cómo se constituye el fenómeno de la violencia doméstica, representado por el llamado “ciclo de violencia”, sus causas y consecuencias, así como los principales ejes de intervención que existen en el país para apoyar a las víctimas. Lo anterior se encuadra en un caso clínico y se propone la terapia psicológica grupal para trabajar con las víctimas y ayudarlas a recuperar el control de sus vidas.

Palabras clave: Violencia doméstica, tipos de violencia, ciclo de la violencia, derechos de la mujer, legislación contra la violencia, terapia grupal.

¹ Psicóloga Egresada de la FES Iztacala. Correo electrónico: pau13_16@hotmail.com

Summary

The violence against women is one of the subjects on which it is written and it debates more at present and today it has become one of the main social and health problems in Mexico, because it occurs every time most frequently, despite the efforts of the government and the society to change the ideology that sustains it and to generate laws that eradicate it. Although these efforts have generated changes, is evident that it still lacks way to cross in many aspects, like education, legislation and brings back to consciousness social, and also, of great importance, in the support to the violence victims, since on the information and attention that we offer to them depends in great extent to preventing the silence and that they are continued justifying these facts. In the present article it is described in main lines how the phenomenon of the domestic violence is constituted, represented by the call " cycle of violence ", its causes and consequences, as well as the main axes of intervention that exist in the country to support the victims. The previous thing is framed in a clinical case and the group psychological therapy sets out to work with the victims and to help them to regain the control of its lives.

Key words: Domestic violence, types of violence, cycle of the violence, women's rights, legislation against the violence, group therapy.

El tema de la mujer, abordado desde cualquier perspectiva, ha sido en los últimos años generador de una gran cantidad de estudios en todos los campos del saber humano, y aún distan de acabarse los discursos teóricos que, como principal objetivo, buscan darle un lugar diferente al que había tenido hasta ahora. Muchos han sido los debates en torno a cuál es y cuál debería ser el papel de la mujer en muchos aspectos (casa, escuela, trabajo, recreación, sexualidad), y sin duda cada uno de nosotros tiene una opinión, que se encuentra velada por la historia y la cultura que hemos compartido e interiorizado. Además, es evidente que los medios de comunicación masivos han hecho gran parte en la labor de clasificar a hombres y mujeres en distintos roles, adjudicándose el derecho de imponer las 'normas' que cada uno debe seguir en su desenvolvimiento social. Guiando la opinión pública, han creado escalas de valoración que son casi unánimemente aceptadas, siendo solo unos cuantos los que ven con verdadera actitud crítica estas manifestaciones y, solo unos pocos más, los que hacen algo al respecto.

Sea cual sea la opinión de cada uno, lo cierto es que la posición en la que queda la mujer es las más de las veces desventajosa, sin pasar de ser el objeto

(de amor, de placer, de agresión) del hombre. Esa distinción tan tajante de papeles nace de una clara diferencia anatómica entre hombre y mujer, la cual hace evidente que hombre y mujer son opuestos (¿por qué no pensar en complementos?). Dada esta diferenciación, suena lógico pensar que si ella tiene una vagina su labor será 'dar hijos' y después, si ella los ha parido, nada más lógico que tenga que encargarse de cuidar de ellos, alimentarlos, vestirlos, educarlos, amarlos. El hombre le da el sustento económico que posibilita que la mujer cumpla con sus tareas. ¿Qué queda fuera de esta concepción? Evidentemente todas las demás áreas en las que se puede desempeñar cualquier persona, trabajo, amistad, recreación, independencia, cultura. Estas áreas son solo un extra al trabajo obligado de la mujer, y sólo unas cuentas pueden disfrutar realmente de ellas, siempre y cuando no descuide sus deberes principales.

Lo anterior ha marcado el patrón de vida de muchas mujeres durante años, y ha establecido una manera de relacionarse con los demás, y de manera muy particular con el sexo opuesto. Una característica de dicha interacción que lamentablemente sigue vigente, y que proviene precisamente de la concepción antes mencionada de sumisión de la mujer, es la violencia, la cual podemos encontrar en todo momento, de muchas formas, en diversos grados y enmascarada por muchas razones.

Dado que involucra que integridad física, mental y emocional de las mujeres, la violencia hacia ellas ha llamado la atención ya no sólo a nivel de discurso filosófico, sino también legal y en el ámbito de la salud, quienes han buscado trabajar en conjunto para ofrecer soluciones más eficaces e ir erradicando, en la medida de lo posible, las situaciones de violencia que viven día a día mujeres de todas las edades en el país.

Considero que en la base de este problema se encuentra un desconocimiento importante del mismo, por parte de hombres y mujeres, así como una deficiencia de las autoridades para prevenirlo e intervenir tanto con víctimas como con victimarios. Sin embargo en México poco a poco se han ido llevando a cabo acciones que, de concretarse adecuadamente, pueden frenar el crecimiento de la violencia en la pareja, interviniendo desde todos los ángulos.

El presente artículo es una breve reseña de la manera en que se trabaja hoy en día en el país para prevenir y tratar la violencia hacia la mujer dentro de la pareja, así como sus consecuencias tanto físicas como psicológicas. En primer lugar se exponen los elementos principales que intervienen en la violencia, así como las características que esta toma en la población mexicana. Enseguida se muestra lo que se ha hecho en el país a nivel de legislación y se mencionan algunas dependencias encargadas de trabajar a este respecto. Más adelante se enmarca lo anterior con la presentación de un caso clínico que ejemplifica las características más comunes de la violencia mencionadas antes. Finalmente, se resumen los pasos a seguir al tratar situaciones de violencia, en dos niveles: la prevención y la intervención. En este último nivel se enfatiza el tratamiento psicológico como esencial para la recuperación integral de las víctimas y se propone la terapia grupal como una modalidad pertinente y que presenta grandes ventajas respecto a otros tipos de terapia psicológica.

“Todas las parejas tienen problemas”. Esto lo hemos escuchado muchas veces, y en ocasiones esta expresión lleva a pensar que si no hay discusiones no hay amor, y en los casos más graves, de los que todavía abundan, la agresión verbal y física sigue siendo una constante como una manera de demostrar cariño. El problema radica en que las más de las veces, la violencia no es identificada como tal, ya que tiene manifestaciones muy sutiles y que dejan casi siempre huellas invisibles. Sin embargo, el maltrato a las mujeres en el hogar abarca una amplia gama de conductas y comportamientos cuya finalidad es obligar a la víctima a hacer lo que el agresor quiere². De esta forma, tenemos que los dos elementos que conforman una relación de violencia son el agresor y el agredido o víctima. Ambos son esenciales para mantener esta relación, pero sin duda hemos visto la mayor capacidad para romperla en la víctima. La persona al parecer más débil es aquella con la fuerza necesaria para salir, para terminar el ciclo. Ciclo que, salvo pocas excepciones, inicia desde los primeros encuentros de la pareja, con manifestaciones sutiles que aumentan su intensidad y que poco a poco atrapan a ambas personas. Por esa razón es tal difícil detenerlo si no se hizo en los inicios.

² Mujeres violentadas por su pareja en México. INEGI, 2007.

Veamos más detenidamente cómo se inicia y se mantiene el ciclo de la violencia. Éste consta de las siguientes fases³:

La fase de *tensión* (ira, provocación, celos) pone de manifiesto la agresividad latente frente a la mujer y existen algunas conductas de agresión verbal y/o física de carácter leve y aislado, con un grado creciente de tensión.

La fase siguiente es de *agresión aguda* que implica una descarga sin control de las tensiones acumuladas (abuso sexual, amenazas, patadas, mordidas, golpes e incluso, uso de armas). La mayoría de las mujeres no buscan ayuda inmediatamente después de la agresión a menos que, las lesiones sean tan graves que necesiten ayuda inmediata. Las mujeres que se encuentran en esta etapa generalmente se aíslan y se niegan a los hechos, tratando de minimizarlos.

El ciclo se cierra con la fase de *reconciliación* en la que, el abusador puede negar los actos de violencia, pedir perdón y prometer que nunca más repetirá tales acciones con actitud de arrepentimiento. Este ciclo se repite en cada uno de los distintos tipos de violencia, sin embargo, es más evidente en las formas de violencia donde se encuentran las relaciones asimétricas de poder.



El ciclo de la violencia

³ Aliaga, P.; Ahumada, S. y Marfull, M. (2003) Violencia hacia la mujer, un problema de todos. *Revista Chilena de Obstetricia y ginecología*, 68 (1) 75-78.

Un factor importante que explica la continuidad del ciclo de la violencia es que este patrón generalmente es repetido por hombres y mujeres que en su infancia se encontraron en una situación similar, es decir, que vieron o experimentaron violencia en sus hogares, lo que los lleva a considerar este comportamiento (ya sea de víctima o de agresor) como natural y a reproducirlo en sus relaciones posteriores. Aprender la violencia directamente (es decir, con los padres u otras figuras de autoridad) tiene efectos más nocivos que presenciarla en televisión u otros medios⁴.

Dadas las características del ciclo de la violencia, así como la estandarización y marginación de la mujer en la sociedad mexicana, no es de sorprender que dicho ciclo tenga sus primeras manifestaciones en pareja jóvenes en etapa de noviazgo. Así, la Encuesta Nacional sobre Violencia en el Noviazgo (ENVIN, 2007) muestra los siguientes resultados⁵:

Porcentaje de la población soltera de 15 a 24 años que sufrió violencia física por parte de su pareja, por sexo según nivel de violencia

Sexo	Total	Leve ¹	Media ²	Severa ³
Total	100.0	42.7	51.3	6.0
Hombres	100.0	48.0	46.0	6.0
Mujeres	100.0	32.7	61.4	5.9

1-Se refiere a casos donde su novio(a) o pareja lo(a) ha empujado, arañado; le ha jalado el cabello o lo(a) ha mordido.
 2-Incluye agresiones de parte de su novio(a) o pareja, como bofetadas, golpes, patadas o que le haya arrojado algo pesado; que haya golpeado la pared y roto objetos personales.
 3-Comprende agresiones por parte del novio(a) o pareja; como quemaduras, intento de estrangulamiento o amenazas con navaja, cuchillo u otra arma.

Tabla 1. Porcentaje de la población soltera de 15 a 24 años que sufrió violencia física por parte de su pareja, por sexo según nivel de violencia.

En la Tabla 1 encontramos que el 61.4% de las mujeres de 15 a 24 años reportó haber sufrido violencia física ‘media’ por parte de su pareja, lo que incluye bofetadas, golpes, patadas, que le haya arrojado un objeto pesado o que haya

⁴ Chaux, E. (2003). Agresión reactiva, agresión instrumental y el ciclo de la violencia. *Revista de Estudios Sociales*. Junio (15) 47-58.

⁵ Encuesta Nacional sobre Violencia en el Noviazgo. INEGI, 2007.

golpeado la pared y roto objetos personales. Cabe destacar que esta clasificación de los niveles de violencia no puede ser tomada de manera absoluta, ya que solo representa un indicador, pues no se puede hacer como tal una división de la violencia. Además debemos considerar que las respuestas de las mujeres dependen de su percepción. Ésta se refiere a la valoración que da la mujer al hecho violento, que puede ir de considerarlo grave a no darle la menor importancia. Hay que tener en cuenta que dicha percepción está permeada por la propia subjetividad de la mujer violentada, pues lo que para una puede ser muy grave, para otra puede no ser importante; ello también depende de la clase de violencia de que se trate y de la periodicidad con la que se manifieste⁶. Cuando la violencia se ha vivido por un largo tiempo las mujeres difícilmente logran percibirla, ya que aprendieron que las agresiones son parte de su vida y la única manera de demostrar el afecto. Sin embargo, siempre sienten que algo les falta (respeto, amor, comprensión) y el hecho de no poder salir del ciclo crea en ellas la sensación de impotencia, culpa y a veces masoquismo.

Veamos ahora los datos acerca de la violencia de tipo psicológico que recabó la ENVIN.

⁶ Mujeres violentadas por su pareja en México. INEGI, 2007.

Porcentaje de la población soltera de 15 a 24 años que sufrió violencia psicológica por parte de su pareja, por sexo según clase de violencia

Sexo	Total ¹	Control ²	Subestimación ³	Intimidación ⁴
Total	100.0	93.4	51.5	6.7
Hombres	100.0	93.3	54.2	5.3
Mujeres	100.0	93.6	48.3	8.3

1-La suma de las clases de violencia no coincide con el total de jóvenes violentados, pues cada joven puede padecer más de una clase de violencia.
 2- Se refiere a las situaciones que se presentaron durante la relación por parte de su pareja, como el querer verlo(a) constantemente, o no importarle la hora del día o la noche para hablarle por teléfono; no dejar que tenga amigos(as) ni que salga con su familia.
 3- Incluye situaciones donde el entrevistado declara que su pareja no está de acuerdo con lo que estudia ni con el trabajo que desempeña; critica su manera de vestir, le dice que no entiende nada y lo(a) busca solamente cuando quiere.
 Implica las situaciones en donde el novio(a) o pareja amenaza con hacerse daño o lastimar a su pareja si termina la relación.

Tabla 2. Porcentaje de la población soltera de 15 a 24 años que sufrió violencia psicológica por parte de su pareja, por sexo según clase de violencia

En cuanto a la violencia psicológica, que es una de las manifestaciones más sutiles, encontramos que el 'control' es la forma más utilizada contra las mujeres de 15 a 24 años por parte de sus parejas, reportándolo el 93.6% de las encuestadas. Le sigue la forma de 'subestimación' (48.3) y en mucho menor porcentaje la 'intimidación' (8.3%). Hay que considerar también la dificultad para identificar cada tipo de violencia, lo que puede significar que en realidad las mujeres sufran más de uno pero no lo reporten (Tabla 2).

De igual forma, hay que señalar que la condición socioeconómica y cultural es un factor que explica la mayor o menor incidencia de los distintos tipos de violencia en las parejas jóvenes. A este respecto, la ENVIN⁷ encontró que tanto en el ámbito urbano como en el rural, el tipo de violencia más reportado es el psicológico, con una constancia de entre el 74.2% y el 77.7% para cualquier nivel de instrucción. Sin embargo, en cuanto a la violencia física se observa que en la

⁷ Encuesta Nacional sobre Violencia en el Noviazgo. INEGI, 2007.

zona urbana entre mayor sea la preparación escolar menor es el porcentaje de incidencia, lo que no ocurre en las zonas rurales, en las que no se encontraron diferencias significativas entre los distintos niveles de escolaridad (Tabla 3). Esto puede ser un indicador de que en las zonas con un menor nivel socioeconómico y cultural, la ideología que justifica la violencia física se encuentra más arraigada que en otros lugares, lo que impide que sea identificada como una agresión y más bien considerada como un elemento normal en las relaciones de pareja, creencia que se adquiere desde temprana edad.

Prevalencia de la violencia en la población soltera de 15 a 24 años, por ámbito de residencia urbano y rural y nivel de instrucción según tipo de violencia por parte de su pareja

Ámbito de residencia y nivel de instrucción	Tipo de violencia	
	Física	Psicológica
Total	15.5	75.8
Primaria	20.0	76.0
Secundaria ¹	16.9	75.9
Medio superior y superior	13.5	75.7
Urbano	16.4	76.3
Primaria	27.8	77.7
Secundaria ¹	18.8	76.7
Medio superior y superior	13.7	75.7
Rural	13.2	74.7
Primaria	12.9	74.5
Secundaria ¹	13.3	74.2
Medio superior y superior	12.9	75.5

¹ Incluye carrera técnica o comercial.

Tabla 3. Prevalencia de la violencia en la población soltera de 15 a 24 años, por ámbito de residencia urbano y rural y nivel de instrucción según tipo de violencia por parte de su pareja

No obstante, cabe señalar que no solo en la sociedad mexicana encontramos esta situación, ya que en diversos países se ha estudiado la presencia de violencia en la pareja que comienza en etapas tempranas. Dichos estudios sostienen que la causa principal de esta situación es la estricta y generalizada división sexista del mundo, que transmite desde muy corta edad a

las niñas y los niños con qué cualidades, valores y problemas deben identificarse y en qué actividades deben participar y en cuales no⁸.

Hablando más detalladamente sobre las manifestaciones de la violencia, en general podemos encontrar que todas las clasificaciones consideran los mismos tipos como los más comunes en una relación de pareja, y su recurrencia en la población mexicana es la siguiente⁹: la física es sufrida por un 13.1% de las mujeres, la psicológica o emocional es sufrida por 29.5%, la económica, que implica negar el suficiente sustento económico para cubrir necesidades básicas, así como la posibilidad de acceder a dicho recurso trabajando, es sufrida por el 40.6%, y la sexual, referida a obligar a la mujer al contacto sexual de cualquier tipo, es sufrida por un 16.8%. Encontramos además la violencia social (negar el contacto con otras personas o el involucrarse en actividades que generen dicho contacto) y la personal (impedir que la persona tenga su propio espacio y posesiones). La violencia de tipo físico es detectada mayor claridad, y las más de las veces es justificada por el agresor y por la propia víctima ('me pegó porque no le hice caso', 'es que se preocupa por mí').

Por lo que toca a la violencia sexual, el elemento del que se echa mano frecuentemente para refutar la acusación de la mujer (sobre todo en los sectores más desprotegidos) es que no se realizó una agresión o violación sexual, simplemente se llevó a cabo una actividad permitida por la ley en la que ambos esposos tuvieron intimidad. Aquí poco importa si esta relación fue consensual o no, e incluso las mujeres tienen la idea que el tener relaciones sexuales con su marido es una de sus 'obligaciones', a la cual no puede negarse, y que si lo hace, él tiene derecho a reclamar y tomar por la fuerza lo que le pertenece. Por último, en cuanto a la violencia económica, sabemos que la mayor parte de las mujeres al casarse otorgan a su esposo el derecho de administrar el dinero, de ganarlo y decidir en qué se gasta. Ésta es la obligación del hombre, quien simplemente debe darle a su esposa una cantidad semanal o mensualmente para comprar comida y

⁸ Díaz A. María José. (2003). Adolescencia, sexismo y violencia de género. *Papeles del Psicólogo*. 23 (84) 35-44.

⁹ Mujeres violentadas por su pareja en México. INEGI, 2007.

ropa (muchas veces apenas alcanza para lo primero). Esto sucede lamentablemente en el mejor de los casos, ya que en otros las mujeres jamás perciben un gasto y no pueden pedirlo, puesto que es él quien compra todo, aunque no sepa lo que se necesita.

Es menester que consideremos la dificultad de denunciar estas agresiones ante la ley, ya que, aunque la legislación existente parece resguardar a todas las mujeres, en la realidad encontramos diversas dificultades para que a una denuncia de este tipo se le de seguimiento y tenga un desenlace favorable. En primer lugar, sigue siendo casi imprescindible para que una denuncia sea tomada en cuenta, que exista la evidencia física y visible de la misma, es decir, que casi siempre se pone atención solo a las denuncias de maltrato físico del cual las mujeres ya tienen las marcas en el cuerpo, que van desde un moretón hasta lesiones graves externas e internas. Si no es así, es decir, si la violencia ha sido más del tipo emocional, los procedimientos pocas veces resultan efectivos para beneficiar a la víctima o castigar al agresor, dada la ambigüedad que implica el saber lo que es una agresión de este tipo, así como el darse cuenta de las consecuencias. Por otro lado, el proceso de interponer una denuncia y darle seguimiento implica un serio desgaste tanto físico como emocional para la víctima, quien muchas veces debe pasar por procedimientos de reconocimiento físico, los cuales son desagradables, tardados y además casi nunca cuentan con un apoyo de tipo emocional que les ayude a atravesar estas etapas, por lo cual muchas mujeres prefieren no reportar la agresión. A este problema, habría que sumarle el desconocimiento que tiene la mayor parte de la población respecto a la legislación que les protege, los derechos con los que cuentan y las formas en que pueden acceder a ellos. El papel de México en la lucha contra la discriminación y la violencia de género evidentemente no ha sido tan activo como el de otras naciones, no obstante, existe un trasfondo legal que pretende apoyar las acciones encaminadas a la erradicación de las diferencias de género y sobre todo brindar a las mujeres seguridad y respeto a sus derechos fundamentales.

En 2006 el Senado de la República aprobó la Ley General de Acceso a una Vida Libre de Violencia, la cual obliga al Estado a intervenir en forma directa para

evitar cualquier tipo de agresión contra mujeres y niñas. Un punto bastante importante de la ley, es que incluye dentro del concepto de violencia de género los aspectos no sólo físicos, sino también psicológico, patrimonial, económico, laboral, institucional, sexual y de matrimonio¹⁰. La Ley publicada en 2006 es la más reciente de una serie de acuerdos, convenciones y leyes que han tenido entre sus objetivos el de brindar apoyo a las mujeres víctimas de violencia, entre los cuales podemos destacar¹¹:

- La Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación Contra la Mujer (CEDAW, por sus siglas en inglés), adoptada el 18 de diciembre de 1979 por la Asamblea General de las Naciones Unidas. Es considerada como la Carta internacional de los derechos humanos de las mujeres y consta de un preámbulo y 30 artículos, en los que define el concepto de discriminación contra la mujer y establece una agenda para la acción nacional con el objetivo de poner fin a tal discriminación. México ratificó la Convención el 23 de marzo de 1981, año en el que entró en vigor en nuestro país.
- La Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer "Convención de Belém do Pará", la cual tiene el propósito de proteger los derechos humanos de las mujeres y eliminar las situaciones de violencia que puedan afectarlas. Fue adoptada en Belem do Pará, Brasil el 06 de septiembre de 1994 y ratificada por México el 06 de septiembre de 1998.
- La Ley General para la Igualdad entre Mujeres y Hombres, vigente desde agosto de 2006, genera la Política Nacional de Igualdad, la cual está integrada por el Sistema Nacional de Igualdad; el Programa Nacional para la Igualdad

¹⁰ 'Ley que castiga violencia contra las mujeres es aprobada', sitio Web Adital, noticias de América Latina y el Caribe, entrada del 20 de diciembre de 2006, consultado el 3 de septiembre de 2009. URL: <http://www.adital.com.br/novo/noticia2.asp?lang=ES&cod=25924>

¹¹ Programas y convenciones, sitio web Instituto Nacional de las Mujeres México, consultado el 8 de septiembre de 2009. URL: <http://estadistica.inmujeres.gob.mx/formas/programasyconvenciones.php>

entre Mujeres y Hombres (PROIGUALDAD); y el mecanismo de observancia, seguimiento y evaluación, a cargo de la Comisión Nacional de los Derechos Humanos. En el Programa Nacional para la Igualdad entre Mujeres y Hombres confluyen las competencias y atribuciones de las dependencias federales, alineadas con el propósito de lograr la igualdad entre mujeres y hombres, dirigidas por el Instituto Nacional de las Mujeres como instancia rectora de la Política de Estado en materia de igualdad, en el marco del Sistema Nacional para la Igualdad entre Mujeres y Hombres.

Asimismo, una de las instituciones mexicanas orientadas a este tema es el Instituto Nacional de las Mujeres (Inmujeres), creado el 8 de marzo de 2001 con el objetivo de “promover y fomentar las condiciones que den lugar a la no discriminación, igualdad de oportunidades y de trato entre los géneros, el ejercicio de todos los derechos de las mujeres y su participación equitativa en la vida política, cultural, económica y social del país”¹². Dentro de este instituto encontramos diversos programas, tales como: el fondo PROEQUIDAD, el cual busca financiar organizaciones civiles que favorecen el desarrollo de proyectos para mejorar las condiciones de vida de la población femenina; el Modelo de Equidad de Género (MEG), que pretende que tanto las empresas privadas como las instituciones públicas y las organizaciones civiles incorporen en sus políticas una perspectiva de género, contribuyendo a generar condiciones equitativas entre hombres y mujeres en los espacios de trabajo; y el espacio de Vida sin Violencia, que cuenta con un portal de Internet, así como una línea telefónica gratuita que ofrece orientación a las víctimas de violencia. Por último, cabe mencionar algunas de las campañas implementadas por el Inmujeres en 2008 con miras al cumplimiento de sus propósitos: Hombres Contra la Violencia, Observatorio de los Medios de Comunicación, Línea Vida Sin Violencia y Derechos Humanos de las Mujeres, los cuales son difundidos por medios impresos, en radio y en televisión¹³.

¹² Sitio web Instituto Nacional de las Mujeres México, entrada del 16 de febrero de 2009, consultado el 8 de septiembre de 2009. URL: www.inmujeres.gob.mx

¹³ Sitio web Instituto Nacional de las Mujeres, entrada del 31 de marzo de 2009, consultado el 8 de septiembre de 2009. URL: México www.inmujeres.gob.mx

Menciono además otras organizaciones e instituciones que pueden apoyar a la mujer en diferentes ámbitos (violencia, salud sexual y reproductiva, discriminación en el trabajo, etc.)¹⁴:

- * Procuraduría General de Justicia del Distrito Federal
- * Programa: CAVI, Centro de Atención a la Violencia Intrafamiliar.
- * Instituto de la Mujer del Distrito Federal
- * Unidades de Atención a la Violencia Familiar (UAVIF).
- * Centro de Atención a la Violencia Doméstica (CAVIDA)
- * Colectivo de Hombres por relaciones igualitarias (CORIAC)
- * Centro de Atención Integral a la Mujer I.A.P.
- * Fundación Mexicana para la Planeación Familiar (MEX FAM)
- * Grupo de Educación Popular con Mujeres
- * Adictos a Relaciones Destructivas
- * Red de Referencia a la Atención de la Violencia
- * Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal

Todas estas dependencias trabajan en conjunto, coordinándose para brindar un servicio integral de orientación, prevención y tratamiento de las distintas problemáticas que aquejan a la población femenina mexicana.

Sin embargo, más allá del apoyo institucional debemos considerar una parte fundamental en cuanto a la atención de las víctimas de violencia, es decir, el apoyo psicológico para el restablecimiento de la vida emocional y social de las mujeres. Si bien es cierto que a nivel de legislación, el derecho a este tipo de asistencia está establecido, es importante generar métodos de intervención capaces de responder a las necesidades de las víctimas, con terapias integrales que garanticen una recuperación integral. Más adelante retomaremos este eje.

A continuación presento el caso de Martha, mujer mexicana que por años ha sido víctima de la violencia en sus diferentes formas. Ella llegó al servicio de psicología de la Clínica Universitaria de Salud Integral en la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, y retomo este caso porque en él es posible encontrar las características de la violencia ya descritas y nos sirve como un referente de los miles de casos similares que existen en México, denotando además las

¹⁴ Sitio web e-mujeres, consultado el 8 de septiembre de 2009. URL:
http://www.e-mujeres.gob.mx/wb2/eMex/eMex_Directorio_de_Instituciones_que_apoyan_a_la_m

particularidades del grupo social que sigue siendo el más afectado, el de bajos recursos.

“Todos me han dejado sola...”

Martha tiene 50 años, 5 hijos y un nieto, a quien cuida de vez en cuando. Vive en unión libre con Alberto desde hace 25 años. No se casaron debido a que al conocerse ella ya tenía un hijo. La ideología popular nos dice que “una mujer no virgen es una mujer a la cual el hombre puede embarazar y abandonar o vivir con ella y maltratarla”¹⁵.

Sus padres eran campesinos, y en su niñez vivió un constante ambiente de violencia por parte de su padre. Hay que señalar que las estadísticas nos indican que el 57.3% de las mujeres que sufren violencia física, también la sufrieron durante su infancia¹⁶.

Desde la infancia hasta la adultez, Martha ha sido objeto de múltiples agresiones, primero en casa y más adelante en las relaciones de pareja. Ha experimentado violencia física y psicológica; incluso fue obligada a someterse a un aborto. Y la situación con su actual pareja ha sido una serie de maltratos y humillaciones que se aunaron a su ya deteriorada autoimagen. Desde las groserías por parte del señor Alberto y su familia, los golpes, hasta la violación. Aún cuando el señor tiene un trabajo, este nunca ha sido suficiente para mantener a la familia, por lo que la señora Martha tuvo que buscar una fuente más de ingresos, y comenzó a vender ropa en el comercio informal, actividad que hoy realiza con su hija y que las apoya en sus gastos familiares. Hay que mencionar que aunque la doble actividad de la mujer ha sido una constante desde hace muchos años, es sólo a últimas fechas que se le ha comenzado a tomar en cuenta en los sistemas de información estadística, siendo así que ahora se sabe que el porcentaje de mujeres económicamente activas se elevó de 21% en 1979 a 31% en 1991, 33% en 1991 y

¹⁵ Sánchez, A. (2003) **Mujeres, maternidad y cambio. Prácticas reproductivas y experiencias maternas en la Ciudad de México**. México: UAM y Programa Universitario de Estudios de Género

¹⁶ Mujeres violentadas por su pareja en México. INEGI, 2007.

34% en 1995¹⁷. Asimismo, el porcentaje de jefas de hogar económicamente activas que realiza quehaceres domésticos era de 94.4% en 2005, y un 18.8% de estas se desempeña como comerciante¹⁸. Es en realidad una jefa de familia y sabemos que solamente en uno de cada cinco hogares se reconoce como jefe del hogar a una mujer, los cuales en su totalidad albergan a una población de 16.5 millones de personas, hablando a nivel nacional¹⁹. El señor Alberto, siendo alcohólico y drogadicto, ha sometido a la señora a ofensas físicas y verbales, a las cuales ella no había podido poner freno, sólo el silencio, que empezó a romper durante las sesiones de terapia. Podemos apreciar que la situación de la señora Martha, misma que viven millones de mujeres en México, cuenta con muchas aristas, no solo las relativas a lo psicológico, y su solución involucra el estudio de diferentes aspectos, los cuales trataré a continuación.

¿Cómo se enfrenta el problema?

Como se ha mencionado anteriormente, los grupos e instituciones que apoyan a las mujeres que sufren violencia son de diversa índole e inciden a distintos niveles. Dadas las estadísticas presentadas, es evidente que este problema no es aislado, sino que es la manifestación de una situación global, que se desencadena desde la conciencia colectiva aún vigente y que repercute en distintas áreas, haciendo que sea imposible clasificarla dentro de un rubro particular. Es un asunto de género, de salud, de discriminación, legal, económico, de educación, y finalmente social cuya resolución depende de un trabajo multidisciplinario y multinivel que garantice una atención plena y de calidad.

A continuación quisiera abordar de manera muy general las áreas que se deben contemplar en esta atención integral, las cuales pueden dividirse por su temporalidad en prevención e intervención.

¹⁷ García, B. (coord.) (1999) **Mujer, género y población en México**. México: El Colegio Mexicano. Sociedad Mexicana de Demografía.

¹⁸ Los hogares con jefatura femenina. INEGI, 2005.

¹⁹ Los hogares con jefatura femenina. INEGI, 2005.

La prevención

Parte esencial del abordaje de la violencia hacia la mujer es precisamente la prevención, es decir, las acciones encaminadas a informar y concientizar a la población sobre las características de este tema, lo referente a sus causas y formas de manifestación, así como las consecuencias y los lugares a los que se puede acudir en busca de ayuda. Tanto hombres como mujeres deben saber que la ley los protege y que cuentan con derechos que no les pueden ser negados bajo ninguna circunstancia. Sobre esto, la Ley general de Acceso a las Mujeres a una Vida Libre de Violencia menciona que es responsabilidad del Estado (por medio de sus organismos estatales):

- I. Proporcionar atención, asesoría jurídica y tratamiento psicológico especializados y gratuitos a las víctimas, que favorezcan su empoderamiento y reparen el daño causado por dicha violencia;
- II. Brindar servicios reeducativos integrales, especializados y gratuitos al Agresor para erradicar las conductas violentas a través de una educación que elimine los estereotipos de supremacía masculina, y los patrones machistas que generaron su violencia...²⁰

Es importante que este nivel no se enfoque solamente en cierto grupo de personas, es decir, en mujeres u hombres mayores de edad o de cierta condición socioeconómica, puesto que, como se ha visto, podemos encontrar víctimas de violencia en cualquier estrato social y de edad, y además hay que mencionar que, si bien las mujeres como víctimas son el grupo al que se le presta mayor atención a la hora de hablar de prevención, es menester incluir activamente a la población masculina a este nivel, puesto que la base de la violencia de género la encontramos en “una concepción sexista de los agresores, estrechamente ligada a la exacerbación del modelo masculino tradicional (que incluye la consideración de

²⁰ Ley General de Acceso a las Mujeres a una Vida Libre de Violencia. Sitio Web del Diario Oficial de la Federación. Consultado el 9 de septiembre de 2009. URL: <http://www.ordenjuridico.gob.mx/Federal/Combo/L-138.pdf>

lo masculino como superior, la legitimidad de la supeditación femenina al varón,...) y una estructura social económica y familiar patriarcal que implica una distribución desigual del poder...”²¹.

Además, la educación impartida desde la infancia es mucho más eficaz, sobre todo si tanto en la escuela como en el hogar se le concede la debida importancia y se ponen en práctica los valores de respeto y tolerancia que son la base de las relaciones humanas. Por tanto, hay que recalcar el papel primario que tienen la escuela y la familia como instituciones destinadas a fomentar la equidad de género y erradicar las manifestaciones de la discriminación. En segundo lugar, serán las instituciones de tipo gubernamental, civiles y privadas las que deberán divulgar la información necesaria por la mayor cantidad de medios de comunicación que propicien este cambio de conciencia. Ya se ha mencionado anteriormente una parte de lo que en México hacen las organizaciones como Inmujeres; otro ejemplo es la campaña implementada por la Procuraduría General de la República en 2008, “con el fin de fomentar la denuncia de actos de violencia contra las mujeres y la trata de personas por medio de trípticos, manuales y carteles que en su portada emiten mensajes como La violencia no es el camino... Dentro de estos materiales se encuentra información sobre lo que es violencia, los lugares en los que se pueden sufrir actos de violencia, quienes son los actores y la forma en que se puede acudir y denunciar estos actos de violencia”²².

La intervención

Se ha dicho que la mejor intervención es la prevención, no obstante, encontramos que las estadísticas respecto a la violencia contra la mujer siguen siendo alarmantes, lo que nos indica que las acciones hasta ahora llevadas a cabo

²¹ Bosch, E.; Ferrer, V. y Alzamora, A. (2005). Algunas claves para una psicoterapia de orientación feminista en mujeres que han padecido violencia de Género. *Feminismo/s*, **6**. Artículo publicado en el Sitio Web: Repositorio Institucional de la Universidad de Alicante, consultado el 2 de septiembre de 2009. URL: http://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/3185/1/Feminismos_6_09.pdf

²² ‘Lanza PGR campaña para denuncia de violencia contra las mujeres y la trata de personas’, sitio Web Notiese, agencia especializada de noticias, entrada del 24 de noviembre de 2008, consultado el 20 de octubre de 2009. URL: http://www.notiese.org/notiese.php?ctn_id=2432

son insuficientes e ineficaces, ya que carecen de una adecuada difusión, abarcando zonas demasiado pequeñas de la República, con lo cual casi siempre se olvida a las poblaciones más desprotegidas, que evidentemente son aquellas en las que este hecho no se denuncia. Sin embargo, es importante que en las ocasiones en que exista dicha denuncia se le de el seguimiento apropiado, esta es una de las modalidades de intervención más relevantes para la recuperación de la víctima, ya que se brinda una red de seguridad que ayuda a que la víctima se recupere y sobre todo se aleje de la situación que la pone en peligro. En este sentido, hay que mencionar que la Ley General de Acceso a las Mujeres a una Vida Libre de Violencia²³ considera las órdenes de protección, las cuales, una vez denunciado el hecho, pueden lograr que el agresor desocupe el domicilio conyugal o donde habite la víctima, impedir que este se acerque al domicilio, lugar de estudio o de trabajo de la víctima y de sus familiares, retenerle cualquier tipo de arma que haya sido o pueda ser usada para amenazar o agredir a la víctima, o permitir el acceso a las autoridades o cualquier persona que pueda auxiliar a la víctima en la recuperación de sus bienes personales y los de sus hijos, así como auxilio policiaco de reacción inmediata a favor de la víctima, con autorización expresa de ingreso al domicilio donde se localice o se encuentre la víctima en el momento de solicitar el auxilio. Todas estas son acciones legales que pueden en su momento llevarse a cabo para salvaguardar la integridad de la víctima. Asimismo, existen órdenes de protección de naturaleza civil, las cuales pueden: suspender el régimen de visitas y convivencia del agresor con sus descendientes, prohibir al agresor enajenar o hipotecar bienes de propiedad conyugal, darle a la víctima la posesión exclusiva del inmueble que sirvió de domicilio, y generarle al agresor una obligación alimentaria provisional e inmediata. Estos derechos deben ser dados a conocer a la víctima desde el momento en que se realiza la denuncia y durante el seguimiento de ésta, para que puedan ser usados cuando se requiera; de manera general, todas las víctimas tienen derecho a:

I. Ser tratada con respeto a su integridad y al ejercicio pleno de sus derechos;

²³ Op cit.

- II. Contar con protección inmediata y efectiva por parte de las autoridades;
- III. Recibir información veraz y suficiente que les permita decidir sobre las opciones de atención;
- IV. Contar con asesoría jurídica gratuita y expedita;
- V. Recibir información médica y psicológica;
- VI. Contar con un refugio, mientras lo necesite

Ahora, antes de que una denuncia sea presentada y se pueda hacer uso de los recursos legales, podemos encontrar otras modalidades de intervención cuando se presenta un hecho de violencia, comenzando por la atención primaria que brinda el sector salud, y que puede dividirse en los siguientes servicios²⁴:

- Centro de atención primaria.- Dónde llegan las víctimas con lesiones físicas de diversos grados, sintomatología psíquica (cuyas manifestaciones suelen ser vagas y fácilmente confundidas) o síntomas orgánicos que los profesionales de la salud deben saber detectar a tiempo. Un indicador importante es que las lesiones no suelen tener una explicación convincente o que son justificadas por la misma persona.
- Servicios de urgencia.- Se llega a éste cuando las lesiones físicas o las afectaciones orgánicas son mayores, sin embargo, de nuevo la violencia es escondida por las mujeres por vergüenza o temor a las posibles represalias del agresor, y algunas veces porque la víctima justifica la situación, lo que indica un problema psicológico más profundo.
- Servicios sociales.- Estos acuden a prestar servicios de información, apoyo y seguimiento, una vez que se ha detectado o se tiene sospecha de un incidente de violencia.
- Medicina forense.- Se llega a este recurso por medio de una petición judicial por la denuncia interpuesta, o por una investigación ante la sospecha de maltrato. En este ámbito es de esencial importancia la historia clínica y las pruebas diagnósticas para dar curso a la intervención.

²⁴ Bosch, E.; Ferrer, V. y Alzamora, A. (2005, op cit.)

Un elemento principal en esta intervención es sin duda la preparación de los profesionales de la salud, pues son ellos quienes trabajarán con la víctima en todo momento, por lo que deben contar con los conocimientos básicos sobre la violencia hacia las mujeres para lograr un enfoque sensible que comprenda las necesidades, actitudes y comportamientos de las mujeres²⁵. Además, hay que remarcar que toda intervención ha de ser multidisciplinaria, ya que involucra el trabajo de médicos, psicólogos, trabajadores sociales, forenses, abogados, entre otros, quienes se encargan de dar cauce a cada aspecto de la situación.

Por último, expondré lo relativo a la intervención a nivel psicológico, etapa que, de la mano de la intervención jurídica y legal, ayudan al reestablecimiento de la vida de la víctima en un ambiente mucho más favorable. Hay que recordar que el brindar este apoyo es una obligación de las autoridades, y está disponible de manera gratuita en la mayoría de las instituciones que se han mencionado anteriormente.

Dado que las sesiones de terapia trabajadas con la señora Martha fueron muy pocas, en realidad quedaron asuntos no resueltos, aunque sí se logró dar pie a la búsqueda de un trabajo más profundo y a la realización de cambios en su vida que propiciarían que se sintiera mejor tanto física como emocionalmente. No es pertinente dar una descripción detallada de la intervención efectuada, en cambio, lo que aquí se hará es una descripción de un proceso terapéutico que cuente con las características esenciales para generar un ambiente propicio para la expresión física y emocional, posibilitando el desarrollo de habilidades encaminadas a cambiar los patrones que han regido la vida dentro de la violencia, a la par de manejar los aspectos relativos al proceso legal que debe recorrerse. Es decir, una intervención integral.

²⁵ Acero, A. (2004). Atención a mujeres víctimas de malos tratos: una propuesta de programa de intervención. Artículo publicado en el Sitio Web: Atica Servicios de Salud, consultado el 2 de septiembre de 2009. URL: <http://www.aticaserviciosdesalud.com/ATENCION%20A%20MUJERES%20VICTIMAS%20DE%20MALO%20TRATOS.pdf>

Ahora, en cuanto a los pasos, las características y los elementos que debe abordar una terapia psicológica, podemos exponer lo siguiente de manera general²⁶:

En primer lugar, una vez que la violencia se ha detectado, hay que valorar las particularidades de la situación, esto es, los síntomas físicos y las consecuencias psicológicas tales como trastornos de ansiedad, depresión, estrés, estados disociativos, abuso de alcohol o fármacos, intentos de suicidio, etcétera, y las condiciones en que esto se ha dado. Es decir, se consideran los factores socioeconómicos, el lugar y tipo de residencia y qué otras personas se encuentran involucradas. Por medio de pruebas estandarizadas y entrevistas se conocerán las áreas de intervención más importantes. Sin embargo, hay que tener en cuenta los posibles errores diagnósticos que se presentan cuando la víctima no ha realizado un reconocimiento pleno de la situación. En estos casos, será necesario brindar una red de seguridad para que la persona pueda expresar los sentimientos y emociones reprimidos y tome conciencia de sus necesidades, motivándola a encontrar una solución.

En todo momento debe recordarse no forzar al paciente a hablar o a actuar, ya que esto puede hacer que abandone el tratamiento; en vez de eso se le debe dar tiempo y confianza, reconociéndolo en cada paso que da y manifestándole que su decisión de tomar una terapia es la correcta. No obstante, nunca debe dejarse de lado la tarea de hacer que se tome conciencia, ya que los pacientes suelen pensar que la situación violenta terminará por sí misma por el solo hecho de acudir a la terapia, lo que hace que en realidad no se esfuercen por hacer cambios en su vida.

La terapia grupal como una respuesta adecuada

Todos hemos escuchado hablar de diversos grupos de terapia que trabajan con poblaciones de cualquier estrato y en muchas situaciones (de alcoholismo y

²⁶ Acero, A. (op cit)

adiciones, de duelo, de crecimiento personal), y los grupos de víctimas de la violencia es uno de ellos; de hecho, está entre los más conocidos y utilizados.

¿Por qué este tipo de terapia reporta tal cantidad de asiduos? En general, podemos encontrar que en este tipo de terapias se crea un ambiente de empatía, seguridad y confianza entre las mujeres, lo que invita a una liberadora expresión de los sentimientos; también se dan cuenta de que no son las únicas en una situación de violencia, sino que hay muchas personas que atraviesan circunstancias similares, por lo que la relación entre compañeras es de igualdad, y esta relación puede llegar a generar importantes redes de apoyo que unas y otras usan cuando lo necesiten. Asimismo, en una dinámica de terapia grupal, las mujeres pueden aprender unas de otras a través de la imitación de ciertas conductas, lo que llega a generar cambios importantes en su situación. Otra ventaja valiosa es que las mujeres llegan a sentirse seres valiosos, aceptados y queridos, lo que les devuelve la seguridad y la autoestima. Por último, hay que considerar el uso más eficiente del tiempo, el espacio y los recursos, que sirven para un elevado número de pacientes²⁷:

Dadas las características anteriormente descritas acerca de la violencia y sus componentes, una terapia grupal dirigida a ésta debe por supuesto abordar un eje educativo que enseñe a la víctima a identificar la violencia, sus tipos y manifestaciones, para que sean capaces de ubicar su propia situación; además se deben trabajar como prioritarios los temas de autoconcepto y autoestima (su función en la situación de violencia y en la forma de salir de ella), la imposición de límites (aprender a decir 'no' sin sentir culpa o ser víctimas de chantajes, defender su opinión y su integridad y tener seguridad en sí mismas), las metas y objetivos personales (para buscar el equilibrio y la autorrealización, aprendiendo a tomar sus propias decisiones), y la aceptación y expresión de las emociones, incluyendo la comunicación asertiva, lo que será necesario para establecer nuevas relaciones, más sanas.

²⁷ Cañas, A. (2007) Caracterización teórico metodológica de las intervenciones grupales con mujeres víctimas de violencia en la pareja. Universidad de Chile.

El trabajo debe abordar también la cuestión de los antecedentes personales como parte de la explicación de la problemática actual, pero es importante no centrarse en ese aspecto sino para cerrar círculos y eliminar resentimientos o miedos pasados que obstruyen la recuperación. El énfasis debe ponerse sobre todo en el presente, en las herramientas con las que se cuenta y lo que aún se tiene que aprender. Los errores cometidos antes se verán siempre como un aprendizaje y una nueva oportunidad.

Siendo mencionados los beneficios de esta modalidad de terapia, cabe puntualizar por último de las características que se muestran ideales para la adecuada consecución de sus objetivos.

No hay que olvidar que desde el inicio se debe establecer una relación basada en el *respeto* hacia los demás, hacia sus historias, sus sentimientos, sus pensamientos. Esto incluye evitar los juicios, dados en palabras o en conductas, hacia lo que expresa el otro, el no agredir, ya que se considera a la terapia como un ambiente seguro. Esto incluye por supuesto al o los terapeutas, que deben poner el ejemplo así como asegurar la confidencialidad de los que se hable en ese lugar. Si no se logra este primer elemento será muy difícil que se pueda continuar con todo el proceso.

Una vez que se ha establecido el respeto, es importante que se les pida a los miembros del hablar con honestidad y con compromiso hacia el grupo, lo que implica que deben asistir a todas las sesiones, ser puntuales y participar en los ejercicios. Hay que establecer un objetivo común para todo el grupo, además de los individuales que pueda tener cada persona. Esto supone una relación de igualdad entre los miembros, sin olvidar la cuestión subjetiva.

En cuanto a la actitud del terapeuta, ésta debe ser desde el principio empática, abierta y comprensiva a los problemas de los miembros, sin colocarlos nunca en una posición de víctima, ya que lo que se busca es que el paciente se responsabilice de su vida, entienda su situación y aprenda a manejarla. Esto no significa tampoco el culpabilizar a la víctima por su situación, sino instalarla en su realidad y en lo que quiere a futuro y cómo ha de conseguirlo.

Se trata de apoyar a la persona en la búsqueda de solución a su problemática, no así de vivir por ella el problema y tratar de arreglárselo. El empoderamiento significa tener en ella la posibilidad de salir adelante por sí misma, y esa es la idea principal que se debe generar en el grupo. Se tiene que ir gradualmente del apoyo a la generación autonomía.

Cumplíéndose lo anterior se crean las condiciones propicias para que las mujeres que han sido víctimas de la violencia en el hogar trabajen en su recuperación, adquiriendo habilidades que muchas veces no poseen y practicándolas en un espacio seguro. Una vez cerrándose el espacio terapéutico es deber de la persona el generalizar lo que ha aprendido y llevarlo a cabo en su vida cotidiana. Sin embargo, las redes sociales creadas muchas veces duran más allá del tiempo trabajado, lo que es un aliciente para no quedarse a medias y perseguir el cambio de vida que se inició al entrar al grupo.

Conclusión

La vida de la mujer mexicana actual, su ser, se encuentra atravesado por una gran cantidad de elementos sociales, históricos y culturales que han definido su pensamiento e incluso su cuerpo y que le han marcado toda una norma del deber ser en cualquier ámbito en el que se desempeñe. La dualidad hombre-mujer se encuentra pocas veces tan escindida como en la conciencia del pueblo mexicano, para quien estos dos seres están contrapuestos, en constante lucha por una posición superior. El machismo, concepto generalizado e interiorizado por mexicanos y mexicanas, es la base de diversos debates, encuentros y desencuentros, y en el caso de las relaciones interpersonales es la causa primera a la que se atribuyen distintas problemáticas sociales. Sin embargo, más allá de llegar a una verdad absoluta respecto a 'quienes son mejores', me interesa hacer notar que, sin darnos cuenta, hemos dejado de lado la necesaria complementariedad que la naturaleza misma dispuso en los sexos para dar paso a un conflicto que poco nos deja salvo por la reflexión crítica que construye nuevas alternativas de relación.

La cuestión está en por qué a pesar de sabernos indispensables el uno para el otro hemos llegado al extremo del desconocimiento e incluso la agresión hacia el otro, a rechazar lo que es del otro y forma parte de nosotros mismos, porque somos las partes de una sola entidad que se revela en el amor, en la vida en pareja (con el fruto de los hijos) y en su forma más perfecta en la plena sexualidad. Será tal vez por eso que la mayoría de las personas van por la vida buscando aquello que les haga sentir completos, pero que no pueden ver por el velo del sexismo, de la confrontación, en vez de aceptar que somos tan distintos como parecidos, que cada quien tiene una función, y que toca encontrar el camino de la integración, no de la ventaja de uno sobre otro.

Una de las consecuencias más lamentables de esta disparidad de géneros la podemos ver en la violencia, específicamente la que se da dentro del hogar y entre los miembros de la pareja. Los efectos de la violencia llegan a todos los niveles, atentando contra la integridad física y emocional. En la búsqueda de resarcir el daño las mujeres hacen uso de todos sus recursos, ya sean materiales o sociales. En esta búsqueda, muchas de ellas encuentran en la terapia psicológica una parte muy importante de la recuperación. Dicha terapia se presenta como un gran catalizador en este proceso, puesto que las consecuencias de la violencia, como ya hemos visto, llegan a ser muy profundas, sobre todo a nivel emocional, y es necesario trabajar con los pensamientos y sentimientos negativos que se generan. Sin embargo, la terapia individual, aunque no deja de reportar resultados, trabaja de forma más lenta. Por esta razón se considera como alternativa más efectiva el trabajo en grupo. Dado que somos seres sociales, el compartir una problemática genera nuevas opciones y reditúa ganancias a más corto plazo, ya que de inmediato se enfrenta el problema y se busca su solución, siendo ésta más duradera.

El caso de la señora Martha es emblemático de lo que viven hoy en día muchas mujeres, pero también de cuales son los elementos que se deben trabajar prioritariamente, los cuales retoma la alternativa de terapia aquí abordada.

Referencias bibliográficas

'Lanza PGR campaña para denuncia de violencia contra las mujeres y la trata de personas', sitio Web Notiese, agencia especializada de noticias, entrada del 24 de noviembre de 2008, consultado el 20 de octubre de 2009. URL: http://www.notiese.org/notiese.php?ctn_id=2432

'Ley que castiga violencia contra las mujeres es aprobada', sitio web Adital, noticias de América Latina y el Caribe, entrada del 20 de diciembre de 2006, consultado el 3 de septiembre de 2009. URL: <http://www.adital.com.br/novo/noticia2.asp?lang=ES&cod=25924>

Acero, A. (2004). Atención a mujeres víctimas de malos tratos: una propuesta de programa de intervención. Artículo publicado en el Sitio Web: **Atica Servicios de Salud**, consultado el 2 de septiembre de 2009. URL: <http://www.aticaserviciosdesalud.com/ATENCION%20A%20MUJERES%20VICTIMAS%20DE%20MALOS%20TRATOS.pdf>

Aliaga, P.; Ahumada, S. y Marfull, M. (2003) Violencia hacia la mujer, un problema de todos. *Revista Chilena de obstetricia y ginecología*, **68**, (1) 75-78.

Bosch, E.; Ferrer, V. y Alzamora, A. (2005). Algunas claves para una psicoterapia de orientación feminista en mujeres que han padecido violencia de Género. *Feminismo/s*, **6**. Artículo publicado en el Sitio Web: Repositorio Institucional de la Universidad de Alicante, consultado el 2 de septiembre de 2009. URL: http://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/3185/1/Feminismos_6_09.pdf

Cañas, A. (2007) Caracterización teórico metodológica de las intervenciones grupales con mujeres víctimas de violencia en la pareja. Chile: Universidad de Chile.

Chaux, E. (2003). Agresión reactiva, agresión instrumental y el ciclo de la violencia. *Revista de Estudios Sociales. Junio* (15) 47-58.

Díaz A. M. (2003). Adolescencia, sexismo y violencia de género. *Papeles del Psicólogo*. **23** (84) 35-44.

Encuesta Nacional sobre Violencia en el Noviazgo. INEGI, 2007.

García, B. (coord.) (1999) **Mujer, género y población en México**. México: El colegio de México. Sociedad Mexicana de Demografía.

http://www.e-mujeres.gob.mx/wb2/eMex/eMex_Directorio_de_Instituciones_que_apoyan_a_la_m

Ley General de Acceso a las Mujeres a una Vida Libre de Violencia. Sito Web del Diario Oficial de la Federación. Consultado el 9 de septiembre de 2009. URL: <http://www.ordenjuridico.gob.mx/Federal/Combo/L-138.pdf>

Los hogares con jefatura femenina. INEGI, 2005

Mujeres violentadas por su pareja en México. INEGI, 2007.

Programas y convenciones, sitio web Instituto Nacional de las Mujeres México, consultado el 8 de septiembre de 2009. URL: <http://estadistica.inmujeres.gob.mx/formas/programasyconvenciones.php>

Sánchez, A. (2003) **Mujeres, maternidad y cambio. Prácticas reproductivas y experiencias maternas en la Ciudad de México**. México: UAM y Programa Universitario de Estudios de Género.

Sitio web e-mujeres, consultado el 8 de septiembre de 2009. URL:

Sitio web Instituto Nacional de las Mujeres México, entrada del 16 de febrero de 2009, consultado el 8 de septiembre de 2009. URL: www.inmujeres.gob.mx

Sitio web Instituto Nacional de las Mujeres, entrada del 31 de marzo de 2009, consultado el 8 de septiembre de 2009. URL: México www.inmujeres.gob.mx