

Voces que rompen el silencio de la violencia

Concurso de Investigación sobre violencia de género



Editado por

Pontificia Universidad Católica del Perú
Dirección Académica de Responsabilidad Social
Maestría en Estudios de Género
Av. Universitaria 1801, San Miguel,
Lima 32, Perú.
T 626 2000
I www.pucp.edu.pe

Deutsche Gesellschaft für
International Zusammenarbeit (GIZ) GmbH
Programa Regional ComVoMujer
María de Pardo 150, Edificio Peruval, piso 4.
San Isidro, Lima 27, Perú.
T +51 1 442 1101
I www.giz.de

Responsables

Fanni Muñoz
Directora de la Maestría en Estudios de Género
Escuela de Postgrado
famunoz@pucp.edu.pe

Tesania Velazquez
Directora Académica de Responsabilidad Social
tvelazq@pucp.pe

Christine Brendel
Directora Programa Regional ComVoMujer
christine.brendel@giz.de

Impreso en el Perú
Imprenta Iakob Comunicadores & Editores S.A.C.
Calle Los Talladores Nro. 474 Urbanización industrial El artesano (cdra 4 de los frutales)
Lima-Lima-Ate
RUC: 20524555701

ISBN:978-612-47215-4-0
Hecho el depósito legal en la Biblioteca Nacional del Perú : 201617616
Primera edición, Diciembre 2016
Tiraje: 500 ejemplares

Derechos reservados

Prohibida la reproducción de este libro por cualquier medio total o parcialmente, sin permiso expreso de las/los editoras/es. Las ideas, opiniones y criterios expresados en esta publicación son responsabilidad exclusiva de sus autoras y no reflejan necesariamente la opinión de la GIZ ni de la PUCP.

Autoras

Selene Cueva Madrid, Flavia Mendiola Rodríguez, Cristina Valega Chipoco

Romina Ramírez Ángel, Sandra Cárdenas Ruiz Manrique, Verónica Reynaga Soria

Acompañante(s)

Alizon Rodríguez
Eloy Neira
Sofía Macher

Responsables de Edición

Fanni Muñoz
Tesania Velázquez
Programa Regional "Combatir la Violencia contra la Mujer en Latinoamérica" ComVoMujer

Diseño y diagramación

Guillermina Avalos Carrillo

Carátula

Guillermina Avalos Carrillo

Voces que rompen el silencio de la violencia

Concurso de Investigación sobre violencia de género

Subjetividades y violencia:

Una aproximación a las subjetividades de mujeres
que han sufrido violencia psicológica por parte de sus parejas

Selene Cueva Madrid

Flavia Mendiola Rodríguez

Cristina Valega Chipoco

Unidas contra la violencia:

Estrategias de afrontamiento para salir del ciclo de violencias

Romina Ramírez Ángel

Sandra Cárdenas Ruiz Manrique

Verónica Reynaga Soria



Implementada por
giz
GIZ - German Development Cooperation
GIZ - German Development Cooperation

ESCUELA DE
POSGRADO
MAESTRÍA EN ESTUDIOS DE GÉNERO

DIRECCIÓN ACADÉMICA DE
RESPONSABILIDAD SOCIAL



PUCP

INTRODUCCIÓN

Los altos índices de violencia contra las mujeres en el Perú llevan a la imperiosa necesidad de enfrentarla, articulando a los diferentes sectores de la sociedad, para así contribuir decididamente a su erradicación. La Cooperación Alemana, implementada por la GIZ, a través de su Programa Regional Combatir la Violencia contra las Mujeres en Latinoamérica (ComVoMujer), viene trabajando en Bolivia, Ecuador, Paraguay y Perú con este objetivo, desde el año 2010. El foco del programa se encuentra en la prevención porque diversos estudios nos demuestran que las intervenciones con mayor evidencia de efectividad son aquellas que se realizan para evitar que el problema se presente y mientras más temprano se realicen las medidas preventivas mayores probabilidades de éxito y sostenibilidad.

La campaña Cartas de Mujeres, realizada en Ecuador, Perú y Bolivia, es una medida en la que cada escrito representa las voces de las mujeres, hombres, adolescentes, niños y niñas que brindaron sus testimonios y se pronunciaron públicamente contra la violencia hacia las mujeres. Estas cartas constituyen llamados interpeladores a las respectivas autoridades para lograr que asuman su responsabilidad de prevenir la violencia contra las mujeres. De esta forma se busca impulsar o mejorar las normas y políticas públicas y que se incrementen los presupuestos dirigidos a este fin, tomándose medidas efectivas para erradicar la violencia contra las mujeres, a partir de las demandas de la población.

En el caso de la campaña en Perú, al término de la misma, las cartas fueron entregadas a la Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP), para su resguardo y también para su utilización como insumos de nuevas investigaciones que puedan brindar pistas o elementos para el más adecuado tratamiento de esta problemática social.

Así, en esta primera experiencia conjunta, se brindó la posibilidad para que estudiantes de pre y pos grado de diferentes universidades contaran con el amplio acervo de cartas testimoniales de violencia contra las mujeres, como insumo para realizar trabajos de investigación desde las distintas áreas académicas.

Este libro recoge aquellos trabajos de investigación y a la vez las experiencias de quienes asesoraron dichos trabajos. En sus palabras, fue un proceso lleno de aprendizaje y de entender cómo un testimonio vivencial podría transformarse en el insumo principal de un proyecto de investigación. De cómo una experiencia dolorosa, ahora canalizada, podía dar forma a un trabajo académico que tuviera como objetivo contribuir al proceso de visibilización de la violencia contra las mujeres. Este tránsito de la posición individual de víctima (o de persona que atestigua la violencia y por ende es afectada) a agente política/o de cambio, en una grave y sistemática violación de derechos, que nos afecta a todos y todas, convierte a la campaña y a estas investigaciones en un valioso instrumento para transformar relatos personales de dolor, en nuevas historias de bienestar.

El Programa Regional ComVoMujer, la Maestría en Estudios de Género y la Dirección Académica de Responsabilidad Social de la Pontificia Universidad Católica del Perú presentan con gran agrado este trabajo, producto de un acto valiente y fuerza liberadora de las mujeres que decidieron escribir su testimonio y contribuir con ello a hacer frente a esta pandemia, la violencia contra las mujeres.

PRESENTACIÓN

La Cooperación Alemana implementada por la GIZ a través de su Programa Regional “Combatir la Violencia contra las Mujeres en Latinoamérica” (ComVo-Mujer) y la Pontificia Universidad Católica del Perú presentan a continuación el resultado del primero concurso de investigación realizado teniendo como insumos principales, Cartas de Mujeres víctimas de violencia, quienes decidieron expresar y dar a conocer su experiencia redactando y/o graficando su historia personal.

Participaron como acompañantes de este primer concurso de investigación en base a las Cartas de Mujeres, Eloy Neira, Sofía Macher y Alison Rodríguez. Quienes resaltaron el interés multidisciplinario que estos testimonios de violencia originan en el ámbito académico. Esto debido a que las y los estudiantes que participaron provenían de áreas académicas diversas como Ciencias Políticas, Comunicaciones, Economía, Derecho, Psicología y Sociología.

Los proyectos variaron entre investigar cómo los mecanismos del amor y las relaciones afectivas que se generan al interior de la pareja, recrean un conjunto de situaciones perversas que recrean, admiten o disimulan la producción de la violencia; pasando por el sentir de aquellas víctimas de violencia, hasta identificar en las cartas, agencias o situaciones de “enfrentamiento” -maneras/formas de responder desde el ámbito personal ante situaciones de conflicto.

El proceso de acompañamiento además, resultó ser enriquecedor, gratificante y multidisciplinario, que implicó compartir desde información básica sobre las herramientas y metodologías de investigación cualitativa y el marco conceptual de género hasta conocer las motivaciones personales de cada una/o de las/los estudiantes para trabajar en el tema; lo que sin duda permitía además reflejar los puntos de vista personales de cada participante.

Contar con este acervo documentario, compuesto por más de catorce mil cartas, escritas por las mismas personas que vivieron estas situaciones de violencia significó además un privilegio en palabras de quienes acompañaron este proceso. Este acervo documentario, resultó ser una gran herramienta que se solicita sea transferido al ámbito académico, ya que conforma un insumo de investigación relevante para el dictado de cursos y elaboración de investigaciones.

Sin embargo, como todo proceso, se pudieron identificar dos principales retos: primero, las herramientas metodológicas con los que contaban las y los estudiantes al momento de iniciar el proceso no eran suficientes; ya que las preguntas de investigación que se plantearon eran muy globales, amplias y ambiciosas por lo que no se pudo identificar fácilmente qué cartas respondían o no a dichas preguntas.

El segundo reto fue la dificultad que tuvieron las y los estudiantes para poder tratar de construir un campo de análisis solvente debido a la gran variedad de tipos de cartas (confesionales, descriptivas, gráficas, etc.), las mismas que además no contaban con un ordenamiento o clasificación previa.

La identificación de estos retos, ayudó también a identificar recomendaciones para una segunda versión del concurso. En primer lugar, la necesidad de contar con conocimiento previo aunque básico respecto a temas de género y/o violencia contra las mujeres, puesto que así se lograría una coordinación más ágil.

En segundo lugar, se sugiere contar con un ordenamiento, clasificación y estructura de las cartas que permita con mayor facilidad determinar una muestra de investigación que por ejemplo permita conocer la edad de quien escribe, el lugar de donde proviene, entre otras cosas. Esto deviene de la gran variedad de tipos de cartas con las que se cuenta (testimoniales, confesionales, narrativas, gráficas, etc.).

Una tercera recomendación identificada apuntó a que el manejo de cartas pueda estar guiado con una pregunta generadora que permita tener una narrativa histórica sobre la cual reconstruir o construir una interpretación a partir de esa gama.

Finalmente, la última recomendación apuntó a la necesidad de realizar un taller previo al proceso de acompañamiento donde se presenten los criterios comunes y elementales para enfrentar el proceso de investigación (aproximaciones cuali-

tativas, elaboración de entrevistas, objetivos, finalidad, construcción del problema, etc.); de modo que los procesos de acompañamiento puedan luego garantizar que se parte de una situación de conocimiento homogénea. Se propuso como alternativa también, que en la etapa inicial del concurso se identifique el punto de partida de las y los postulantes para con ello determinar las necesidades de transferencia de conocimiento en esta primera etapa.

En conclusión, desde la perspectiva de las/los acompañantes este resultó ser un proceso enriquecedor debido a la posibilidad de poder intercambiar conocimientos y de contar con un acervo documental enriquecedor por sí mismo, al ser testimonios de primera mano. Más allá de los retos y desafíos que se hicieron presente en este primer proceso, el resultado final, sin duda alguna contribuye de manera significativa a la necesidad de trabajar desde la arista académica el tema de la violencia contra las mujeres.

Alizon Rodríguez

Eloy Neira

Sofia Macher

**Subjetividades y violencia:
Una aproximación a las subjetividades
de mujeres que han sufrido violencia
psicológica por parte de sus parejas**

Selene Cueva Madrid

Flavia Mendiola Rodríguez

Cristina Valega Chipoco

Resumen

A diferencia de la violencia física hacia las mujeres por parte de sus parejas, la violencia psicológica es un fenómeno social, cuya incidencia se ha mantenido constante a lo largo de los años. En el Perú, la violencia psicológica, además de estar naturalizada dentro de las relaciones de pareja, ha sido menos estudiada por la literatura y menos combatida por parte del Estado. En ese sentido, a través del análisis de 83 de las cartas del proyecto “Cartas de Mujeres. Voces que rompen el silencio de la violencia” y de entrevistas a profundidad a cuatro mujeres participantes del proyecto, esta investigación analiza las subjetividades de las mujeres que han sufrido violencia psicológica por parte de sus parejas y cómo es que aquellas formas de aproximarse al mundo se relacionan con su salida o permanencia en aquellas relaciones.

El estudio encuentra que la violencia psicológica, al desvalorar a las mujeres, usualmente genera una relación de dependencia de ellas hacia los hombres. Además, se concluye que la mayoría de ideas que acompañan a las mujeres en relación a la tolerancia de las relaciones violentas, giran en torno al cuidado y a la responsabilidad por las otras personas. En ese sentido, la socialización primaria de las mujeres juega un rol importante en sus decisiones de permanencia o salida de la relación violenta. Sobre los mecanismos que las mujeres emplean para salir de las relaciones violentas, se encuentra que, si bien las mujeres pueden romper las relaciones por ellas mismas, el costo personal y social asociado a ello termina siendo muy alto. Finalmente, se visibiliza que la violencia psicológica tiene efectos dolorosos sobre las emociones y conductas futuras de las mujeres; los mismos que parecen mantenerse, en muchos casos, en el largo plazo.

Palabras clave: Violencia psicológica, violencia de género, representaciones sociales, subjetividades, mujeres

I. Introducción

“En alguna oportunidad sufrí de violencia por parte de mi pareja hasta que salí de esto, pero me dejé llevar por el qué dirán, me maltrataba, era demasiado celoso y celos enfermizos, cuando venía de trabajar me olía la ropa, la ropa interior, me buscaba los bolsillos, si encontraba papeles y me insultaba me ofendía y me pegaba me decía con quién habrás estado no me dejaba salir con mis amigas, a veces me seguía no podía salir a ningún sitio no podía hablar con una amiga, solo lloraba a solas”. - Carta de mujer de 36 a 45 años del Proyecto Cartas de Mujeres.

El Perú es un país con altos índices de violencia hacia las mujeres por parte de sus parejas. Según la ENDES, la tasa de mujeres que ha sufrido algún tipo de violencia por parte de su pareja, en el 2015, ha sido del 70.8% (INEI, 2015). En general, esta manifestación del ejercicio de poder de una persona sobre otra tiene graves consecuencias en la salud física, sexual y/o psicológica de las personas que la sufren y de aquellas que las rodean. Sin embargo, a pesar de que la violencia en el hogar es percibida de manera negativa por la sociedad, es también uno de los problemas sociales que más se calla y oculta, principalmente debido a razones que pudiera tener la propia persona que ha sido víctima (Velásquez, 2003). De esta manera, la violencia intrafamiliar se encuentra normalizada como una práctica cotidiana perpetuada por generaciones, a través de la crianza de hijas e hijos, quienes a su vez pueden replicar los patrones aprendidos una vez que conformen su propio hogar.

Es necesario señalar que, en la literatura, la violencia hacia las mujeres por parte de sus parejas se ha dividido generalmente en tres expresiones: psicológica, física y sexual; cada una mediante un análisis diferenciado, pues sus causas y consecuencias no siempre son las mismas. En el Perú, en el 2015, mientras que la violencia psicológica reportada fue de 67.4%, la violencia física fue de 32% y la violencia sexual fue de 7.9% según datos de la ENDES. En general, en el país, el tipo de violencia más atacado por la sociedad civil y el gobierno es la violencia física; tal vez porque sus consecuencias son más visibles por el resto. De esta manera, teniendo en cuenta la tasa de sub-reporte que pudiera existir, la violencia física hacia las mujeres por parte de sus parejas se encuentra disminuyendo con el paso del tiempo, pasando de 41% en 2000 a 32% en la actualidad. Suerte contraria tiene la violencia psicológica: en el 2000, un 34% señalaba haber sufrido situaciones de control por parte de su pareja (la ignora, le prohíbe tra-

bajar/estudiar o le impide ver amigos/familia), un 48% había sufrido situaciones desobligantes (gritos e insultos) y un 25% había sido amenazada (con irse de la casa o quitarle a hijos/as); en la actualidad, las mujeres que pueden haber sufrido alguna de estas situaciones es de 67.4% (INEI 2000, 2015). Es decir, en general, la prevalencia de la violencia psicológica se ha mantenido constante a lo largo del tiempo.

Muchas de las mujeres que se encuentran expuestas tanto a violencia física como psicológica expresan, en repetidas ocasiones, que la violencia psicológica resulta más intolerable que la violencia física (Crowell & Burgess, 1996; Caraban & Morales, 1998; Cabrejos, 1998). Según Follingstad et al. (1990 en Cronwell & Burgess), esta percepción se debe a que el ataque psicológico se asocia a la disminución del valor que la persona que ha sido víctima se atribuye a sí misma y a sus capacidades, lo cual dificulta su enfrentamiento contra la violencia, reforzando la relación de dependencia con el agresor y aumentando las probabilidades de que la mujer no termine con la relación violenta.

A pesar de ello, la literatura muestra una tendencia marcada a privilegiar el estudio de la violencia física sobre la psicológica, debido a las facilidades que ofrece en términos de medición y conceptualización (Krug, Dahlberg, Mercy, Zwi & Lozano, 2002). Más aún, la investigación sobre la violencia psicológica se ve complejizada en la medida en que el reconocimiento de las acciones incluidas dentro de esta categoría se encuentra influenciada por el medio cultural de las y los participantes, quienes naturalizan estos comportamientos y no reconocen este tipo de violencia; sub-registrándola (Delgado, Estrada & López, 2015). Esta misma situación se presenta en el Perú, en donde, si bien ha aumentado el número de investigaciones que abordan el tema de violencia de género¹, la mayor parte de estudios se ha centrado en la prevalencia de violencia física hacia las mujeres. Además, el tema ha sido tratado, sobre todo, desde una perspectiva cuantitativa debido a la disponibilidad creciente de datos, como los proporcionados por la ENDES, en los últimos años (Gonzales de Olarte y Gavilano, 1998; IESMHDN, 2002).

¹ Según las revisiones sistemáticas del MIMPV, entre los años 2006 y 2010 se realizaron 18 investigaciones que abordaban el tema de *violencia de género* y 14 que analizaban el tema de *violencia conyugal* (Bardales, 2012); mientras que entre el 2001 y el 2005 se encontraron 13 estudios sobre *violencia conyugal* y 2 sobre *violencia de género* (Bardales, 2006).

Asimismo, al igual que en la literatura internacional, algunas líneas de investigación en el Perú se han abordado más que otras². Destacan aquellos trabajos sobre factores asociados a la violencia física y percepciones sobre la violencia; por ejemplo Matos y Cordano (2006) encuentran que variables relacionadas al patriarcalismo (i.e. distribución tradicional de los roles de género en las ocupaciones) y al autoritarismo (i.e. la pareja no consulta toma de decisiones a la mujer) muestran una alta asociación con la violencia conyugal física. Otros estudios, como el de Urdániga-Giraldo et. al (2013), analizan la relación entre las formas de crianza de los agresores y su asociación con la violencia de pareja. Entre los trabajos cualitativos destacan Nóbrega y Muñoz³ (2009), que analizan las percepciones que tienen las mujeres de Villa El Salvador sobre la violencia de género en su zona.

Y, aunque es positivo que existan trabajos cuantitativos que analicen los temas de violencia conyugal, es necesario recalcar que no todos los factores dentro de los actos de violencia son cuantificables. Además, actualmente se encuentra un vacío en la literatura sobre estudios en los que se incorpore el rol de las emociones –no solo las percepciones- dentro de las relaciones violentas. Es así que, teniendo en cuenta que es importante realizar un análisis sobre la violencia psicológica hacia las mujeres y los elementos contextuales presentes que permiten que este tipo de violencia se siga perpetuando con el paso del tiempo, esta investigación pretende llenar el vacío de la literatura al analizar las subjetividades de las mujeres que han sido víctimas de violencia psicológica por parte de sus parejas y los factores que influenciaron en su permanencia o salida de las relaciones.

² En general la literatura nacional sobre violencia puede dividirse en: caracterización de la violencia, caracterización de las mujeres que han sido víctimas, caracterización de las personas que han agredido, factores asociados o determinantes, la relación entre el conflicto armado interno y la violencia doméstica, violencia de pareja en la adolescencia, enamoramiento o el embarazo, percepciones sobre la violencia, feminicidio y los efectos de la violencia, entre otros.

³ Las autoras, a través de focus groups a 33 mujeres concluyen que, entre las creencias sobre los factores que mantienen a una mujer dentro de una relación violenta, se encuentra que a muchas de ellas “les gusta”, o lo “hacen por sus hijos”, o les faltan recursos económicos. Mientras que entre los factores que logran romper el círculo de la violencia, las entrevistadas señalaron la importancia de la intervención de terceros, el mayor control social por parte de los vecinos, los mayores ingresos, una adecuada legislación y el buen trato hacia los hijos - para que ellos no ejerzan violencia con sus familias en un futuro.

Al trabajar desde las subjetividades de las mujeres, buscamos revalorar a las emociones a través de la comprensión de las mismas en el marco de una lógica investigativa; a diferencia de lo que se ha realizado en algunas investigaciones anteriores, donde el ser humano es estudiado principalmente desde su dimensión racional, más no emocional (Herrera, 2010). Reconocer estos factores emocionales como elementos importantes dentro de los casos de violencia hacia las mujeres nos permite comprenderlas más a fondo a ellas y al fenómeno de la violencia (Velásquez, 2003).

En ese sentido, el objetivo principal de la investigación es explorar cómo las subjetividades de las mujeres que han sufrido violencia psicológica por parte de sus parejas influyen en su permanencia o salida de aquellas relaciones⁴. Asimismo, los objetivos específicos del estudio son cuatro. En primer lugar, buscamos caracterizar las maneras en las que se ejerce la violencia psicológica hacia las mujeres. Por otro lado, queremos conocer aquellas ideas, pensamientos y preocupaciones, propias de las subjetividades de las mujeres que han tolerado relaciones de pareja violentas. También, buscamos conocer qué mecanismos emplean las mujeres para salir de sus relaciones violentas y las percepciones que poseen respecto de ellos. Finalmente, queremos visibilizar las maneras en las que la violencia afecta a las mujeres en un plano fundamentalmente emocional. De manera transversal, a lo largo de la investigación adoptaremos un enfoque de género.

Finalmente, es importante señalar que entendemos a la violencia hacia las mujeres como un fenómeno inseparable de la noción de género porque se basa y se comete por las diferencias sociales y culturales entre los sexos (Velásquez, 2003). Por otro lado, consideramos relevante señalar que reconocemos a las mujeres participantes del estudio como personas y sujetos de derechos; y no como meros objetos de investigación. Por ello, leímos sus cartas, convocamos a algunas de ellas para entrevistarlas y conocer de primera mano sus testimonios y, finalmente, las contactamos nuevamente para discutir los resultados con ellas. De esta forma, también buscamos entender, y no juzgar, a las mujeres que permanecen en relaciones de pareja violentas, a través del análisis de sus propios testimonios; los mismos que, además, se encuentran situados en una sociedad que aun perpetúa las desigualdades de género.

⁴ Cabe acotar que nos referimos a relaciones de pareja heterosexuales; toda vez que los testimonios de las Cartas de Mujeres analizados hacen referencia fundamentalmente a este tipo de uniones.

II. Marco teórico

a. La jerarquización de género y su relación con las subjetividades personales

La subjetividad se define como aquella síntesis de las dimensiones biológicas, psicológicas, sociales y culturales de los sujetos (Harris, 1992; en Lagarde, 1998) que simultáneamente son y habitan en el cuerpo vivido (Lagarde, 1998). Así, la subjetividad incluye tanto la intelectualidad y contenidos del pensamiento, como la afectividad de los individuos. Es decir, involucra sus capacidades de memoria, imaginación y aprendizaje, al mismo tiempo que sus experiencias, lenguajes, habilidades y marcas afectivas (Lagarde, 1998). En ese sentido, la subjetividad se manifiesta en los pensamientos, deseos, cosmovisiones, valores, normas, preocupaciones e imaginación de los sujetos, quienes actúan y experimentan el mundo a partir de su subjetividad particular (Lagarde, 1998).

Ahora bien, tal como ha sido mencionado, la subjetividad se encuentra condicionada socialmente y, por lo tanto, es construida a partir de la interacción entre el sujeto y su contexto específico. Es así que el sistema de género influye en la formación de la subjetividad de las personas, es decir, impregna lo que ellas perciben, sienten, piensan y lo que las mueve a actuar (Bosch et al, 2013).

De esta manera, la división sexo-género ha sido útil para demostrar que muchos atributos asociados a las mujeres y a los hombres, respectivamente, eran una construcción arbitraria en base a la interpretación de sus cuerpos y no formaban parte de una división sexual natural (Bourdieu, 2002). Entonces, el género ha englobado las características que social y culturalmente han sido atribuidas a los hombres y a las mujeres a partir de su sexo. Además, otro elemento característico del género ha sido que este es una forma primaria de relaciones significantes de poder (Scott, 1996); toda vez que este ha establecido históricamente una jerarquía entre lo considerado masculino por encima de lo considerado femenino, constituyéndose como un eje de jerarquización social (Ruiz Bravo, 2001).

Con todo ello, es plausible señalar que el sistema de género condiciona la construcción de subjetividades, ya que, desde el nacimiento y a lo largo de toda su vida, las personas aprenden e interiorizan los valores, actitudes, expectativas y comportamientos que la sociedad tolera y comparte (Giddens, 2001), lo cual in-

cluye lo que se espera de una mujer y de un hombre; respectivamente (Walker & Barton, 1983 en Bosch et al, 2013). De esta manera, por ejemplo, la familia, la escuela, los medios de comunicación, la religión, entre otras instituciones, transmiten que ser *femenina* significa ser delicada, sensible, preocupada e interesada por la apariencia; mientras que ser *masculino* significa ser fuerte, racional y autónomo; por colocar algunos ejemplos⁵. Posteriormente, sucede que a las mujeres y hombres se los asocia con esas características presuntamente por una condición biológica, pero lo que en realidad ha ocurrido es que se ha naturalizado una construcción social (Bourdieu, 2002).

Esta socialización de género inequitativa es aprendida, aprehendida y apropiada por cada persona (Bosch et al, 2013). Es así que las mujeres y hombres piensan, sienten y se comportan como la sociedad las y los formó para hacerlo, y es esto lo que permite que la socialización diferenciada sea percibida como natural (Bourdieu, 2002). Si bien cada persona tiene cierta capacidad de agencia y es posible que pueda transgredir los esquemas de comportamiento predominantes, no puede perderse de vista que hacerlo tiene un costo muy alto; vinculado al rechazo, a la exclusión e incluso a la violencia contra la persona (Bosch et al, 2013).

b. La jerarquización de género como factor asociado a la violencia hacia las mujeres en relaciones de pareja heterosexuales

La socialización generizada a la que nos hemos referido también se manifiesta en las relaciones románticas, pues las ideas y costumbres sobre el amor y lo que está permitido y prohibido no están exentas de lo social (Moreno Marimón y Sastre, 2010). Un primer mandato de género importante en esta área es aquel que les inculca a las mujeres que, para realizarse en la vida, necesitan de la compañía de un hombre (Herrera, 2010; Bosch et al, 2013). Esto conlleva a que ellas generen altas expectativas en mantener una relación de pareja (Ferreira, 1989). Como señaló Simone de Beauvoir, a la mujer se le enseña que “para ser dichosa hay que ser amada, y para ser amada, hay que esperar el amor” (De Beauvoir, 1949). Además, la expectativa de la relación de pareja y el matrimonio también

⁵ *Somos conscientes que estos ejemplos poseen limitaciones en cuanto a considerar las diferentes realidades de las mujeres e intersectando el género con otras variables, como raza, clase, discapacidad, edad, entre otras. Sin embargo, representan algunos de los mensajes hegemónicos en torno a “qué significa ser mujer” que las diferentes instituciones sociales transmiten y perpetúan.*

se encuentra ligada a un segundo mandato de género, el ideal de formar una familia y de ser madre, otro de los ejes vitales de realización con los cuales se asocia a las mujeres (Bosch et al, 2013).

Ambos mandatos de género esbozados consienten una situación de dependencia emocional de las mujeres hacia sus parejas en mucha mayor medida que la que pueden desarrollar los hombres, a quienes no se les enseña que requieren de una mujer para realizarse y a quienes no se los forma para expresar sus sentimientos libremente (Herrera, 2010; Bosch et al 2013). Por el contrario, los mandatos de género enseñan a los hombres que es “normal” y “sencillo” que ellos conduzcan y determinen muchas de las decisiones de sus parejas mujeres (Ferreira, 1989; Mujica, 2001). Ello porque la sociedad tolera que un hombre pueda controlar a su pareja en determinados aspectos (en sus labores, forma de vestir, toma de decisiones), que pueda establecerle límites en su comportamiento, entre otros (Ferreira, 1989; Herrera, 2010). En palabras de Mujica (2001), el contrato que se celebra en una relación de pareja implica la sesión de la libertad de la mujer a cambio de la protección y la seguridad que el hombre le puede otorgar a ella frente a terceros. Cabe especificar que esta forma de *control* que ejercen los hombres sobre sus parejas mujeres puede variar notablemente dependiendo del cruce con otras variables; tales como sector socioeconómico, educación, discapacidad, edad, entre otras situaciones en las que se encuentren la mujer y el hombre.

Además, el género se manifiesta como un mandato social de masculinidad que le señala al hombre que su virilidad depende de que sea fuerte, independiente, seguro, agresivo e invulnerable (Ferreira, 1989; Herrera, 2010). Por lo tanto, la violencia se posiciona como fundamento estructural de su personalidad y como una herramienta que le permite conservar su poder para no ser considerado *femenino* (Mujica, 2001; Herrera, 2010). Este mandato de masculinidad agresiva se expresa fuertemente en el contexto de una relación íntima de pareja pues, dado que en esta el hombre manifiesta sentimientos de afecto, encuentra en la violencia la posibilidad de reafirmar que él no es frágil y que mantiene el dominio (Mujica, 2001). Es por lo expuesto que la violencia contra las mujeres es inseparable de la noción de género; toda vez que se basa y ejerce en la diferencia social y subjetiva entre los sexos (Velásquez, 2003).

c. La naturalización de la violencia psicológica en relaciones de pareja

Teniendo en cuenta lo anteriormente mencionado, las relaciones de pareja regidas por la jerarquización de género son un espacio propicio para la manifestación de diversos tipos de violencia contra las mujeres, siendo la violencia psicológica una de ellas (Meil, 2001). De acuerdo con Winstok y Sowan (2015), la violencia psicológica es una categoría vagamente definida en la literatura, comprendida principalmente a partir de las conductas que se asocian a la misma.

Así, Follingstad et al. (1990 en Crowell & Burgess, 1996) manifiestan que la violencia psicológica se refiere a (i) aquellos ataques verbales que ridiculizan, acosan o humillan (*name calling*) a las mujeres; (ii) el aislamiento ejercido sobre las mujeres, limitando su independencia y separándola de redes de soporte social; (iii) conductas de extrema posesividad, control y celos; (iv) amenazas constantes de abandono, divorcio o infidelidad; (v) daño o destrucción de la propiedad privada de la mujer; y (vi) amenazas de abuso, daño o tortura. En suma, a pesar de que no exista una definición consensuada, la violencia psicológica puede ser entendida como aquellas acciones u omisiones que dañan la autoestima, la identidad o el desarrollo de la persona (Cabrejos, 1998).

La violencia psicológica conforma un tipo de violencia “naturalizada” hacia las mujeres (Velásquez, 2003). Esto lo señalamos debido a que, en líneas generales, nuestras sociedades toleran y consideran como “naturales” reacciones de celos, humillaciones, insultos o infidelidades por parte de los hombres hacia las mujeres (Velásquez, 2003). Inclusive las mismas mujeres pueden valorar positivamente que su pareja ejerza actos de control sobre ellas porque consideran que “responden a una demostración de afecto” (Herrera, 2010; Bosh et al, 2013).

En este punto resulta necesario hacer referencia a la violencia simbólica, término acuñado por Pierre Bourdieu (2000) para explicar cómo las ideologías hegemónicas ejercen su poder sobre la realidad de manera “naturalizada”. Bourdieu (2000) lo fundamenta en que estas ideologías se encuentran en la base del mundo social (instituciones) y en lo incorporado (en nuestros pensamientos, sentimientos y percepciones). Por tanto, son lo que él denomina un *habitus*, es decir, algo que ha sido impuesto a lo largo del tiempo y espacio, pero que parece natural para las personas porque conforma la realidad que estas conocen (Bourdieu, 2000). Es en esa línea que puede afirmarse que la tolerancia frente a los actos de vio-

lencia psicológica se constituye como violencia simbólica; toda vez que grafica el mayor poder y privilegios que tienen los hombres en las relaciones de pareja y que se encuentran instituidos socialmente como un *habitus*. Ello influye también para que las mismas mujeres, sus parejas, los operadores jurídicos y otras instituciones de la sociedad civil consideren la existencia de situaciones de violencia psicológica dentro de una relación de pareja como algo *normal*.

d. Las representaciones sociales como medios para entender la reproducción de la violencia

La teoría de las representaciones sociales se enmarca dentro de un contexto psicológico-social de los conceptos e ideas para estudiar los fenómenos psicosociales en las sociedades modernas. Para Moscovici, las representaciones sociales son “elaboraciones colectivas de un objeto social por un grupo, con el propósito de guiar su comportamiento y permitir la comunicación” (Moscovici, 1963). Por su parte, Jodelet (1991) describe su significado señalando que las representaciones sociales “son imágenes que condensan múltiples significados que permiten interpretar lo que está sucediendo; categorías que sirven para clasificar las circunstancias, los fenómenos y los individuos que abordamos, las teorías que nos permiten establecer hechos sobre ellos”.

Se entiende que una representación es volver a presentar o re-producir un objeto mediante símbolos, imágenes o palabras; por ello una re-producción siempre es subjetiva. Sin embargo, las representaciones sociales no solo dependen de una persona, sino que se encuentran articuladas al interior de los grupos con una utilidad práctica, fungiendo como guía para la acción social de los sujetos; en última instancia, las representaciones sociales son teorías del sentido común (Jodelet, 1988; Jodelet, 1991). De esta manera, las representaciones sociales *se crean* a partir de una realidad (objetivación) y, a su vez, permiten *interpretar* la realidad (anclaje). En la práctica, las representaciones nos permiten construir sistemas de referencia o categorías para poder interpretar y clasificar las circunstancias (Jodelet, 1988).

Finalmente, es importante recordar que los fenómenos sociales sólo pueden comprenderse adecuadamente si se analizan dentro de las condiciones sociales, históricas y culturales de la población de análisis. Por ello, el análisis de las representaciones sociales incluye el analizar a las dimensiones históricas y políticas del poder y su articulación con los discursos y las ideologías de los participantes.

De esta manera, las representaciones sociales nos permiten analizar el proceso de producción y reproducción de la violencia en las relaciones de pareja, tanto a nivel individual como social (Ariza, 2013).

III. Metodología

a. Técnicas de recolección de información

Debido a que nos interesa analizar las subjetividades de las mujeres que han sido víctimas de violencia psicológica, este trabajo emplea una metodología cualitativa, con el fin de poder acercarnos con mayor profundidad a las experiencias y creencias sobre la violencia a través de los testimonios de las mismas mujeres. Si bien los resultados obtenidos a partir de los casos analizados no permiten generalizar las conclusiones a un grupo específico de la población, sí nos permiten entender las relaciones entre las percepciones, creencias y emociones de las mujeres. En específico, se emplean dos tipos de técnicas: el análisis asociativo de cartas y las entrevistas a profundidad.

a.1 Análisis asociativo de cartas

En el marco del proyecto “Cartas de Mujeres”, se realizó un análisis a un grupo de cartas escritas por mujeres que señalaron haber sufrido de algún tipo de violencia psicológica. A partir de este análisis, se construyeron las representaciones sociales de las subjetividades en torno a la violencia psicológica. Para ello, en primer lugar, se elaboró una guía de análisis de contenido de las cartas. Éste buscaba clasificar la información analizada de manera práctica siguiendo la estructura presentada a continuación:

- a. Datos personales: Nombre y teléfono, distrito de domicilio y rango de edad.
- b. Características sobre la violencia: Es una narración propia, cuándo comenzó, en qué lugar, es frente a otros/as, alguien más sabe sobre la violencia, sucede de manera recurrente.
- c. Formas de ejercer la violencia: Ha sufrido violencia física, ha sufrido violencia psicológica, ha sufrido violencia sexual, ha sufrido violencia económica, frases sobre cómo era ejercida la violencia.
- d. Salida de relación violenta: Ha buscado salir de la relación violenta, mediante qué mecanismos ha intentado salir, logró salir de la relación.
- e. Actitud hacia la violencia: Califica negativamente la violencia, justifica la violencia, de qué manera justifica la violencia, cómo le afecta la violencia.
- f. Sobre el agresor: Percepciones sobre el objetivo del agresor de la violencia, el agresor se arrepintió de la violencia, de qué manera se arrepintió.
- g. Otras ideas manifestadas en la carta.

Una vez construida la guía, se analizaron cada una de las cartas y la información fue codificada en función a la guía de análisis en MS Excel. En función al análisis obtenido y a los elementos que se presentaban en mayor medida en las cartas, se eligieron los ejes en torno a los cuales girarían las representaciones sociales. Cabe señalar que los textos analizados reflejaban historias, sentimientos y percepciones en torno a la violencia que las mujeres quisieron plasmar al momento de escribir su carta. Así, no necesariamente todas las cartas pudieron ser analizadas en todas las dimensiones señaladas.

En seguida, se agruparon los conceptos relacionados en torno a las ideas principales; así como las ideas secundarias relacionadas a los conceptos recién incorporados. De esta forma, se fueron asociando conceptos de manera gradual en función a la importancia de los mismos en los textos.

a.2 Entrevistas a profundidad

Como segunda estrategia, se realizaron entrevistas a profundidad a mujeres participantes del proyecto "Cartas de Mujeres" que mencionaron haber sufrido violencia psicológica por parte de sus parejas. A partir del análisis de las entrevistas, se pudieron complementar y ejemplificar mejor las representaciones sociales desarrolladas a través del análisis asociativo de las cartas. En general, las entrevistas cualitativas, como Bogdan y Taylor (1986) señalan, son encuentros dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen las personas entrevistadas respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, expresadas en sus propias palabras. Cabe señalar que esta metodología es un recurso de investigación usado en aquellos casos, como este, en los cuales no existe posibilidad de lograr la observación directa del fenómeno a analizar (Creswell, 2009).

Para llevar a cabo las entrevistas, se elaboró una guía de entrevista cualitativa semi-estructurada, la cual estuvo dividida en función a cinco ejes temáticos: i) antecedentes de la entrevistada, ii) percepciones sobre las relaciones, iii) preguntas sobre la carta escrita, iv) relación con su pareja, v) sentimientos asociados a la violencia, el comportamiento de su pareja y sus motivaciones para salir/quedarse en la relación. La guía de entrevista completa se encuentra en el anexo 1.

b. Casos

b.1 Análisis de cartas

El proyecto “Cartas de Mujeres, voces que rompen el silencio de la violencia” contiene cartas escritas entre el 2013 y 2014 por mujeres, hombres, adolescentes, niñas y niños acerca de sus vivencias en torno a la violencia de género. En total, fueron 14,687 narraciones sobre casos de violencia. Los relatos provinieron de Lima Metropolitana (88.6%) y de otras regiones del país, como Ancash y Arequipa. El 60% fueron escritas por mujeres, adolescentes y niñas, un 20% por hombres y niños y el 20% restante no identificó su sexo. No obstante, cabe señalar que no todas las cartas contienen relatos, sino que pueden presentar contenidos diversos como dibujos, imágenes, frases e historias a través de las cuales las personas expresaron su relación con la violencia hacia las mujeres.

Bajo ese contexto, se seleccionó un grupo de cartas tomando en cuenta los siguientes criterios: i) que haya sido escrita por una mujer mayor de catorce años, ii) que se indicara alguna manifestación de violencia psicológica, iii) que el agresor haya sido la pareja o ex-pareja, iv) que la narración se basara en una vivencia propia. De esta forma, del total de cartas del proyecto, se eligió un grupo de 83 cartas que cumplieran con los criterios señalados⁶. Sin embargo, es necesario acotar que en las cartas del proyecto existe un sesgo de selección, debido a que el haber participado del proyecto aumenta las probabilidades de que las mujeres califiquen negativamente la violencia –o al menos que reconozcan que sufren violencia- y que hayan intentado de alguna forma salir de ella.

b.2 Entrevistas a profundidad

Los casos para las entrevistas a profundidad fueron seleccionados del grupo de 83 mujeres autoras de las cartas analizadas previamente. Para su elección se emplearon los siguientes criterios: i) que las mujeres consignaran sus datos personales incluyendo su número celular en la carta, ii) que indicaran que vivían en Lima y iii) que su número celular fuera el mismo que hace tres años cuando escribieron las cartas. De esta manera, finalmente, se pudo contactar a cuatro mujeres. Las entrevistas fueron realizadas en aulas de la Pontificia Universidad Católica del Perú y la duración promedio de cada entrevista fue de una hora y

⁶ En un inicio, se decidió elegir 200 cartas en función al tiempo disponible para la investigación. No obstante, de este grupo, solo 83 cumplían con el criterio iv) mencionado.

treinta minutos. La tabla 1 presenta las principales características de cada una de las mujeres entrevistadas.

Tabla 1						
Nombres ⁷	Edad	Distrito de procedencia	Nivel educativo	Trabajo actual	Tipos de violencia sufrida por pareja	Continúa en la relación
Alma	44	Comas	Secundaria completa	Trabajadora del hogar remunerada	Física, psicológica, sexual y económica	No
Brenda	52	Rímac	Secundaria incompleta	"Mil oficios"	Física, psicológica y económica	No
Cecilia	38	La Victoria	Secundaria completa	Practicante en salón de belleza	Física, psicológica, sexual y económica	No
Diana	56	La Molina	Postgrado	Directora de pequeño negocio	Psicológica	Sí

Fuente: Audios de entrevistas a profundidad a casos seleccionados. Elaboración: Propia

c. Procedimiento para la construcción de las representaciones sociales

En general, en Latinoamérica no se encuentran muchos trabajos que empleen a las representaciones sociales para analizar temas de violencia en relaciones de pareja. No obstante, existen algunas excepciones como los casos de Chile y Colombia (González et al, 2001; Molina et al, 2010; Ariza, 2013); en los cuales nos hemos basado para el presente análisis.

c.1 Análisis de cartas

En cuanto a la operacionalización de las representaciones sociales, en primer lugar, se analizaron las cartas de mujeres usando la guía de análisis mediante una codificación axial⁸. Así, cada carta fue analizada y codificada individualmente. Tras la codificación, se procedieron a sumar los códigos de cada pregunta en la guía y se obtuvieron resultados sobre cada uno de los elementos analizados. Según los resultados del análisis, se originaron cuatro categorías eje en función a

⁷ Los nombres reales de las mujeres que fueron entrevistadas han sido modificados siguiendo el acuerdo de confidencialidad pactado con cada una de ellas.

⁸ Las cartas fueron revisadas por las tres investigadoras.

los temas principales que se vieron representados en las cartas. Estas categorías eje fueron las siguientes:

- a. Formas de ejercer la violencia psicológica hacia las mujeres.
- b. Creencias que acompañan a las mujeres que han tolerado la violencia psicológica en sus relaciones de pareja.
- c. Mecanismos empleados para intentar salir de la relación violenta.
- d. Efectos en las mujeres de la violencia psicológica por parte de sus parejas.

A continuación, se comenzaron a agrupar las ideas que se encontraban más representadas en las cartas; una a una, se fueron asociando a las categorías eje. En seguida, este análisis se plasmó de manera gráfica, es decir, cada categoría eje se plasmó en un dibujo separado junto a las ideas asociadas a aquella. Vale indicar que la información encontrada de manera directa en las cartas se colocó con color naranja (i.e. formas de agresiones señaladas, creencias propias sobre la tolerancia a la violencia expresadas); mientras que la información relacionada de manera indirecta, entendida por las investigadoras, se colocó en color celeste (i.e. mecanismos detrás de lo hallado en naranja, detalles sobre lo hallado de manera general).

c.2 Entrevistas a profundidad

Por otro lado, se analizaron las entrevistas realizadas en función a las mismas categorías eje generadas en el paso previo. Estas ideas permitieron complementar las ideas en celeste con más detalles e información acerca de los mecanismos a través de los cuales se relacionaban las ideas principales. Asimismo, el análisis escrito de cada sección fue complementado con citas propias de las entrevistas a profundidad que ejemplificaban, de mejor manera, las dinámicas sobre las percepciones, creencias y emociones alrededor de la violencia.

IV. Análisis de resultados

A continuación, presentamos los resultados a los que hemos arribado en base al análisis de las cartas, complementado con la información recabada de las entrevistas a profundidad, y en vinculación con la literatura y el marco teórico esbozados.

a. Formas de ejercer la violencia psicológica hacia las mujeres

a.1 Violencia física

Del total de cartas analizadas, se encontró que el 47% de las mujeres narraban situaciones de violencia psicológica acompañadas de **violencia física**, manifestándose esta última fundamentalmente mediante golpes. Es decir, en casi la mitad de casos que narran violencia psicológica hacia las mujeres, ésta viene acompañada de violencia física.

a.2 Violencia psicológica

Por otro lado, un 36% de las cartas hacían mención de manera general a un “maltrato psicológico” o a “violencia psicológica”, sin especificar la forma de ejercicio de la violencia. La forma más recurrente de violencia psicológica entre las cartas de las mujeres que sí especificaron su situación fue la **humillación**; estando ésta presente en un 35% de los testimonios leídos. En segundo lugar, se presentaron los **insultos verbales** (29%) y, en tercer lugar, la **infidelidad** por parte del hombre (23%).

Sobre este punto es necesario hacer una mirada más detallada y señalar que un tercio de las palabras empleadas para humillar e insultar se encuentran relacionadas a un desprecio hacia las labores que realizaban las mujeres; por ejemplo, desvalorando su empleo o señalándole a la mujer que no tendría cómo mantenerse económicamente si estuviera sola porque “no sabía hacer nada”. Otro tercio de las humillaciones e insultos se encontraba relacionado a criticar la apariencia de la mujer -llamándola fea, vieja o gorda de manera despectiva- y a juzgarla en torno a su sexualidad: nominándola como “puta” de manera despectiva o recriminándole que no era virgen cuando iniciaron la relación.

Otras de las formas de ejercicio de violencia psicológica más presentes en los testimonios fueron los **celos** (11%); el **control de la socialización** mediante encierros, prohibición de salir de la casa o ver a amigos, entre otros (10%).

Frente a estos resultados, identificamos que muchas de las agresiones verbales se encuentran asociadas al pensamiento patriarcal, el cual considera a las labores domésticas y de cuidado como menos valiosas y menos importantes. Es así que se desvalora a las mujeres por las labores a las que precisamente la sociedad las encamina a dedicarse. Así, por ejemplo, una de las mujeres entrevistadas señaló que se había dado cuenta de ello:

"(...) no solo había violencia física, sino el hecho de que precisamente no te consideren, no valoren tu actividad (...) te subestiman y no le dan valor a tu trabajo, a lo que haces, tanto en casa como fuera de ella" (Diana).

De modo similar, las palabras empleadas para humillar e insultar a las mujeres demuestran que se busca controlarlas enfatizándoles que no están cumpliendo con el "ideal hegemónico de femineidad" de ser bella, virgen, joven y obediente (Lagarde, 1996; Bosch et. al, 2013). Así, pareciera que estas agresiones verbales no solo buscan afectar a la víctima en tanto agreden su valor como persona, sino que, además, buscan atacar su identidad como "mujer". Esto se aprecia, por ejemplo, en una de las mujeres entrevistadas, que narraba cómo su pareja le enunciaba que era "fea" y le dejaba en claro su infidelidad hacia ella:

"(...) ay qué va, a estar contigo... una gorda... que yo tengo mejores... porque cuando yo ya no tengo te vengo a utilizar a ti... tengo mujeres bonitas" (Brenda).

Otro testimonio que ilustra lo señalado es el siguiente:

"Él es menor que yo por 13 años y cuando viene de trabajar y encuentra un motivo "x" empieza la pelea, me dice estás vieja, fea, mírate al espejo, da las gracias que yo me fije en ti, mírame a mí soy joven, tengo futuro tú ya eres una anciana y te queda 5 años más y ya fuiste" (Carta 1873).

En ese sentido, las formas de ejercicio de la violencia mencionadas nos demuestran el interés de los hombres por mellar la autoestima de las mujeres y reafirmarse en su valía y *superioridad masculina*. Tal como señala Velásquez (2003), los agresores buscarán reforzar el dominio sobre su pareja, a partir de la negación de la identidad de la mujer como un individuo de igual valor, ya que ello les permitirá sostener su superioridad y control. Así, el empleo de insultos, humillaciones, descalificaciones y maltrato psicológico reafirman el poder que el agresor posee sobre la víctima, estableciendo una relación de sujeto-objeto (Velásquez,

2003) que, al mismo tiempo, merma las posibilidades de que la mujer termine con la relación violenta en la medida en que contribuye a que esta vea disminuido el valor que se atribuye a sí misma y a sus capacidades (Follingstand et al. 1990, en Cronwell & Burgess). Además, reforzar la idea en las mujeres de que poseen un menor valor, busca reafirmar en ellas una dependencia emocional frente a sus parejas “más valiosas”.

Asimismo, la asimetría que subyace a las dinámicas de pareja recogidas en la investigación también se ve reflejada en la desigualdad de posibilidades de socialización y establecimiento de vínculos sexuales con otras personas. Así lo ponen de manifiesto los casos analizados, en los que la infidelidad se configuraba como una conducta frecuente entre los varones, mientras que las mujeres veían recortada su capacidad de relacionarse, debido a los celos y a la restricción de movilización que sus parejas ejercían sobre ellas. De esta manera, una mujer narraba en su carta lo siguiente:

“(...) no me dejaba salir a ningún lado, ni con amigos ni familia, y si no le hacía caso él me hacía una escena me gritaba” (Carta 1811).

a.3. Violencia económica

En una línea similar, debe notarse que el establecimiento de relaciones de dominación no solo se evidencia a partir de la violencia psicológica ejercida, sino que también se manifiesta por medio de la violencia económica⁹ que los hombres despliegan frente a sus parejas. Ello se evidencia en el 12% de las cartas, en las cuales se manifiesta un ejercicio de violencia económica contra las mujeres. En la mayoría de casos, se indica que este tipo de violencia tenía lugar a partir de la ausencia de aporte monetario para la manutención del hogar o de hijos e hijas por parte de la pareja. Sin embargo, también se presentó un caso en el cual se indicó que el agresor “castigaba” a su pareja, dejándola sin dinero para alimentación (Carta 4079). Es precisamente este tipo de violencia el que refuerza los lazos de dependencia y dominación, pues a partir de aquellas amenazas el hombre somete a la mujer a su voluntad.

a.4. Violencia sexual

⁹ Cabe precisar que por violencia económica se entendió cualquier omisión o acción del agresor que afecta la supervivencia y/ o estabilidad económica de la mujer.

Finalmente, subrayamos la importancia de retomar los casos de violencia sexual, los cuales estuvieron presentes en el 7% de las cartas analizadas, así como en los testimonios de dos de las cuatro mujeres entrevistadas, que narraron situaciones que no contaban en las cartas. Ello, sumado a las estadísticas oficiales que señalan que se denuncian menos de la mitad de los casos de violaciones sexuales (Mujica, 2010), nos lleva a pensar que existe un amplio sub-registro en torno a los casos de violencia sexual sufridos por mujeres dentro de una relación de pareja que debe ser tomado en consideración.

Por ejemplo, una de las entrevistadas narró en su testimonio un episodio de violencia sexual especialmente simbólico, pues representa muy gráficamente la dinámica sujeto-objeto que se establece en relaciones de pareja donde hay violencia hacia la mujer. La entrevistada señaló que fue víctima de una violación sexual luego de haberse sometido a un aborto porque el agresor no había querido reconocer al hijo y la había acusado de infiel:

"(..) entonces yo recién me había bañado, estaba con bata y entonces él agarro y ahí abuso de mí. Me violó. Prácticamente, te juro que después de que me había hecho limpiar, tuve una violación" (Cecilia).

Frente a ello, consideramos que las situaciones de violencia sexual merecen ser visibilizadas en la medida en que permiten complementar la comprensión de la gravedad del fenómeno de violencia y sus efectos en las personas que son víctimas, así como la consecuente necesidad de actuar frente a él.

a.5 Conclusiones del acápite

En suma, las formas de ejercer la violencia psicológica empleadas por los hombres contra sus parejas nos muestran una desvalorización de la mujer como persona, que facilita la dependencia emocional por parte de ellas en relación a los hombres. Además, las desvalorizaciones expuestas en el presente apartado se encuentran atravesadas por discursos propios del pensamiento patriarcal, en tanto enfatizan el incumplimiento de los mandatos de género o de los ideales hegemónicos de femineidad que se espera las mujeres alcancen. Es así que se generan situaciones de dominación dentro de las relaciones de pareja, las cuales no solo se reafirman a partir del ejercicio de violencia psicológica, sino también de actos de violencia física, económica y/o sexual; los mismos que contribuyen con la objetivización de la mujer y, por lo tanto, con el control que el agresor posee sobre ella (Velásquez, 2003).

30 En base a los datos examinados, podemos plantear el siguiente gráfico de repre-

sentaciones sociales en torno a las formas en las que las parejas de las mujeres participantes del proyecto Cartas de Mujeres ejercían violencia psicológica hacia ellas¹⁰:



¹⁰ Como se mencionó en el acápite de metodología, específicamente en la parte del procedimiento para la construcción de las representaciones sociales, se presenta en color naranja la información señalada de manera directa en las cartas por parte de las mujeres y en color celeste la información concluida en base a un análisis de lo señalado de manera directa por parte de las mujeres.

b. Razones por las cuales las mujeres expresan haber tolerado la violencia psicológica en sus relaciones de pareja

Del total de testimonios recogidos a través de las cartas, se encontró que un 58% de las mujeres manifestaron razones por las cuales toleraron las situaciones de violencia en relaciones de pareja. Al respecto, muchas de ellas mencionaron dichos motivos de forma explícita, mientras que en algunos casos, estas fueron inferidas a partir del discurso de las mismas. Por otro lado, se halló que el 36% de las mujeres no especificó razones sobre por qué toleró la violencia, que el 6% de las mismas no había tolerado la violencia y que el 4% no reconocía las situaciones de violencia como tales.

La principal razón asociada a la tolerancia de la violencia se refirió a **la idea de que la pareja agresora pudiera cambiar de comportamiento**, la cual fue mencionada en un 14% de los testimonios. El segundo motivo más presente entre las mujeres que se mantenían en relaciones violentas, estaba asociada a **la necesidad de mantenerse en la relación por sus hijos/as** (13%) y se refería principalmente a i) la real percepción de las mujeres de que necesitaban el soporte económico de su pareja para mantener a sus hijos/as y a ii) un ideal de mantenimiento de familia unida. Cabe señalar que los **motivos económicos** fueron señalados también de manera independiente como un factor para mantenerse en la relación violenta en un 6% de los testimonios y el **ideal de familia unida** también fue planteado como creencia independiente en otro 6% de los casos.

Por otro lado, un 11% de las mujeres mencionó como una razón el **afecto que aún mantenían por sus parejas agresoras**. Asimismo, un 6% de las mujeres mencionó que **creía haber necesitado el apoyo de terceras personas** para poder salir de la situación de violencia y un 4% planteó como motivo para mantenerse en la relación violenta el hecho de que **hubiesen sido juzgadas** por la sociedad como “malas mujeres” o como “mujeres fáciles” si rompían la relación.

b.1 La importancia del mantenimiento de vínculos afectivos con las personas y del cuidado de los/as otros/as

En base a los resultados, notamos una reafirmación de la idea planteada por Simone de Beauvoir en torno a que a las mujeres se les enseña a construir su identidad en relación a las personas que las rodean, constituyéndose ellas mismas como “lo Otro” (1999). Esto en el sentido de que vemos que sus identidades y

sus ideas aparecen firmemente configuradas en función de la existencia de otras personas más que en relación a ellas mismas. Es así que las mujeres se mantienen en la relación violenta porque consideran que poseen un rol específico frente a sus hijos/as, por la idea de afecto y de querer mantener a su **pareja** con ellas o por el rechazo frente a la creencia de que **terceras personas** las podrían juzgar. En las propias palabras de una entrevistada:

“(...) permitimos que nos maltraten a veces mucho porque tenemos hijos, (...) o mucho porque nunca nos enseñaron o nunca nos acostumbraron a que nosotras seamos muy independientes” (Alma).

Esto responde también a la llamada “ética de la conexión y del cuidado” planteada por Carol Gilligan, psicóloga y una de las máximas exponentes del feminismo cultural. Ella develó con sus investigaciones que las mujeres, debido a la socialización genérica diferenciada que examinamos en el marco teórico, se perciben a ellas en relación con el mundo y no al mundo en relación con ellas (Gilligan, 1982). En esa línea, buscan priorizar los vínculos con las personas y evitar las separaciones. En palabras de Suzanna Sherry, “la perspectiva femenina ve a los individuos principalmente como miembros interconectados de una comunidad (...) las mujeres tienden a ver a los/as otros/as como extensiones de ellas mismas” (1986).

Es así que, para comprender por qué las mujeres toleran la violencia en relaciones de pareja, debemos comprender el valor que ellas le otorgan a la creencia de que es importante mantener los vínculos con las demás personas. No es una mera característica de ellas, sino que su identidad ha sido socialmente construida para evitar la separación; en contraposición con la identidad de los hombres, que es fundamentalmente forjada en base a la autonomía y a concebir al mundo en relación con ellos (Gilligan, 1982; West, 2000).

Asimismo, las mujeres adoptan la creencia interiorizada de que deben cuidar a las demás personas (Gilligan, 1982; West, 2000). Esta responsabilidad de cuidado, que es átomo constitutivo en las creencias de las mujeres, se configura como una manera de acercarse al mundo, de posicionarse en él y de definirse. Así, las mujeres la asumen como muy propia, tal y como apreciamos en los siguientes testimonios:

“(...) nosotras las mujeres tenemos ya más responsabilidad en casa, ¿no? (...) atender al hombre y todo eso” (Alma).

“Claro que sí lo pensé dejar definitivamente, pero tuve la mala suerte de que se enfermó. Le vino una enfermedad que hasta ahora me tiene un poco atada” (Diana).

b.2 El mantenimiento de la relación de pareja como eje de realización femenino

Resulta importante, además, analizar con qué personas en concreto las mujeres desean permanecer vinculadas. Por un lado, las mujeres anhelan continuar con la relación de pareja, ya que poseen la idea de que sus parejas van a cambiar de comportamiento y que aún mantienen afecto hacia ellas, pese a las situaciones de violencia en la relación. Como señaló una de las mujeres entrevistadas:

“Yo sabía con qué clase de hombre me estaba metiendo, pero a pesar de eso yo continué pensando que iba a cambiar, pero desafortunadamente nunca cambió” (Cecilia).

Estas creencias van de la mano de los ideales hegemónicos de femineidad que analizamos en el marco teórico. A las mujeres se las cría para amar (Ferreira, 1989, Lagarde, 1996) y se les transmite “que ellas tienen una responsabilidad en que la relación se mantenga y que la relación de pareja es básica para su supervivencia y su felicidad (...) es su misión” (Bosch et. al, 2013). Es así que se comprende por qué las mujeres creen y quieren creer que sus parejas pueden cambiar de actitud: si toda su vida se les ha enseñado a creer que parte importante de su realización como mujeres está en ser buenas esposas, no quieren fallar en el cumplimiento de su rol, pues eso mermaría su identidad y les traería reproches sociales.

Por otro lado, también se puede comprender por qué las mujeres creen y sienten firmemente un mantenimiento de afecto hacia sus parejas pese a las situaciones de violencia; toda vez que han sido criadas para depender de un hombre y sentir comprometidos aspectos nucleares de su persona en la intimidad del amor (Bosch et al, 2013). Como señaló la misma participante:

“Yo sí le aguanté a mi pareja muchas cosas, le he aguantado porque yo sí le quería (...) por más que sea un capricho, una intensidad (...) una obsesión con él (...) yo pienso que sí le quería, porque yo hasta ahorita me siento lastimada, porque si no sentiría nada por esa persona yo creo que no sentiría esa cólera” (Cecilia).

b.3 El rol de madre como abnegado y el ideal de la familia unida

En cuanto a los/as hijos/as, con ellos/as parecieran alcanzar su máximo esplendor las ideas ya exploradas. Esto porque la creencia en torno a qué significa ser una buena madre y el mandato de que es importante que ellas -como mujeres-

cumplan con ese rol, se les enseña desde pequeñas como fundamental. Recordemos que son las mujeres las llamadas a destacar en el ámbito privado y de la reproducción (Bosch et. al, 2013).

Entonces, con hijos e hijas es con quienes ellas pueden llevar a una máxima expresión su “ser para otros/as” y, en efecto, así ocurre de acuerdo a los testimonios. Como señaló una de las mujeres entrevistadas:

“He aprendido a trabajar por mis hijos (...) He dejado de comprarme zapatillas porque les veía a mis hijos que no tenían, yo juntaba mi plata, no me importaba, yo usaba mis sandalias, me ponía un trapito (...) con tal que mis niños tengan sus zapatillas” (Brenda).

Y ella misma también señalaría:

“No, yo no podía dejarlo [a la pareja que la agredía] por el mismo hecho de que mis hijos estaban estudiando (...) Yo por mí, yo me iría. Pero, ¿y mis hijos?” (Brenda).

Es así que las mujeres creen firmemente en la importancia de cumplir adecuadamente con su rol de madres y de protectoras, creencia que también vemos ilustrada de manera pertinente en la siguiente carta:

“(...) soporté más de 6 años pensando que tenía que hacerlo por mis hijos, pero eso es una gran mentira que poco a poco pude ir comprendiendo” (Carta 1459)”.

En ese mismo sentido, el ideal de familia unida también es una idea que nos muestra que las mujeres no quieren incumplir con los mandatos de género que la sociedad les establece: el hogar es el ámbito en el cual ellas deben desarrollarse y, por tanto, la familia no se puede desintegrar. Como expresó una de las mujeres entrevistadas:

“(...) seguí con él pensando en que no puedo destruir mi hogar, no puedo hacer esto, pensaba en mis hijos, en mis hijos” (Alma).

b.4 El apoyo de terceras personas como esencial en la ruptura de una relación violenta

También es relevante notar que otra razón por la cual las mujeres se mantienen en relaciones de pareja violentas es la de necesitar el apoyo o intervención de terceros/as. Esto nos lleva a dos escenarios, el primero siendo uno en el que las mujeres pedían apoyo para obtener fuerzas para romper la relación, es decir, creían en afianzar un vínculo con una tercera persona cercana para poder sobrellevar la ruptura de la conexión esencial que ellas mantenían con su pareja.

El segundo escenario es aquel en el que las mujeres creían que necesitaban de la intervención de alguien que sintieran tuviera más poder que ellas y pudiera apoyarlas en romper la relación y enfrentar a su pareja. Como contó una de las participantes:

“Yo le conté a mi tío (...) y él me dijo ‘Si tu padre no te defiende, yo te voy a defender’. Y él fue y habló con el papá de mis hijos (...) y me dijo ‘Hija, estate tranquila (...) tú ya no vas a escuchar ni una palabra de este hombre’ (...) Y así fue, así fue” (Alma).

En ambos casos, las mujeres piden aliados/as para poder superar la situación en la que se encuentran, como una creencia en la necesidad de igualar poderes debido a la situación de subordinación en la que ellas están frente a sus parejas.

b.5 La relevancia social de no ser una “mala mujer” ni una “mujer fácil”

Al mismo tiempo, resulta importante analizar el temor a ser juzgadas por la sociedad que las mujeres expresan, como una razón para no romper la relación de pareja. Con ello se reafirma el hecho de que la sociedad les impone y exige el cumplimiento de determinados mandatos con respecto a su comportamiento dentro de relaciones de pareja, las cuales se asocian principalmente al control de su actividad sexual o a su responsabilidad por mantener la unión de la pareja o familia.

En esa línea, los temores más importantes que ellas manifiestan son que se las juzgue de “malas mujeres” porque han permitido que se desintegre su relación y su familia o de “mujeres fáciles” porque la ruptura de la relación significa que podrían estar con otras personas. Ello es muy demostrativo nuevamente de las creencias hegemónicas que se tienen de las mujeres y de cómo estas influyen en su accionar. Como expresó una de las mujeres entrevistadas:

"(...) el qué dirán, el qué pensarán (...) de mi familia porque siempre me decían 'Espero que tu relación dure porque te estás casando muy joven, espero que seas tan madura'" (Brenda).

Otra de las participantes también narró que sus amigas le decían que no deje a su pareja:

"Qué por qué, que una madre soltera por segunda vez, no" (Cecilia).

b.6 Más allá de las ideas: menor capacidad de agencia por parte de las mujeres

Es preciso hacer hincapié en que la tolerancia ante situaciones de violencia por parte de las mujeres se debe también, más allá de las diferentes ideas y razones que sostienen, a una diferencia concreta de acceso a oportunidades entre ellas y sus parejas. Así, la capacidad de agencia de ellas se ve mermada porque tienen menos oportunidades de acceso al mercado laboral que sus parejas; toda vez que se orientaron más al ámbito del hogar y reproductivo que al productivo. Es así que ello afianza la dependencia y la subordinación, tal y como narraba una mujer entrevistada, cuya pareja le decía:

"Yo soy el que mantengo la casa, yo soy el que doy, entonces tú haces lo que yo te digo" (Alma).

Si bien la disminuida capacidad de agencia de las mujeres debido a la dependencia económica es la regla en los testimonios revisados en las cartas, también se presentan casos excepcionales de mayor capacidad de agencia por parte de algunas mujeres, tales como el de una de las entrevistadas que ideó una estrategia para poder, con posterioridad, terminar su relación:

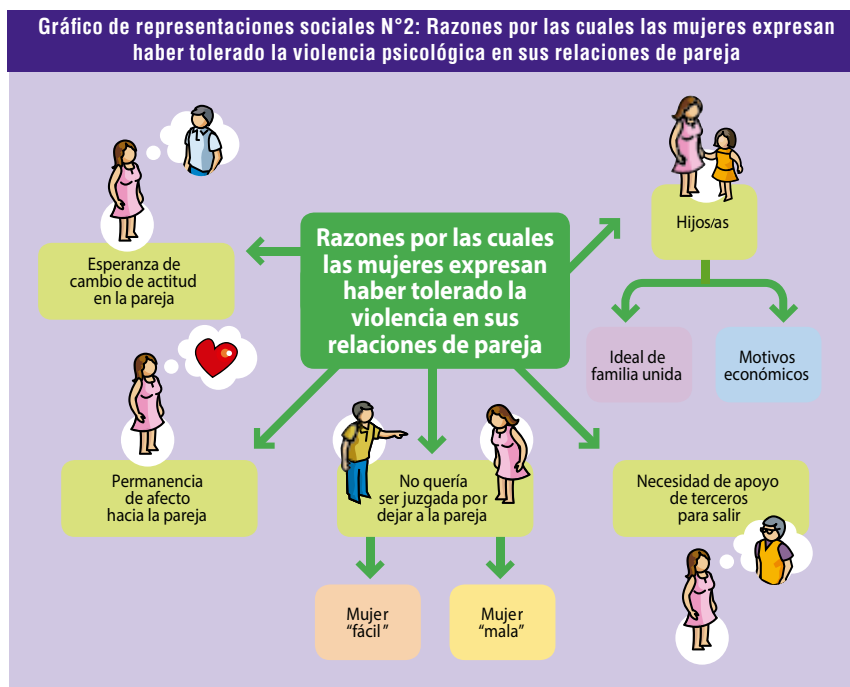
"Tantos años me voy a dedicar a sacarme la mugre y trabajar para llegar a un momento en el que pueda abrirme de la relación" (Diana).

A partir de ello, es preciso señalar que las mujeres viven realidades muy distintas entre sí, ya sea a nivel de variables contextuales, sociodemográficas o individuales, las cuales favorecerán o limitarán el despliegue de su capacidad de agencia. Así, es necesario tomar en cuenta la interseccionalidad para representar la problemática de manera diferenciada y así asegurar un abordaje pertinente de la misma.

b.7 Conclusiones del acápite

Se ha descubierto que las razones por las cuales las mujeres se mantienen en relaciones de pareja violentas giran principalmente en torno a los roles de cuidado y de responsabilidad que ellas consideran y sienten que deben cumplir, especialmente respecto de personas vinculadas a su hogar. Al respecto, debemos señalar que estas creencias develan una lógica de subordinación detrás de la socialización diferenciada por razones de género. A las mujeres se las socializa y enseña a creer en torno a la conexión, lo cual es algo sumamente valioso, pero también les genera una fuerte dependencia frente a los demás (Herrera, 2010; Bosch et. al, 2013). No obstante, no deben dejarse de lado las limitaciones materiales y la menor cantidad de oportunidades que las mujeres poseen en comparación con sus parejas, las cuales impiden el ejercicio pleno de su capacidad de agencia.

En base a la información descrita, podemos plantear el siguiente gráfico de representaciones sociales en torno a las creencias que acompañan a las mujeres participantes del proyecto Cartas de Mujeres que han tolerado la violencia psicológica en sus relaciones de pareja:



c. Mecanismos empleados para intentar salir de la relación violenta

De los 83 testimonios analizados, en un 60% de los mismos se mencionó que, al menos en una oportunidad, la mujer intentó salir de la relación violenta en la que se encontraba. En contraposición, en un 5% de los mismos, las mujeres señalaron explícitamente que no habían intentado salir de la relación violenta en ninguna oportunidad. Finalmente, en un 35% de las cartas, las mujeres no especificaron esta cuestión; razón por la cual no sabemos si en algún momento intentaron apartarse de su pareja o no. De las mujeres que intentaron salir, el 70% logró hacerlo, el 36% de ellas no y el 22% no especificó si logró o no logró salir de la violencia.

c.1 La ruptura independiente de la relación

Entre los mecanismos que las mujeres mencionaron que emplearon para intentar romper con la relación violenta, notamos fundamentalmente la ruptura independiente de la relación (34%). Con este nos referimos a que fueron ellas mismas las que intentaron salir de sus relaciones violentas sin apoyo directo de nadie.

Sin embargo, cabe señalar que en la mayoría de estos casos no es que las mujeres hayan podido concretar la ruptura de sus relaciones de manera fácil y pacífica. Observamos de las cartas que, cuando las mujeres buscaron salir de la violencia independientemente, fue en su mayoría mediante situaciones en las que tuvieron que modificar hábitos y condiciones esenciales de sus vidas o después de un acontecimiento que las afectó fuertemente y las llevó a actuar por una reacción inmediata de rechazo hacia sus parejas. Ejemplos de esto son, por ejemplo, los narrados en los siguientes testimonios:

“Tuve que cambiarme de casa, de número celular para que ya no lo vuelva a ver. Las razones son porque me buscaba todos los días” (Carta 1811).

“Yo le dije que estaba embarazada y él me dijo ‘yo no sé si ese hijo será mío, hay un señor que para yendo a la casa’. Te juro que me sentí tan mal que me tomé varias pastillas, entonces llegué al hospital con un aborto. Cuando me dijo eso, ahí ya era definitivamente que no quería saber nada de él y le dije que no venga nunca más a mi casa, que no quería saber nada de él” (Cecilia).

Es así que los mecanismos de ruptura independiente mayormente han estado asociados a situaciones difíciles y dolorosas para las mujeres. Es más, en varios

de ellos se apreció que tuvieron que acudir a estos porque otras personas y las instituciones estatales les negaron el apoyo.

No obstante, es cierto también que en algunos casos las mujeres lograron obtener la fortaleza para romper con la relación de manera independiente luego de experiencias positivas, tal y como apreciamos en la siguiente carta:

“Después descubrí que iba a tener una hija y allí me armé de valor y lo boté de mi casa” (Carta 1459).

Mediante casos como el reseñado notamos la influencia positiva de la creencia en la conexión por parte de las mujeres, pues esta, aunque de manera indirecta mediante un embarazo o por testimonios de terceras personas que las fortalecieron, las impulsaba a buscar salir de la situación de violencia.

c.2 La búsqueda del apoyo de terceras personas y de intervención estatal

El segundo de los mecanismos más mencionados mediante los cuales las mujeres intentaron romper con la relación violenta fue la búsqueda de **apoyo por parte de la familia, de la comunidad, de instituciones religiosas, de otro hombre o de un centro de apoyo o psicológico** (28%). Asimismo, el tercer mecanismo más asociado a **la búsqueda de salida de una relación violenta ha sido la búsqueda de intervención estatal**, a través de la presentación de una denuncia policial o la recurrencia a una entidad pública, como lo son la Defensoría Municipal del Niño y el Adolescente o el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (26%).

En ese sentido, la recurrencia a instituciones estatales o a terceras personas para romper con la relación violenta que presenciamos en las cartas, reafirma la importancia de la necesidad por parte de las mujeres de la existencia de vínculos con otras personas en los momentos difíciles. Esto puede manifestarse de diversas formas, siendo una de aquellas la que una mujer entrevistada señaló:

“Yo nunca tuve el apoyo de mi padre ni de mis hermanos (...) No sabía a quién acudir, a quién ir, mi refugio fue buscarme a otro hombre” (Alma).

Sin embargo, el hecho de que las mujeres hayan optado mayormente por mecanismos de ruptura de la relación de forma independiente refleja también otra situación que se aprecia en las cartas: el hecho de que terceras personas y el

Estado, en muchas ocasiones, fallan en proporcionarles ayuda.

Se aprecia que esto ocurre, en primer lugar, porque las personas que podrían darles el apoyo no lo hacen porque culpan a las mujeres de su situación o las ignoran. Al respecto, una mujer entrevistada narró su experiencia:

“Entonces acudí a mi familia (...) y bueno mis hermanos me dijeron ‘tú te lo buscaste, tú quisiste eso’. Entonces, no tienes apoyo, ¿no? Entonces, ¿qué haces? Te regresas a donde estás (...) regreso al golpe y al maltrato” (Alma).

En ese mismo sentido, en la mayoría de las cartas en las que se narra acerca de la búsqueda de un apoyo estatal, las mujeres mencionan también que tuvieron que acudir más de una vez a este para obtener respuesta, que finalmente no les proporcionaron apoyo o que no les aceptaron su testimonio. Tal y como señaló una de las mujeres entrevistadas:

“En la comisaría te toman la denuncia, la investigación, pero nunca van a investigar el caso, lo dejan ahí que se archive el caso. Te dicen: ‘pero si ya ves que vas a regresar con tu marido, entonces no sé por qué quieres poner la denuncia, y se burlaban de mi denuncia” (Cecilia).

En segundo lugar, otra razón por la cual terceras personas o el Estado fallan en el apoyo a las mujeres es porque, tal y como este es planteado, pareciera ser valorado por las mujeres como inidóneo. Es así que las mujeres transmiten que ellas no quieren necesariamente romper con su relación de pareja, sino que quieren que el hombre deje de ser violento, pero es a la ruptura a lo que apuntan las personas e instituciones que podrían ayudarlas.

c.3 El intento de suicidio

Por último, es necesario señalar que el 4% de las mujeres narró como mecanismo de búsqueda de salida de la relación violenta el intento de suicidio. Si bien el tratar de acabar con la propia vida es una consecuencia nociva y muy triste de la violencia a la que arriban algunas mujeres, ello también debe ser considerado como un mecanismo de búsqueda de salida de la violencia por parte de ellas porque recurren al mismo precisamente porque desean acabar con aquella situación.

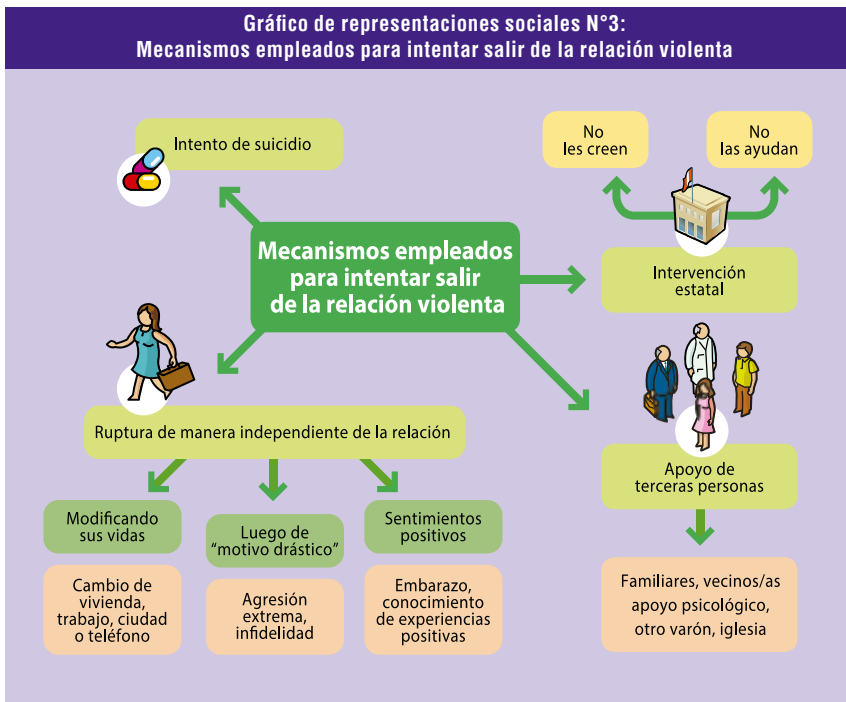
Al respecto, es relevante señalar que el hecho de que exista un porcentaje de mujeres que hayan optado por el suicidio, sumado al hecho de que muchas mu-

eres tuvieron que soportar agresiones extremas o rehacer sus vidas antes de poder salir de la violencia, muestra la gravedad del problema y que es necesario construir enfoques distintos para apoyar a las mujeres en la toma de decisiones respecto de estas situaciones de violencia.

c.4 Conclusiones del acápite

Podemos concluir que, en la mayoría de casos en los que las mujeres recurren al apoyo de terceras personas o instituciones estatales para buscar salir de sus relaciones violentas, estas se constituyen como trabas más que como ayudas. Es así que ellas optan por romper de manera independiente la relación con su agresor y ello las conduce a situaciones dolorosas y de variaciones radicales en sus formas de vida.

En base a lo observado, hemos realizado el siguiente gráfico de representaciones sociales en torno a los mecanismos empleados para la búsqueda de salida de la relación violenta:



d. Efectos en las mujeres de la violencia psicológica por parte de sus parejas

Como fue señalado en la introducción de la presente investigación, visibilizar las maneras en las que la violencia afecta a las mujeres resulta especialmente relevante para los fines de este estudio. Esto porque consideramos que la revalorización de la experiencia afectiva de las mujeres facilita una mirada más humana sobre los casos analizados y, tal como señala Velásquez (2003), nos permite desarrollar una comprensión más profunda del fenómeno de la violencia. Por ello, en el presente apartado se presentan los resultados obtenidos con respecto a los efectos emocionales enunciados por las mujeres víctimas de violencia, así como algunos de los testimonios que ellas comparten en las cartas.

d.1 Efectos negativos

El 53% de las mujeres indicaron que la violencia había generado en ellas fuertes sentimientos de **tristeza**. Por ejemplo, una de las mujeres lo expresó al mencionar lo siguiente: *“no sé qué hacer, me siento mujer deprimida”* (Carta 1382), mientras que otra de las mujeres manifestó lo siguiente: *“el dolor es muy fuerte, que no se puede controlar”* (Carta 4020). Así como los testimonios expuestos en las cartas, consideramos pertinente señalar que las mujeres entrevistadas también reflejaron el profundo dolor que aún les causaba la violencia durante el proceso de recolección de información. Alma lo compartió durante la entrevista que se le realizó, en la cual señaló *“(...) pero sufrí y hasta ahora lo sigo haciendo porque no puedo, no puedo ser feliz”*.

Como segundo efecto negativo de la violencia en las mujeres, se encontraron sentimientos de **impotencia** (29%). En tercer lugar, un 13% señaló haber sentido **miedo**. En cuarto lugar, un 12% de las mujeres señaló sentir **resignación**. En quinto lugar, un 11% de las mujeres manifestó haber sentido **ansiedad**. Otro grupo más pequeño de mujeres (8%) señalaron haber cambiado su percepción hacia ellas mismas y haber disminuido notablemente su autoestima. Por ejemplo, en la carta 2375 se comentó, en retrospectiva, lo siguiente: *“mirando todo lo que me ha pasado, creo que sufro de síndrome de niña buena, cumplir y satisfacer las expectativas sacrificándome, y pensar que no valgo tanto”*. Algunos de estos casos también se encuentran asociados a intentos de suicidio (4%), como el de la carta 11216, donde se relató que: *“aguantaba todo, pasaban los días sentía que me estaba volviendo loca con mi bebé en brazos, intenté quitarme la vida, hasta que vi a mi hijo y no pude hacerlo”*.

Adicionalmente, en un 6% de los casos, las mujeres se decepcionaron de las relaciones de pareja, creyendo que todos los hombres se comportarían de manera similar a su agresor. Así lo señaló la autora de la carta 1390, quien mencionó lo siguiente: *“ahora me encuentro sola, no quiero estar con nadie porque pienso que todos son iguales”*. Además, esta desconfianza en los hombres no solo se traduce en falta de interés por querer iniciar una nueva relación, sino en el control en demasía con las siguientes parejas. Sin quererlo, sobre todo luego de infidelidades, las mujeres reconocen que ellas fueron quienes se volvieron controladoras, pues *“saben cómo son las cosas”*.

Ello puede notarse en el testimonio de una de las mujeres entrevistadas, quien compartió su experiencia en torno a una relación amorosa posterior a la relación con su agresor: *“Pero mi segundo compromiso también me fue mal ¿Por qué? Por las mismas cosas que yo había pasado, yo tenía una desconfianza única, como te digo lo celaba hasta con su sombra”* (Alma). Todos estos testimonios nos estarían indicando, por lo tanto, el efecto que la violencia ejerce sobre las formas de vincularse de las mujeres y las dificultades ante las que se enfrentan para poder consolidar relaciones significativas con los hombres, posteriores a la agresión.

Asimismo, otro 6% de testimonios presentaban sentimientos **de vergüenza por la situación acontecida**. En algunos de estos casos, las mujeres señalaban que la vergüenza las llevaba a guardar por mucho tiempo sus experiencias consigo, sobre todo en los casos en los que no contaban con algún apoyo o en los que se habían separado de sus familia de muy jóvenes, mientras que en otros aludían a la vergüenza generada por el acto en sí mismo, como sucedió en el caso de la carta 9378: *“me gritó en el edificio en el que trabaja con una cantidad de palabras soeces, que me dio tanta vergüenza”*.

Entre otras consecuencias sobre las mujeres, las cartas mostraban que algunas de ellas también sentían **culpa (4%), cansancio (4%), enojo (2%), incredulidad (2%) y pérdida del sentido de la vida o automatización en los casos más extremos (1%)**. Tanto la culpa, como el enojo y la incredulidad, pueden asociarse a situaciones en las cuales las mujeres no esperaban ser violentadas, ya sea porque no se dieron cuenta de cómo era la pareja o porque jamás creyeron que esta *“cambiaría”* entre el enamoramiento y el matrimonio/convivencia. Por ejemplo, la autora de la carta 1541 señaló que ambos eran *“una pareja de alegría y felicidad pero cuando se enteró que estaba embarazada fue una decepción para él, cual me abandonó”*.

d.2 Efectos relacionados al compromiso social

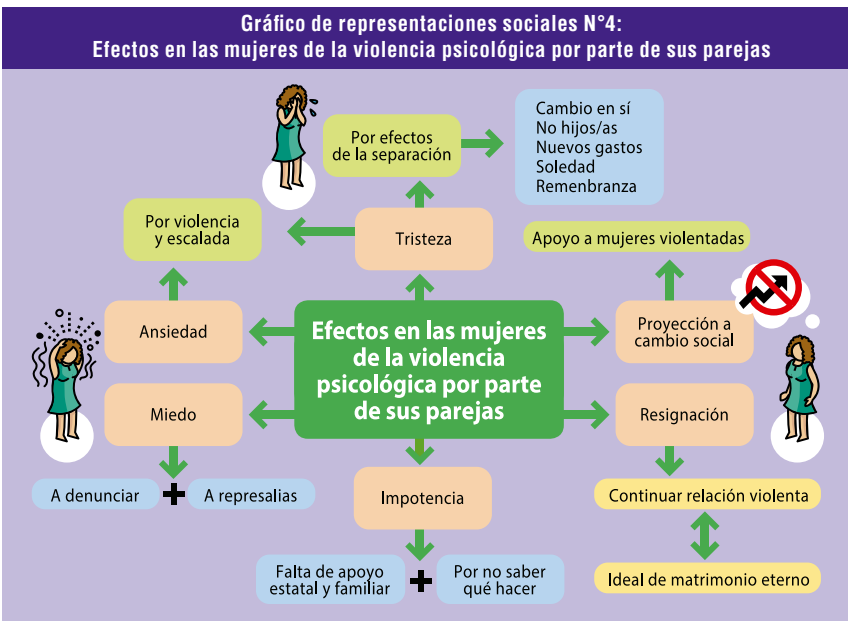
Finalmente, un 6% de mujeres expresó un deseo explícito por que se genere un cambio social con respecto a la violencia de género. Aún más, una de las entrevistadas señaló claramente su interés por generar un cambio de manera directa:

"(...) puedo ayudar (...) yo me siento contenta, les explico vayan al ministerio y hagan esto. Les digo así es el procedimiento y haga esto" (Cecilia).

d.3 Conclusiones del acápite

Sistematizar estas experiencias emocionales nos permite identificar algunos de los efectos inmediatos y a largo plazo que los actos violentos generan sobre las víctimas desde su propia perspectiva. Con ello se pretende generar el reconocimiento de las mismas como sujetas, cuyos afectos merecen ser enunciados y validados y, al mismo tiempo, reafirmar las luchas internas que aún mantienen las mujeres para poder sobrellevar los efectos emocionales que los episodios de violencia dejaron en sus vidas.

En base a lo observado, hemos realizado el siguiente gráfico de representaciones sociales en relación a los efectos que ocasiona la violencia psicológica por parte de sus parejas en las mujeres:



V. Conclusiones

a. El análisis de las Cartas de Mujeres y las entrevistas a profundidad realizadas nos permiten señalar que la violencia psicológica ejercida hacia las mujeres por parte de sus parejas se constituye como un mecanismo que busca desvalorarlas y generales dependencia frente a ellos. En ese sentido, las formas de ejercer la violencia se centran en mermar la autoestima de las mujeres a través de expresiones que niegan en ellas las características femeninas socialmente consideradas como valiosas, tales como la belleza física o la pureza sexual. Estos actos de violencia se ven mayoritariamente acompañados de violencia física, económica y/o sexual; la misma que contribuye a la subordinación de las mujeres.

b. Hemos descubierto que las razones por las cuales las mujeres han tolerado los actos de violencia psicológica referidos en el párrafo anterior reflejan mandatos sociales de género patriarcales asumidos por ellas como propios; lo cual demuestra la magnitud social de la violencia de género. Es así que las mujeres asumen roles de cuidado y de responsabilidad frente a sus hijos/as y a sus parejas que las hacen buscar mantenerse cerca de ellos a pesar de la situación de violencia. Asimismo, en algunos casos (11%), ellas creen y sienten una permanencia de afecto hacia sus parejas, lo que está relacionado con la importancia de las relaciones amorosas como espacio de realización que se les enseña a las mujeres. Además, la creencia de las mujeres en torno a la importancia del mantenimiento de los vínculos y su menor capacidad de agencia se muestran también en el hecho de que crean y sientan firmemente que requieren el apoyo de terceros/as para romper con la relación violenta. También, el control sobre su sexualidad y la vigilancia social respecto de sus roles como esposas o madres las llevan a temer ser juzgadas por la sociedad si rompen la relación. En ese sentido, son los roles esbozados los que contribuyen a generar dependencia en las mujeres respecto de las personas que las rodean y son esos mismos roles los que se tornan en obstáculos para que ellas puedan romper con la relación violenta.

c. Hemos explorado que los mecanismos a los que recurren las mujeres que buscan salir de relaciones de pareja violentas se constituyen como trabas antes que como apoyos. Es así que las instituciones estatales y personas cercanas a las mujeres de la sociedad civil muchas veces las juzgan, las culpan o no les creen; lo cual evidencia la naturalización del fenómeno de la violencia psicológica hacia las mujeres. Además, estas instituciones privilegian una lógica de ruptura de la

relación, cuando muchas veces lo que las mujeres estarían buscando es el mantenimiento de la conexión, pero el cese de la violencia. Es así que recomendaríamos que estas percepciones puedan ser tomadas en cuenta al momento de elaborar políticas públicas desde el Estado en aras de responder idóneamente frente al fenómeno de la violencia hacia las mujeres.

d. Hemos realizado un énfasis en los efectos emocionales que posee la violencia psicológica en las mujeres mismas para reconocerlas como sujetos cuyas perspectivas y afectos merecen ser considerados y validados. De esta manera, hemos podido comprender que la violencia psicológica tiene efectos sobre los sentimientos de las mujeres y que muchas veces estos dificultan su salida de las relaciones violentas. Por ejemplo, la ansiedad, el miedo y la tristeza, en el corto plazo, se relacionan con la impotencia y resignación en el mediano plazo; siendo más complicada la salida para mujeres que se sienten con menor autoestima y sienten que necesitan de mayor apoyo para salir de la relación violenta. Los efectos negativos en la vida de las mujeres pueden llegar a mantenerse y ser drásticos en el largo plazo. Sin embargo, en algunos de los casos en los que las mujeres sí pudieron salir de la relación violenta y se sentían más tranquilas, se pueden generar una proyección hacia el cambio social a través de la ayuda a mujeres que se encuentren en la misma situación.

VI. Referencias bibliográficas

Añaños Herrera, C. (2012). Transmisión de la violencia en el entorno familiar de las organizaciones sociales de base de mujeres en Lima, Perú.

Ariza, G. (2013). Las representaciones sociales de la violencia en las relaciones de pareja en Medellín en el siglo XXI. *Revista CES Psicología*, 6(1), 134-158.

Bardales, O. (2003). Estado de las investigaciones en violencia familiar y sexual en el Perú. Lima: MIMP.

Bardales, O. (2006). Estado de las investigaciones en violencia familiar y sexual 2001-2005. *Programa Nacional contra la Violencia Familiar y Sexual*. Lima: MIMP.

Bardales, O. (2012). Estado de las investigaciones en violencia familiar y sexual 2006-2010. *Programa Nacional contra la Violencia Familiar y Sexual*. MIMP. Lima: Sagitario Editores.

Blitchtein-Winicki, D., & Reyes-Solari, E. (2012). Factores asociados a violencia física reciente de pareja hacia la mujer en el Perú, 2004-2007. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 29(1), 35-43.

Bosch, E., Ferrer, V., Ferreiro, V., Navarro, C. (2013) La violencia contra las mujeres. El amor como coartada. Barcelona: Anthopos.

Bourdieu, P (2000). La dominación masculina. Lima: Anagrama.

Caraban M. & Morales B. (1991). Social and economic consequences for family planning use in southern Philippines. Cagayan de Oro: Research Institute for Mindanao Culture, Xavier University.

Cabrejos, M. (1998). Los caminos de las mujeres que rompieron el silencio: un estudio cualitativo sobre la ruta crítica que siguen las mujeres afectadas por la violencia intrafamiliar. Lima: Flora Tristán & World Health Organization.

Campbell, A., & Muncer, S. (1994). Sex differences in aggression: Social representation and social roles. *British Journal of Social Psychology*, 33(2), 233-240.

Condori Fernández, M., & Guerrero Martínez, R. D. P. (2010). Factores individuales, sociales y culturales que influyen en la violencia basada en género en mujeres de 20 a 64 años de edad en el Centro de Salud Ganímedes San Juan de Lurigancho octubre-diciembre de 2010. Lima.

Creswell, J. (2009). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. SAGE Publications, Incorporated.

Crowell, N. & Burgess, A. (1996). *Understanding violence against women*. Washington D.C.: National Academy Press.

De Beauvoir, S. (1999) *El segundo sexo*. Lima: De Bolsillo.

Delgado, A., Mayaute, L. E., Pisco, M. A., Constantino, J. P., & Zapata, A. C. (2013). Actitudes hacia la violencia contra la mujer en la relación de pareja en estudiantes de cuarto grado de secundaria de instituciones educativas estatales y no estatales de Lima Metropolitana. *Revista de Investigación en Psicología*, 16(2), 105-124.

Delgado, C., Estrada, B. & López, J. (2015). Gender and cultural effects on perception of psychological violence in the partner. *Psicothema*, 27 (4), 381-387.

Escudero, A., Polo, C., López, M. y Aguilar, L. (2005). La persuasión coercitiva, modelo explicativo del mantenimiento de las mujeres en una situación de violencia de género I: Las estrategias de la violencia. *Revista de la asociación española de neuropsiquiatría* 35 (95), 85-117.

Ferreira, G. (1989). *La mujer maltratada: un estudio sobre las mujeres víctimas de violencia doméstica*. Buenos Aires: Editorial Sudamericana.

Giddens, A. (2004). *La transformación de la intimidad. Sexualidad, amor y erotismo en las sociedades modernas*. Madrid: Ediciones Cátedra.

Gilligan, C. (1985). *La moral y la teoría. Psicología del desarrollo femenino*. México D.F.: FCE.

González, L., Venegas, P., Sánchez, T., Salgado, J., & Salazar, K. (2011). Representaciones Sociales de la Violencia en la Pareja en la Zona Rural. *Psykhē*, 10(2).

Gonzales de Olarte, E., & Gavilano, P. (1998). *Pobreza y violencia doméstica contra la mujer en Lima Metropolitana*. Documento de Trabajo. Lima: Instituto de Estudios Peruanos.

Herrera, C. (2010). *La construcción sociocultural del amor romántico*. Madrid: Editorial Fundamentos.

Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). (2000) *Encuesta Demográfica y de Salud Familiar 2000*. Informe Principal. Lima: INEI.

Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). (2015) Encuesta Demográfica y de Salud Familiar 2015. Informe Principal. Lima: INEI.

Jodelet, D. (1986): "La representación social: fenómenos, concepto y teoría", en Moscovici, S. (Ed.): *Psicología Social*, Vol. II, Ed. Paidós, Barcelona, pp. 469-494

Krug, E., Dahlberg, L., Mercy, J., Zwi, A. & Lozano, R. (2002). World report on violence and health. Capítulo 4: Violence by intimate partners. World Health Organization.

Lagarde, M. (1996). La perspectiva de género. Madrid: Horas.

Lagarde, M. (1998). Identidad genérica y feminismo. Sevilla: Instituto Andaluz de la Mujer.

Matos, S. & Cordano, D. (2006). *Violencia conyugal física en el Perú: distribución regional, caracterización de víctimas y agresores, factores asociados y consecuencias de un problema de salud pública* (Vol. 18). Lima: Instituto Nacional de Estadística e Informática y Centro de Investigación y Desarrollo.

Meil, G. (2001). La violencia doméstica en el contexto del cambio familiar. Una perspectiva sociológica. Madrid: Consejo General del Poder Judicial, 75-100.

Mendoza, O. B. (2012). La victimización en las investigaciones con personas afectadas por la violencia familiar. *Avances en psicología*, 20.

Miljánovich, M., Huerta, R. E., Campos, E., Torres, S., Vásquez, V. A., Vera, K., & Díaz, G. (2013). Violencia familiar: modelos explicativos del proceso a través del estudio de casos. *Revista de Investigación en Psicología*, 16 (1), 29-44.

Molina, J. E., Moreno, J. H., & Vásquez, H. (2010). Análisis referencial de las representaciones sociales sobre la violencia doméstica. *Acta colombiana de psicología*, 13(2), 129-148.

Moreno, M. & Sastre, G. (2010). Cómo construimos universos: amor, cooperación y conflicto. Barcelona: Gedisa.

Moscovici, S. (1963). Attitudes and opinions. *Annual review of psychology*, 14 (1), 231-260.

Mujica, J. (2001). La masculinidad y el uso legítimo de la violencia. Lima.

Nóblega Mayorga, M., & Muñoz Valera, P. V. (2009). Una aproximación cualitativa a la violencia hacia la mujer en un asentamiento humano de Villa El Salvador. *Liberabit*, 15(2), 95-108.

Ruiz Bravo, P. (2001) Sub-versiones masculinas. Imágenes del varón en la narrativa joven. Lima: Centro de la Mujer Peruana Flora Tristán.

Sastre, G., Arantes, V., & González, A. (2007). Violencia contra las mujeres: significados cognitivos y afectivos en las representaciones mentales de adolescentes. *Infancia y aprendizaje*, 30(2), 197-213.

Sherry, S. (1986). Civic virtue and the feminine voice in constitution adjudication. *Virginia Law Review*, vol. 72, nr. 3, 543-616.

Scott, J. (1996). El género: Una categoría útil para el análisis histórico. En LAMAS, M. *El género: la construcción cultural de la diferencia sexual*. México D.F.: PUEG, 265-302.

Taylor, S. J., & Bogdan, R. (1986). *Introducción: ir hacia la gente. Introducción a los métodos cualitativos de investigación*, 20.

Tello, J. J. A. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, 33(2), 411-437.

Urdániga-Giraldo, J., Cortez-Vergara, C., Murga, H. V., & Saavedra-Castillo, J. (2014). Forma de crianza recibida por el agresor y su asociación con violencia hacia la pareja en tres ciudades de la selva peruana en el año 2004. *Revista de Neuro-Psiquiatria*, 76(3).

Velásquez, S. (2003). Violencias cotidianas, violencias de género. Buenos Aires: Paidós.

Velásquez, T. (Ed., 2007) Experiencias de dolor: reconocimiento y reparación. Violencia sexual contra las mujeres.

West, R. (2000). Género y teoría del derecho. Bogotá: Siglo del Hombre Editores.

Winstok, Z. y Sowan, W. (2015). Does psychological violence contribute to partner violence research? A historical, conceptual and critical review. *Aggression and Violent Behavior*, 21, 5-16. Florida.

Unidas contra la violencia: Estrategias de afrontamiento para salir del ciclo de violencias

Romina Ramírez Ángel

Sandra Cárdenas Ruiz Manrique

Verónica Reynaga Soria

Resumen

La presente investigación busca analizar las Cartas de Mujeres para evidenciar las estrategias de afrontamiento empleadas, su influencia en la calidad de vida y las relaciones de familia en mujeres afectadas por violencia de género, con el fin de demostrar la importancia de su inclusión en campañas, medidas y políticas públicas. Para ello, se analizaron ocho cartas, las cuales fueron escogidas en base a los siguientes criterios: número de estrategias empleadas, edad y tipo de agresor. De esta manera, todas las cartas que usaron de tres a más estrategias y tenían a la pareja como la principal fuente de violencia fueron escogidas de un total de 14000 Cartas. Entre los principales hallazgos, se encontró que las estrategias más empleadas fueron la búsqueda de ayuda y la denuncia, las cuales pertenecen al estilo centrado en las emociones. Asimismo, se encontró que el soporte emocional brindado por una red social y la religión son factores importantes para salir del ciclo de violencia.

Palabras clave: Estrategias de afrontamiento, ciclo de violencia, género

I. Introducción

“Hay muchos hombres que pegan a sus mujeres y ellas no se quejan porque tienen miedo que las maten eso no debe seguir así por lo que esto tiene que mejorar”.

(Rosa, 13-25 años)[1][2]

Expresiones como las de Rosa nos ayudan a reflexionar sobre la situación actual que viven muchas mujeres en torno a la violencia de género. En el Perú, este es un tema que aún está descuidado por nuestras autoridades y prueba de ello son los altos índices de violencia que se registran en nuestro país.

Por ello, la campaña “Cartas de Mujeres” iniciada en Quito, Ecuador, tiene como reto “visibilizar la violencia que viven las mujeres en su cotidianidad y priorizar su prevención y combate en la agenda pública”. Esta medida se extendió a diferentes países, como Perú. La campaña peruana fue promovida por la Cooperación Alemana, implementada por la GIZ, a través de su Programa Regional ComVo-Mujer, UNFPA y ONU Mujeres, a fin de replicar los mismos objetivos.

El presente análisis tiene como base teórica el trabajo de Ruiz Bravo (2008), quien nos ayuda a entender las concepciones de teoría de género. Alcalde (2014), refuerza este concepto y contribuye a entender la construcción de la masculinidad y, finalmente, Lazarus y Folkman (1986) contribuyen con nuestro trabajo para definir a qué nos referimos con estrategias de afrontamiento.

Ruiz Bravo (2008) menciona que para el entendimiento del problema de género se deben considerar tres dimensiones: el concepto, las relaciones y el sistema de género. Conceptualmente, el problema de género se entiende como construcciones sociales y culturales que a lo largo de los años han formado estereotipos de los roles del hombre y la mujer para que actúen, sientan y vivan de acuerdo a estos.

De otro lado, la autora indica que el género no alude sólo a construcciones socio-culturales, históricas y psicológicas, implica también estudiar las relaciones que se desarrollan a partir de estas construcciones, tanto entre hombres y mujeres (inter-género), como entre hombres y entre mujeres (intra-género), ya que a partir de éstas se puede observar que los roles, espacios, atributos y, en general, lo que se identifica con lo femenino tiende a ser subvalorado (relaciones de desigualdad) (1999: 16).

Para analizar las relaciones de género tenemos que revisar el sistema sobre el cual se desenvuelven. En el caso de género nos referimos al “conjunto de normas, pautas y valores a través de los cuales una sociedad determinada modela la manera en que la sexualidad y la procreación del conjunto social deben ser enmarcados” (Ruiz Bravo, 1999: 18).

Además, los sistemas de género en una sociedad son también instrumentos de clasificación social, jerarquización, dominación y poder. Es por eso que las interrelaciones con sistemas de exclusión social y poder son claves para el análisis social y las propuestas políticas de cambio que se generan, pues los sistemas de desigualdad social se alimentan y nutren de otros sistemas discriminatorios como son los de clase, etnia o raza (1999: 19).

Para entender las configuraciones de las masculinidades en nuestra sociedad, usaremos la descripción de Fuller (como se citó en Alcalde, 2014) quien identifica las siguientes: la natural, la doméstica y la externa o pública.

La primera se refiere a un ámbito “restringido a los genitales de los hombres (heterosexualidad), la sexualidad y la fuerza física, como cualidades innatas y fundamentales para ser hombre” (Fuller, como se citó en Alcalde, 2014: 43). En el ámbito doméstico, “la masculinidad prioriza a la familia, el matrimonio y la paternidad. La forma externa o pública, hace hincapié en las actividades de los hombres en el mundo, fuera de la casa y se asocia con la virilidad, la política, la competencia, la rivalidad y la seducción”. Estas tres configuraciones requieren la aceptación tanto de hombres como de mujeres para que se legitimen y formen parte de la construcción simbólica del concepto de género. (Fuller, como se citó en Alcalde, 2014: 43)

Respecto al afrontamiento, Lazarus y Folkman (1986) lo definen como todos los esfuerzos cognitivos y conductuales que se realizan para manejar situaciones que, al ser evaluadas por los seres humanos, sobrepasan los recursos con los que estos cuentan.

Asimismo, las y los autores ofrecen una distinción entre estilos y estrategias de afrontamiento. Estas últimas, se diferencian de los estilos, ya que corresponden a las acciones específicas que la persona realiza para afrontar un estresor (entendido como un factor que genera estrés), varían a lo largo del tiempo y dependen de la naturaleza del estresor (Compas, 1987: 393-403). Dependiendo de qué es-

trategias emplee el individuo, tendrá un estilo de afrontamiento específico, el cual puede ser centrado en el problema, centrado en las emociones o el evitativo (Carver, Scheier y Weintraub, 1989).

En el primer estilo conocido como centrado en el problema, el individuo está interesado en encontrar información respecto a qué hacer para eliminar definitivamente el problema, pues sus acciones están dirigidas a modificar la problemática en sí. El segundo estilo corresponde al centrado en la emoción, la persona tiene como objetivo disminuir el grado de malestar emocional; asimismo, no se pretende modificar la situación problemática sino modular los estados emocionales negativos y sobrevivir a ellos. En el tercer estilo conocido como evitativo, el objetivo del individuo es escapar y evitar el problema o las emociones negativas que éste ocasione (Carver, Scheier y Weintraub, 1989).

Para cada uno de los estilos mencionados existen estrategias específicas que pertenecen a cada uno de ellos. Las estrategias que corresponden al estilo enfocado en el problema son: afrontamiento activo, planificación, supresión de actividades, postergación y búsqueda de apoyo instrumental. Por otro lado, las estrategias correspondientes al estilo enfocado a la emoción son la búsqueda de apoyo con motivos sociales, interpretación positiva, aceptación, negación y el apoyo en la religión. Por último, las estrategias que corresponden a un estilo de afrontamiento evitativo son la liberación de las emociones, el desentendimiento conductual y el desentendimiento mental. Respecto a estas tres últimas estrategias; la primera, consiste en centrarse en las consecuencias emocionales desagradables, expresándolas abiertamente; la segunda, implica aminorar los esfuerzos dirigidos hacia el estresor, es decir, no se realizan acciones concretas frente al mismo; finalmente, el desentendimiento mental consiste en llevar a cabo diversas actividades para no pensar en el problema (Barreda, 2012).

En las cartas de mujeres, recogidas por la campaña en Perú, se aprecia el uso de las estrategias mencionadas, algunas muestran el empleo de estrategias que pueden resultar adaptativas, como por ejemplo, las correspondientes al estilo centrado en el problema, y otras utilizan las no adaptativas, como las que corresponden al estilo evitativo. El uso de las estrategias y su influencia en el desarrollo intra e interpersonal de las mujeres, será analizado de manera profunda a lo largo de la investigación, pues es de vital importancia conocer cómo afecta a su calidad de vida y relaciones familiares.

Consideramos que la iniciativa de la campaña Cartas de Mujeres, es importante para el estudio de la violencia de género, pues permite proporcionar un espacio de comunicación que sirve como un camino para lograr el empoderamiento de las mujeres, ya que al narrar sus historias, también denuncian hechos y emiten opiniones. De esta manera, se logra que transformen su condición de ser interlocutoras invisibles a visibles. Por otro lado, a través de nuestro trabajo queremos contribuir a que las mujeres puedan tener un rol activo frente a situaciones de violencia, además, que el análisis de estos testimonios sirva de herramienta para buscar medidas más efectivas en la lucha contra las violencias a las mujeres.

Nuestro objetivo general es analizar el material de Cartas de Mujeres para evidenciar las estrategias de afrontamiento empleadas y la influencia en la calidad de vida y las relaciones de familia, en las mujeres afectadas de violencia de género, con el fin de demostrar la importancia de su inclusión en campañas, medidas y políticas públicas.

Asimismo, tenemos como objetivos específicos fomentar el uso de estrategias adaptativas que mejoren la calidad y relaciones de familia en las mujeres víctimas de violencia de género, promover la inclusión y difundir el uso intrínseco de estrategias de afrontamiento adaptativas para salir del ciclo de violencia de género en campañas, medidas y políticas públicas de organismos gubernamentales no gubernamentales o privados; finalmente contribuir con el estudio, la difusión y la trascendencia de las estrategias adaptativas de afrontamiento a fin de promover, atender, erradicar y prevenir la violencia de género.

II. Estado de la cuestión

El problema del feminicidio y de la violencia contra las mujeres en América Latina y el Caribe es preocupante, de acuerdo a la ONU Mujeres, en esta región se encuentran 10 de los 15 países con mayores niveles de desigualdad en el mundo. En la misma línea el Informe sobre Desarrollo Humano para América Latina 2016, reveló que “el 27.3% de las mujeres de 5 países (Bolivia, Colombia, Haití, República Dominicana y Perú) de la región manifestó que alguna vez sufrió violencia física, y el 8.3% afirmó que alguna vez sufrió violencia sexual” (PNUD, 2016).

En el año 2014, Perú ocupó el segundo puesto en registrar más casos de feminicidio después de México según el Mecanismo de Seguimiento de la Convención de Belém do Pará (Mesecevi) y a nivel local, el mismo año, se registró un 37% de casos de feminicidio en la capital, la mayoría ocasionados por la pareja sentimental de la víctima (*La República*, 2015).

La Encuesta Demográfica y de Salud Familiar indica que el 12% de mujeres encuestadas manifestó haber sufrido violencia física y/o sexual por parte del esposo o compañero durante los últimos doce meses. El mayor porcentaje ocurrió en mujeres de 15 a 19 años, con educación secundaria y ubicada en el segundo quintil de riqueza y en los departamentos de Apurímac, Cusco, Madre de Dios y Ayacucho. Además, el 2,6% de las mujeres entrevistadas declaró que su pareja las obligó a tener relaciones sexuales sin su consentimiento (INEI, 2013).

III. Método

En cuanto al método, se realizó un análisis cualitativo exploratorio que logre un acercamiento al problema y, a través de este análisis, contribuir a los estudios de género a una mejor comprensión de la violencia contra la mujer.

Para el presente trabajo empleamos como objeto de estudio las Cartas de Mujeres, las cuales entre sus características presentan distintos tipos de narración, pues algunas son redactadas en primera o tercera persona. Además, la extensión de los escritos es diversa, ya que algunas pueden ser muy cortas, únicamente de tres líneas, o largas de hasta tres hojas. Sin embargo, su extensión no determina la esencia del contenido. Asimismo, algunas Cartas son anónimas y otras

muestran los datos completos de la narradora como nombre, dirección, número de teléfono y correo electrónico. Para este trabajo se escogerán algunas de las cartas para el análisis. Partimos de la selección de cartas en base al número de estrategias que tenían y al tipo de agresor. Así, todas las cartas que empleaban de tres a más estrategias y mostraban a la pareja como la principal fuente de violencia, quedaron elegidas ocho de un total de 14000.

Para proteger la identidad de las personas participantes, a lo largo del trabajo las llamaremos: Susana, Xiomara, Alejandra, Elena, Cinthia, Katy, Gabriela y Emilia. Por otro lado, algunas enfatizan sus propios casos de violencia sufrida y otras dirigen un mensaje a la comunidad, a manera de reflexión o reclamo.

IV. Resultados

Carritos para él y muñecas para ella

Según la teoría de género, algunas de las cartas muestran episodios donde los roles de género tradicionales se hacen presentes. Así, observamos que esta concepción es parte del problema de violencia de género. Ruiz Bravo destaca que estas masculinidades y feminidades conforman identidades de género de hombres y mujeres a través de estereotipos que “definen la manera en que actúan, sienten y viven” (1999: 15), lo que hace que las mujeres afectadas podrían entrar en un ciclo de violencia, por ideas que ven como parte del rol que ocupan en la familia y sociedad.

En el caso de Susana, ella cuenta que sufre de violencia psicológica y física ante situaciones y actividades cotidianas como dejar rayas en un pantalón al plancharlo.

“(...) yo me comprometí muy joven en la cual no sabía hacer nada que cuando me mandó a planchar un pantalón y yo le saqué más de tres rayas y me dijo x m... no sabes planchar y yo le dije no sé y reaccionó dando una bofetada (...)”

En este fragmento el hombre la “mandó a planchar”, lo cual es una manera de demostrar su dominación frente a la mujer, ya que es parte de la creencia de que las actividades domésticas pertenecen al campo de la mujer. Luego, Susana narra que la insultó (“me dijo x m...”) y terminó propinando una bofetada.

La utilización de la violencia evidencia que se trata de una situación que él considera terrible, es decir que la mujer no realice bien las labores del hogar. Esta intimidación genera un problema psicológico que limita la agencia de la mujer afectada (Alcalde 2014: 42).

Otro caso que evidencia un rol de género tradicional asumido es el de Xiomara, quien describe claramente el tipo de violencia que sufre. Ella inicia su historia expresando que tiene discusiones con su ex esposo por dinero, producto de ello, recibe insultos y se ve disminuida como agente que aporta dinero para la manutención de sus hijos y, por lo tanto, en la lógica del ex marido, pierde derechos. Vemos claramente que se trata de una violencia económica, en este caso enfocada a “coacciones a la pareja para hacer o no hacer algo, en contra de su voluntad, mediante chantaje económico” (Backhaus 1999:14). Xiomara expresa:

“...tengo unas discusiones sobre el dinero de mis hijos y con el padre de ellos, el caso es que cada vez que se acuerda o está con cólera me insulta y se jacta de ser el único que da la plata para ellos, que sin él no soy nadie ni nada”.

Así, ella refiere que su rol se restringe al cuidado del hogar, de sus hijos y del marido. Es el esposo, en este caso, quien refuerza este sistema de creencias y amenaza a la mujer con quitarle a sus hijos si algún día no la encuentra en casa.

Al respecto, Ruiz Bravo señala que el problema de fondo se encuentra en la concepción de género y en los roles que culturalmente se les asigna a hombres y mujeres desde su infancia. Hay una forja de la masculinidad en la que se presiona socialmente a los hombres a tener comportamientos agresivos, e incluso se le da una autoridad sobre la familia que debe hacer respetar (1999: 13).

Dentro de la violencia económica que ejerce su ex esposo, se pueden ver dos ámbitos: la emplea como chantaje, pero a la vez restringe la posibilidad de realizar algún trabajo que implique que Xiomara tenga que salir de su casa: *“él me ha amenazado que si un día él llega a mi casa y los encuentra solos me los quita y me va a botar de la casa”.*

En los casos de violencia económica, generalmente, se tiene una concepción errada sobre el rol de la mujer ya que “los hombres las siguen viendo solamente como reproductoras de vida y cuidadoras de la casa y muy pocas veces como aportadoras sustanciales en el desarrollo de la familia” (CHIRAPAQ 2015: 41). En estos casos, los roles de masculinidad y femineidad tienen como consecuencia la continuación del ciclo de violencia, pues en ambos casos, si bien logran realizar

un cambio de su estado de violencia física, no logran terminar con la intromisión de la pareja en sus vidas, por ello la percepción de vulnerabilidad continúa a pesar de que ambas están separadas del agresor.

La manera que tienen ambos agresores de forzar a las mujeres a mantener su rol de género se manifiesta a través de dos mecanismos de intimidación: para Susana es el maltrato físico, mientras que para Xiomara es la violencia económica. Por otro lado, la infidelidad también se vuelve parte del rol de los hombres, mientras que no ocurre lo mismo en el caso de la mujer, quien debe, más bien, mantener una actitud “de honorabilidad” frente a casos de infidelidad y, en caso de que tenga alguna hija o hijo fuera del matrimonio, es castigada con la señalización social. Esto se relaciona con la idea de honorabilidad que se tiene en una sociedad patriarcal y machista, es decir, mientras para el hombre el honor se identifica con la virilidad masculina, en la mujer se relaciona con la virginidad y la fidelidad al marido (Figuroa 1995: 187).

Xiomara, particularmente pasa por el tema de la infidelidad del marido con su hermana: “...yo lo encontré con mi hermana *infraganti*, a partir de esa fecha yo sufrí mucho pero bueno la vida continua y ahora él tiene un hijo con ella”. Pese a estos hechos, el agresor continúa ejerciendo violencia sobre la víctima, quien se encuentra sola y vulnerada por su propia red familiar.

Por otro lado, cabe resaltar que también forma parte de la construcción del género el asignarle a la mujer el papel de “hacer sacrificios” por sus hijos e hijas, por lo cual muchas veces prefieren usar la resignación frente al estado de violencia que viven con la idea de que “lo hacen por sus hijos o hijas”: “...soporté más de 6 años pensando que tenía que hacerlo por mi hijos pero eso es una gran mentira que poco a poco pude ir comprendiendo”, nos dice Xiomara.

En el caso de ambas mujeres, Susana y Xiomara, a pesar de estar insertas en el ciclo de violencia, decidieron emprender la búsqueda de trabajo. Esto nos indica que existe el intento de salir de esta esfera doméstica en la que se encuentran e ir en búsqueda de independencia económica a través del desarrollo de sus capacidades y de su proceso de agencia. Esta iniciativa es la que debe ser promovida y apoyada por las organizaciones e instituciones estatales competentes, para poder brindar el apoyo necesario e inclusión de las mujeres al ámbito laboral.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento, Susana utiliza un estilo centrado en las emociones, pues en su intento por modificar su situación ella se convierte

en agente de resistencia para enfrentar la violencia; es ella misma quien decide “armarse de valor” y alejar de la casa a su esposo. También es importante incluir la agencia indirecta de la niña que estaba esperando, como un apoyo para que Susana activara la detención del ciclo. Además, a esto se suma el lograr que sus hijos puedan tener alimento, salud y educación por medio de su trabajo. Otra estrategia específica utilizada es la búsqueda de apoyo a través del componente religioso, pues Susana logra tener esperanzas y se aferra a la creencia de que las cosas pueden mejorar.

En el caso de Xiomara, es necesario mencionar que a pesar de haber usado la separación como una estrategia de afrontamiento, la violencia permanece; la pareja desarrolla un rol de chantaje emocional hacia la mujer, argumentando que a pesar de que lo denuncie, no logrará quitarle nada, ya que no cuenta con dinero: *“Hasta no tiene miedo que lo denuncia porque dice qué me van a sacar si no puedo sustentar lo que gano, qué me vas a quitar si no tengo nada, esa es la actitud machista y he vivido 9 años de mi vida con él y yo hacía lo que él siempre decía creo que fue el peor error que cometí”*.

A diferencia de Susana, Xiomara tiene una red social que puede usar como estrategia pero, nuevamente, debido a su desconocimiento, es poco aprovechada. Cuenta con una red de vecinas que le aconsejan que tome acciones pero ella se siente sola, pues ya fue decepcionada de su red familiar con lo sucedido con su hermana, por lo que no confía en su entorno actual.

Un tema recurrente para permanecer en el ciclo de la violencia es la falta de información. En el caso de Xiomara, se podría poner una denuncia por abandono, por bigamia, por alimentos. Sin embargo, Xiomara no cuenta con el conocimiento para poder usar estos mecanismos, así como también hay una carga emocional ante la denuncia de bigamia, pues estaría implicada su propia hermana.

En los fragmentos de las cartas presentadas se evidencia la necesidad de que exista un cuestionamiento acerca de los “roles” de mujeres y varones en la sociedad, por ello es importante que los medios de comunicación tomen partido y promuevan el acceso a la información para que ayuden a la sociedad a orientar nuevas acciones a la búsqueda de igualdad y no a continuar con la propagación de una cultura machista. Asimismo, los medios deben ser usados como un recurso para dar a conocer qué herramientas legales se pueden usar para salir del ciclo de violencia.

¿Por qué poner la otra mejilla?

La naturalización está unida a otro proceso que ha sido definido como familiarización. Ambos procesos son las vías para conocer, relacionarse y aceptar ciertas maneras de pensar y actuar que son consideradas como el “modo de ser del mundo”, asumiendo que dichos esquemas mentales son “naturales, innatos y reales”. Junto con la habituación, es decir, patrones estructurados de comportamientos regulares y relativamente estables, la naturalización y familiarización mantienen ciertas estructuras y ciertos modos de vida, a la vez que sostienen la permanencia y resistencia al cambio (Moscovici 1981).

De esta manera, mediante la naturalización, las mujeres llegan a considerar como “normales” diversos actos de maltrato. Asimismo, pueden permanecer en ciclos de violencia por su resistencia al cambio y el poco cuestionamiento o problematización acerca de lo que les sucede. Lo aceptan como parte de su sistema de creencias.

En el caso de Elena, se observa que, desde muy corta edad, tuvo un tipo de crianza basado en la violencia: *“Desde que era pequeña sufrí de parte mi madre mucho maltrato físico”*.

Alejandra es otro caso similar; en su carta relata que ella es de Puno y vivía ahí con su abuela, luego a los nueve años fue a vivir con su tío pero la esposa de él la golpeaba. Después, se fue a vivir con su papá y también pasó por episodios de maltrato por parte de su madrastra:

“Tenía mi papá que no había reconocido y me llevó a vivir con él y mi madrastra me puso a trabajar a los 12 años y trabajaba y mi madrastra me cobraba mi sueldo y trabajé como 4 años, yo tenía 15 años y ella me decía que guardaba mi plata pero cuando le pedí mi plata del trabajo, ella me dijo que se había construido su casa y cuando le reclamé me botó de su casa”.

Para Elena y Alejandra la violencia está presente desde que eran niñas, para una el maltrato físico y para la otra, además, el maltrato económico. Estas agresiones, como veremos, se extienden hasta años posteriores con sus propias parejas.

Según diversos estudios, llegada la etapa adulta, existirá la tendencia del ser humano a repetir los patrones de conducta con los que fueron criados. De esta ma-

nera, estas experiencias tempranas provocan que, al ser adultos, se tengan más riesgos de desarrollar vínculos amorosos que repitan patrones de violencia (Sabater, 2012). En ese sentido, la mujer continúa con el patrón de conducta violento vivido en la infancia, por lo que percibe como “normal” el comportamiento de su agresor: *“Yo creía que teniendo mi esposo era normal que me pegara”*, señala Elena.

Por su parte, Alejandra se casa muy joven, a los 15 años: *“comencé a vivir con él, tuve a mi hija mayor y él siempre me pegaba, me destrozaba mi boca y como no tenía a donde ir, yo le aguantaba todo eso”*. A diferencia de Elena, Alejandra comienza a defenderse cuando su hija crece y, si bien aguanta la violencia desde niña, esta llega a su fin gracias a que es su hija quien habla con su padre para acabar con el maltrato.

Sin embargo, en el caso de Elena se observa que para que el ciclo de violencia se mantenga, el agresor y la víctima deben compartir una misma manera de pensar, es decir, una misma ideología o concepción de vida. En este caso, se observa que el sistema de creencias del agresor y la mujer agredida se encuentra ligado a ideas machistas. Ello pues algunas concepciones de vida se sustentan en la importancia de la virginidad de la mujer, a tal punto que parecen encasillarla en únicamente ese rol, de manera que si la mujer ya no es virgen, no tiene ningún valor. A partir de esta concepción de vida, se naturaliza la agresividad del hombre y la mujer queda en una situación vulnerable (Monge, 2013). Entonces, esto justifica todo tipo de maltrato, pues normalizan este comportamiento: *“Él se justificaba que se sentía mal porque yo había sido de otro hombre”*.

En cuanto al empleo de estrategias de afrontamiento, observamos que inicialmente ambas víctimas emplean la resignación o aceptación para sobrellevar la situación que le generaba estrés. Elena, por ejemplo, comienza narrando que creía que era “normal” el maltrato por parte de su esposo, por lo que no llevaba a cabo acciones concretas frente a su situación y, de manera pasiva, la aceptaba. Alejandra, por otro lado, no se separa ni denuncia las agresiones de su esposo sino que continúa con él y llegan a tener dos hijas.

Asimismo, observamos que la búsqueda de ayuda es una estrategia empleada en la carta narrada, ya que Elena concluye con la interrogante *“¿Qué hago?”* frente a la encrucijada en la que se encuentra con su esposo, e hijo que no la defiende. De modo contrario, en la carta de Alejandra, es su hija quien toma partido, así, activa su red social para ayudarla.

Con lo mencionado se evidencia la necesidad que tiene la mujer de ser escuchada y auxiliada para salir del ciclo de violencia. Finalmente, Elena y Alejandra perdonaron al agresor en diversas ocasiones, por lo que dicha acción es considerada como una estrategia de afrontamiento, pues mediante el perdón, se muestra la creencia de que a la larga todo mejoraría. Este pensamiento las ayudaba a sobrellevar todas las situaciones que vivían, sin embargo, esa tranquilidad no generaría bienestar a largo plazo, pues su situación no cambió. Las estrategias de Elena pertenecen al estilo de afrontamiento centrado en la emoción, pues ella solo se preocupa por disminuir el grado de malestar emocional y no realiza acciones concretas frente al problema; al igual que Alejandra, quien a pesar de intentar defenderse aún continúa sufriendo maltratos. Es importante mencionar que la aplicación de este tipo de estrategias no contribuyen con el bienestar a largo plazo, pues si bien proveen mejoras de manera inmediata, en la mayoría de casos, las consecuencias a futuro podrían empeorar: volver con el agresor, no poder rehacer su vida amorosa, tener miedo, etc. Por lo mencionado, desde una perspectiva psicológica, no deberían ser estas estrategias de afrontamiento las más recomendadas ni tampoco las más empleadas.

Realmente, ¿tu entorno ayuda?

Una red social se refiere al conjunto de recursos humanos y materiales con que cuenta un individuo o familia para superar una determinada crisis (enfermedad, malas condiciones económicas, rupturas familiares, violencia, etc.). Los sistemas de apoyo social se pueden constituir en forma de organizaciones interconectadas entre sí, lo que favorece su eficacia y rentabilidad. Por ello, hablamos de redes de apoyo social, las cuales pueden ser tomadas como estrategias de afrontamiento, pues permiten salir del ciclo de violencia. Las principales son: las familias, amigos/as y allegados/as, compañeros/as de trabajo, vecinos/as, etc. (Gallar, 2006 citado en Ortego, López y Álvarez, 2010). De este modo, en diversas ocasiones, el entorno funciona como una red vital e inmediata que permite a la persona agredida poner fin al ciclo de violencia.

En la carta que redacta Cinthia, vemos que ella sí ha contado con un apoyo de tipo familiar o amistoso, es decir, su entorno funciona como una red efectiva:

“Mi hermana menor vino de sorpresa y me encontró llorando, no tenía qué comer y la barriga me dolía mucho y tenía un gran moretón en el brazo. Ella de tantas preguntas le dije la verdad, entonces cogió mis cosas, las metió en unas bolsas y me llevó de vuelta a mi casa, donde me recibieron bien”.

A pesar de la falta de recursos, evidenciada en el caso anterior, el apoyo de la red mostró resultados positivos a largo plazo, pues Cinthia logró ser un sustento para su hija brindándole educación universitaria, estableciendo un negocio propio y poniendo fin al ciclo de violencia vivido: *“He criado sola a mi hija que tiene 20 años y tengo un negocio de imprenta”*. Con respecto al uso de estilos y estrategias de afrontamiento en el caso de Cinthia, estas serán analizadas en otro acápite del presente trabajo.

Otra de las cartas analizadas es la de Katy. En su caso, observamos que se encontraba en una posición vulnerable, pues su red inmediata, es decir, sus padres, se encontraban en el extranjero: *“Lamentablemente, mis padres no hicieron nada porque se encontraban en el extranjero”*. De esta manera, Katy no se sentía apoyada y su único sostén era su pareja, quien era su principal agresor.

A pesar de la distancia que la separaba de sus padres, una de sus amigas cercanas decidió llevarla al psicólogo y, tras seguir un tratamiento, pudo enfrentar y denunciar a su pareja: *“Un día una amiga me llevó al psicólogo seguí el tratamiento y gracias a ello pude enfrentarlo cara a cara y lo denuncié”*.

Al igual que en el caso de Cinthia, si bien su amiga funciona como su red, le resta agencia a la agredida, pues no fue ella quien tomó la iniciativa de buscar apoyo psicológico. Como mencionamos, si bien esto a la larga puede disminuir la capacidad de acción de la mujer, para Katy representó el inicio de su empoderamiento, pues ahora se encuentra empezando una nueva relación y vive con sus padres: *“Ahora vivo con mis padres y estoy empezando una nueva relación con mi mejor amigo, quien él sí es un buen chico”*.

Como se observa, al no tener cerca su red familiar, muchas mujeres podrían encontrarse en la misma situación que Katy, ya sea experimentando sensaciones de soledad o de vacío, por lo que salir del ciclo de violencia podría representar un objetivo complicado de lograr. Por esta razón, en algunos casos, es importante que la familia de la agredida acompañe y represente un apoyo adecuado, pues al ser el entorno y la red inmediata, podrían ayudarla de una manera más efectiva.

Respecto a las estrategias de afrontamiento empleadas por Katy, observamos que la denuncia de la violencia, y la separación de la pareja, son vitales para poner fin al ciclo de violencia. Después de mucho tiempo de maltrato, la agredida decide enfrentar a su agresor, se separa y recurre a las autoridades en búsqueda

de ayuda. A raíz de esto, su pareja tuvo miedo y escapó. Todas estas estrategias corresponden a un estilo centrado en la emoción, ya que son acciones que están dirigidas a disminuir las sensaciones dolorosas que la violencia produce.

Asimismo, buscar apoyo psicológico y continuar con el tratamiento, podría considerarse como una estrategia de afrontamiento centrada en el problema. Según el modelo de Lazarus y Folkman (1986), la búsqueda de apoyo con fines instrumentales, es decir, recurrir a personas que cuentan con herramientas claras sobre qué hacer, en este caso, el psicólogo, genera bienestar a largo plazo y es efectiva. Todo lo mencionado se ve reflejado en el caso de Katy, pues es a raíz del tratamiento psicológico que pudo enfrentar a su agresor. Si bien no fue ella quien tomó la iniciativa sino su amiga, el mantenerse en un tratamiento corresponde a una acción que requiere de voluntad y persistencia, mérito que pertenece enteramente a Katy.

En los casos analizados en las líneas anteriores, la red es efectiva; sin embargo, ¿qué pasa cuando el entorno inmediato no provee apoyo a la mujer agredida? El caso de Elena puede ayudarnos a responder dicha interrogante. Ella narra haber sufrido maltrato físico desde muy temprana edad por parte de su madre y tiene un hijo que no acepta la separación de sus padres, aun cuando es su padre el agresor principal en la pareja. A partir de esta historia, observamos que la situación es más complicada cuando hay hijos e hijas que se parcializan con el agresor. Como sucede en el presente caso, que se permite que la agredida siga soportando maltratos y amenazas.

Con lo encontrado, ¿qué hacer con estos hijos e hijas? ¿No es acaso evidente que también están equivocados/as o tal vez son blanco fácil de manipulación por parte del agresor y, por ende, también necesitan ayuda psicológica? Las respuestas calzarían en la necesidad de recurrir a programas que puedan restaurar la autonomía de pensamiento por parte de los hijos y las hijas, para que opten por tener un rol imparcial en estas situaciones. Asimismo, la mujer de la carta termina con la pregunta: “¿qué hago?”, incertidumbre que surge a partir de la encrucijada en que se encuentra por sentirse culpable por el posible “fracaso” de su hijo si abandonara sus estudios.

Pero... tengo miedo

Para este punto, consideramos importante resaltar el factor miedo, pues fue identificado a lo largo de todas las Cartas en diferentes situaciones, expresado de diferentes maneras, desde el miedo enfocado al ámbito más personal hasta el miedo enfocado en el entorno más cercano.

En el caso de Cinthia, el factor en mención aparece, en primera instancia, debido al sistema de creencias que ella maneja. Lógicamente, este sistema está basado en ideologías machistas que juzgan severamente a la mujer, ubicándola en una posición vulnerable. Cinthia nos comenta que soportó la violencia con su pareja, pues si se separaba y quedaba como madre soltera, la sociedad la juzgaría por tener hijos o hijas y no estar casada. Por ello, a pesar del maltrato, Cinthia soportó la violencia física y psicológica, ocultando la verdadera historia de su matrimonio, afirmando que por el contrario todo estaba bien y había felicidad. Como se menciona en la carta: *“Mi único error fue haberme casado por un embarazo y por el qué dirán mis amistades”*.

Ante ello, se percibe también la desigualdad de género, pues finalmente quien es más castigada a nivel social es la mujer. Esta realidad se da porque muchas veces el comportamiento violento del hombre es normalizado, y más bien se sanciona a la mujer por no cumplir adecuadamente con el rol esperado, el cual está ligado al cuidado de la casa, los hijos o las hijas, la familia, etc. (Ruiz Bravo, 1999: 13).

Respecto a las estrategias de afrontamiento empleadas por Cinthia, observamos que todas pertenecen al estilo centrado en la emoción, ya que no se llevan a cabo acciones concretas frente al problema. Inicialmente, es su hermana quien la obliga a escapar de la situación en la que se encontraba, siendo la huida una estrategia de afrontamiento. Al mismo tiempo, se emplea la búsqueda de ayuda para enfrentar la violencia, pues su familia es su red más sólida y cercana. Finalmente, al escapar y quedarse viviendo con sus padres y hermanos, Cinthia emplea la separación de su pareja como estrategia para poner fin al maltrato físico y psicológico.

Otro punto importante en la presente carta es el hecho del trauma generado en la agredida a partir de una relación donde hubo violencia física, emocional y psicológica. Según Alcalde (2014), el miedo no permite expresar lo que las mujeres

agredidas sienten, pues controla sus vidas y no las deja encontrar paz. Lo cual dificulta el proceso de salir del ciclo de violencia. En el presente caso, esta mujer comenta que tiene miedo de volver a confiar en un hombre por todo lo vivido en su antiguo compromiso. Esta situación supone la necesidad de auxiliar a las mujeres agredidas por la violencia para que puedan rehacer su vida y ser felices de nuevo, a partir de programas que fomenten su empoderamiento y promuevan el desarrollo de recursos cognitivos, que se traduzcan en estrategias adaptativas que les permita salir del ciclo de violencia bajo sus propios medios.

Puedo dar el primer paso

Esta es una parte fundamental del análisis, pues se puede ver la agencia de la mujer agredida para salir del ciclo de violencia. En puntos anteriores analizamos cómo las mujeres y su entorno, a través de la conceptualización de género, red no adaptativa y el miedo, impiden que ella pueda poner un alto a la situación de violencia. Sin embargo, muchas veces es la agredida quien a través de acciones enfrenta directamente al agresor, asume el hecho de continuar su vida sola y emprende una vida social y económicamente activa. Es en el desarrollo de este empoderamiento y el “poder solas” que señalan la necesidad de que se hagan programas que incluyan el soporte psicológico.

En este punto destacamos el testimonio de Gabriela, quien narra que luego de pasar casi tres años de maltratos por parte de su pareja, consiguió poner fin a la conflictiva relación. Al inicio, como en los casos de violencia que describimos en este trabajo, Gabriela tuvo problemas con los celos infundados de su pareja, los cuales terminaron con agresiones e insultos:

“(...) lo conocí me enamore y convivimos, es ahí donde se originó el problema porque, gritaba, me insultaba, no me dejaba ver a mi familia, me hizo tirar a la basura mis zapatos de taco para que no me los ponga, me celaba con cualquier persona que saludaba, a veces yo creía que esto lo hacía porque me quería, pero cuando estaba borracho me quería golpear y no me dejaba pero como es hombre y tiene mayor fuerza me ganaba y salía golpeándome”.

Por otro lado, Gabriela menciona que ya tenía una hija cuando conoce a su pareja. Además, cuando se da la convivencia empiezan las conductas controladoras y limitantes de parte de su pareja, como deshacerse de sus zapatos de tacón. Lo mencionado muestra que tanto el hombre como la mujer realizan patrones

de conducta que van acorde a la concepción social de honorabilidad; por ello, mientras el hombre realiza actos violentos, la mujer justifica la acción del hombre al pensar que éste lo hace “porque la quería”. Sin embargo, luego Gabriela añade: *“Lo denuncié dos veces en la comisaría de la mujer y lo único que hicieron era citarnos a los dos y mandarnos a una terapia para criar bien a nuestros hijos pero la violencia no paraba (...)”*.

No es la primera vez que en nuestro país se critica a las entidades públicas por su escaso apoyo en asuntos graves como la violencia contra la mujer. De hecho, esta falta de compromiso por las instituciones se denomina como violencia institucional, la cual se basa en la ausencia de políticas claras y la mala calidad del trato del personal con las personas que buscan su apoyo (Alcalde 2014: 49).

Más adelante, Gabriela escribe que denunció el abuso a la fiscalía y que con ello recién consiguió que las acciones violentas de su esposo terminen:

“(...) una persona me aconsejó que lo denuncie a la fiscalía, después de pensarlo tantas veces recogí todas las pruebas y lo hice; todo llegó a palacio y se hizo un juicio, yo no pedí reparación civil ni tampoco que se vaya preso, solo pedí que me dejara en paz y respetara, y así pasó (...)”.

Esta vez la denuncia a una instancia estatal dio los resultados esperados, ya que se logró el término de la violencia. También aparece un agente externo (“una persona me aconsejó”) que ayuda a la autora de la carta a utilizar una estrategia de afrontamiento que es la denuncia a la fiscalía. Sin embargo, también es necesario destacar la capacidad de Gabriela, ya que fue ella quien buscó las pruebas y llevó todo a Palacio de Justicia.

Como vemos, en este caso se utilizó el estilo de afrontamiento centrado en las emociones, ya que Gabriela realiza diferentes acciones (defenderse por sí misma, denunciar dos veces el abuso a la comisaría de la mujer y juntar las pruebas para llevar la denuncia a la fiscalía) a fin de modificar y deslindarse de las emociones negativas, producto de la situación de violencia. Ello se evidencia después en su carta, pues escribe que luego de la denuncia a la fiscalía se separó de su pareja y ya no pelean, incluso son amigos y a él se le permite ver a sus hijos, aunque sigue siendo machista:

“(...) hasta la actualidad ya no pelea pero a veces cuando se quería descontrolar se acuerda y cree que puede ir preso, ya cambió, recibió terapias, llevamos separados 8

años, y me separé desde la primera violencia pero así me perseguía (...) ahora ya somos amigos y ve a sus hijos, ya no pelea con las mujeres aunque sigue machista”.

Otra historia es la de Emilia, quien empieza a relatar que fue agredida por su esposo, frente a lo cual, realiza una denuncia y le recomiendan recibir terapia psicológica. Emilia representa el caso de una mujer que pasa por un ciclo de violencia y logra salir de este de manera efectiva. ¿Cómo es posible? Para empezar, ella da el primer paso: la denuncia. Luego, continúa con la terapia psicológica, que la ayuda a fortalecer su autoestima ya que quiso suicidarse. Por último, se separa del agresor, no solo por su bien, sino por el de su hija ya que se percata cómo la situación también le estaba afectando.

En el análisis encontramos que es importante destacar la reflexión que hace Emilia respecto a la familia: *“...me di cuenta que tratar de tener una familia, papá, madre e hija, era soportar traumas, ahora mi hija está bien, he avanzado mucho sola sobre (...) mis hijas están bien tranquilas y me di cuenta de que uno puede salir adelante si uno lo propone no es necesario un hombre que te maltrate y humille”.*

Ella, a diferencia de las otras mujeres, no justifica o soporta los hechos de violencia por la supuesta unidad familiar, el qué dirán o la falta que haría la figura paterna en la familia en el caso de una separación; sino más bien rescata el bienestar para ella y sus hijas, quienes se encuentran bien tras la separación. Emilia se da cuenta de que puede salir adelante, *“ahora trabajo como administradora”*, buscar ser un agente que proporciona bienestar económico y psicológico a su familia.

Ella, así como las demás mujeres que se enfrentan y sobreviven a la violencia, pueden salir del círculo y convertirse en el sustento de su familia cuando tienen o se dan cuenta de que pueden tener un rol que no se limite al ámbito doméstico. Las estrategias que usa Emilia, al igual que Gabriela, están centradas primero en la emoción, ya que inicia poniendo la denuncia, pero luego sigue un tratamiento psicológico que le permite aplicar una estrategia centrada en el problema; con lo que finalmente logra separarse de su agresor. Un hecho que contribuye a la aplicación efectiva de las estrategias de afrontamiento de ambos casos es el fortalecimiento de la autoestima.

Si bien muchas mujeres emplean estrategias de afrontamiento y logran salir del ciclo de violencia, el entorno cercano de las mismas puede terminar siendo el más afectado a corto y a largo plazo. Una de las cartas analizadas, la cual es na-

rrada de manera impersonal, nos cuenta la historia de Claudia quien empleó la estrategia de huida perteneciente al estilo de afrontamiento evitativo y logra poner fin a la violencia vivida tras abandonar a su agresor. A pesar de ello, sus hijos terminan siendo los más afectados, pues se menciona que aún tienen secuelas emocionales del maltrato experimentado en el pasado y no pueden desarrollar con normalidad diversos aspectos de su vida: *“Todo esto dejó secuelas, especialmente en sus hijos, quienes hasta hoy no pueden superar el trauma”*.

IV. Conclusiones y recomendaciones

Al analizar las Cartas de Mujeres, se observa que las estrategias más empleadas en ellas son la búsqueda de ayuda y la denuncia, las cuales pertenecen al estilo centrado en las emociones. Si bien la denuncia, pareciera una estrategia centrada en el problema, probablemente, no representan acciones concretas para terminar con la situación de violencia. En ciertos casos, la denuncia no es efectiva por la falta de seguimiento; la estrategia de búsqueda de ayuda y algunas veces le resta acción y agencia a la mujer, pues no es ella quien toma la iniciativa. A pesar de ello, sí fueron de ayuda para muchas, pero por estar centradas en la emoción, no son las más recomendables, ya que no se enfocan en eliminar el problema en sí, sino en aminorar a corto plazo el malestar emocional que éste provoca.

Asimismo, lo encontrado en las Cartas de Mujeres evidencia que en este grupo de mujeres la violencia psicológica a largo plazo es la que más les afecta y es la más difícil de sobrellevar, ya que puede implicar una situación de miedo permanente que se refleja en el entorno. Este tipo de violencia, aunado al de tipo económico, hace que la víctima sea más dependiente de su agresor, pues le quita empoderamiento y continúa con la lógica de encasillar el rol de la mujer en un ámbito doméstico.

Al analizar las Cartas también se encontró que uno de los problemas identificados para que las mujeres legitimen la violencia y les sea más difícil salir de este ciclo, es el sistema de creencias que les ha sido transmitido por su familia, el cual suele ceñirse a un régimen patriarcal y machista. A partir de dichas creencias se ha modelado su “rol” hasta que seamos las propias mujeres quienes nos convertimos en agentes de este sistema, pues es transmitido sin cuestionamientos sobre su validez. Así, en algunos de los casos analizados, la autoestima de la mujer se ve afectada, pues debido al “rol” en el que se le encasilla, puede considerarse

inferior a su pareja, pensar que no podrá valerse por sí misma o que la única manera de recibir amor es a través de ofensas y gritos, situaciones evidenciadas en las Cartas presentadas.

Respecto a la red social, las mujeres que contaron con este apoyo tuvieron un soporte emocional y, en diversos casos, culminaron el ciclo de violencia. A pesar de su importancia, debemos mencionar que, en algunos casos, la red social le resta agencia a la mujer para que por sí misma logre llevar a cabo medidas para decidir alejarse del abuso vivido. Si bien este apoyo tiene como misión ayudar a que la agredida tome conciencia por sí misma, actúe y se empodere, no es efectivo cuando reemplaza su capacidad de decisión, aunque en situaciones extremas la intervención de un tercero salvó a muchas mujeres de sufrir daños irreparables. Asimismo, es importante mencionar la función que cumple la religión en la mayoría de los casos, ya que actúa como una vía de escape para afrontar las situaciones negativas, esto podría deberse a la necesidad de buscar apoyo para salir del ciclo de violencia. Sin embargo, existe la exigencia de capacitar a grupos religiosos para que cumplan el rol de red social de forma más conveniente al guiar a una víctima.

A partir de lo encontrado, podríamos decir que estas mujeres tienen una alta necesidad de ser escuchadas y encuentran en las Cartas una forma de expresión para transmitir su historia y, a su vez, quieren dar a conocer sus propias experiencias de violencia para que no se repita y dar aliento a aquellas mujeres que viven situaciones similares.

A continuación, se presentarán algunas conclusiones a partir del análisis de las Cartas de Mujeres, bajo el enfoque de las ciencias de la comunicación, las ciencias políticas y la psicología, a fin de tener una mirada multidisciplinaria respecto a la violencia contra las mujeres y lo que se puede llevar a cabo para contrarrestarla.

En cuanto a las ciencias de la comunicación, el problema de género y la violencia familiar son, en parte, consecuencia de una falta de interés y de iniciativa comunicativa multidireccional, es decir que abarque a todos los actores que forman parte del aparato social, como autoridades estatales, encargados de instituciones u organizaciones, profesores, estudiantes y público en general. Esta desinformación o carencia de conocimientos de los derechos de las mujeres y de una educación que abarque la importancia de convivir en igualdad, es lo que ampara y enquistado en la sociedad un sistema machista y patriarcal, que en la actualidad ya no permite tener una convivencia pacífica. Por otro lado, la labor

de las comunicaciones en los medios masivos, en tanto difusor de mensajes, utiliza figuras estereotipadas que contribuyen a que se dé continuidad a visiones encapsuladas sobre los roles de hombres y mujeres, lo cual sustenta el sistema de creencias basado en el machismo.

Desde el campo de las ciencias políticas y a través de las relaciones de poder, la violencia contra las mujeres nos manifiesta la supuesta jerarquía que existe entre mujeres y hombres y, por otro lado, el rol de la mujer dentro de los paradigmas creados en la sociedad. Este pensamiento se ve sostenido por el sistema patriarcal y tiende a excluir a la mujer de la esfera pública, es decir, la restringe como sujeto doméstico y sin participación en la vida pública/política.

Bajo una mirada psicológica, por lo encontrado en el análisis de las Cartas, notamos la clara necesidad que tienen las mujeres de ser escuchadas y la poca información que poseen respecto a las leyes que las amparan, pero también el poco conocimiento de los recursos que pueden llegar a desarrollar por sí mismas. Principalmente, ello podría deberse al descuido y poca inversión del estado en las mujeres afectadas de violencia en nuestro país, siendo prueba de ello, la falta de políticas públicas de intervención que incluyan medidas concretas para empoderar a las mujeres, bajo una perspectiva psicológica y con un enfoque de género. Para que dichas intervenciones sean efectivas, deben incluir herramientas psicológicas que ayuden a determinar cuáles son las necesidades de las mujeres, promuevan bienestar, generen conciencia crítica y las empoderen. De esta manera, tendrán la autonomía para lograr lo que deseen por ellas mismas.

En general, encontramos que una mujer dentro de un ciclo de violencia necesita de un estímulo que parta de una situación específica como los consejos de una persona cercana, el nacimiento de un hijo, la influencia familiar, etc. para que se active la necesidad de usar sus mecanismos de afrontamiento. En esta misión, de contribuir a ser un motor de cambio, también se encuentran los grupos religiosos, asociaciones civiles de ayuda a la mujer y los medios de comunicación, quienes necesitan una mayor sensibilización en el tema para que puedan contribuir efectivamente. De la misma forma, aspiramos a que nuestro trabajo sea una fuente de estudio que ayude a nuestras y nuestros lectores/as a tomar un rol activo frente a la violencia contra las mujeres.

En cuanto a las recomendaciones, creemos necesaria la creación y fortalecimiento de espacios de diálogo que, por un lado, permitan a las mujeres que se

encuentran en un ciclo de violencia expresen sus sentimientos, miedos e incertidumbres y, por otro, orienten a las mismas con información que favorezca la búsqueda de estrategias que contribuyan con el afrontamiento de sus problemas. Asimismo, consideramos importante tener una mayor preocupación por la identificación y reforzamiento de los grupos de apoyo usados por las mujeres, tales como centros de apoyo a la mujer y ONGs, a fin de que sean capacitados en temas de género que servirán como herramientas necesarias para guiar a mujeres en situaciones de violencia.

El enfoque de género debe ser tomado como fundamento en campañas, medidas y políticas públicas. Para ello, se debe capacitar al personal de entidades públicas y privadas encargadas de la lucha contra la violencia, a fin de generar medidas más efectivas y que, en su momento, estas entidades recuperen su legitimidad/confiabilidad para promover, atender, erradicar y prevenir la violencia de género.

Es imprescindible continuar con la profundización e investigación de temas relacionados al género y violencia en los diferentes niveles educativos, ya sean públicos o privados, pues su entendimiento y comprensión son los primeros pasos para combatir esta problemática.

En cuanto al ámbito de las comunicaciones, es necesaria la difusión de mensajes que incluyan la importancia del conocimiento de los derechos de las mujeres en los lugares más alejados y de difícil acceso a la información, a través de campañas que generen conocimiento a la población sobre la violencia de género y que, paulatinamente, ayuden a desterrar estereotipos.

Además, deben sumarse a estas campañas movimientos que, a través de los medios masivos como radio, televisión, diarios y en medios alternos como obras teatrales o cine documental, produzcan historias en las cuales se fomente la desaparición de estereotipos y se impulse una nueva mirada crítica a los tradicionales roles de varones y mujeres impuestos socioculturalmente.

Por otro lado, el trabajo de comunicación no debe ser aislado, sino que debe ser interdisciplinario, a fin de que a través de este medio se contribuya a mejorar la comprensión de las propuestas de especialistas a los distintos sectores de la población.

Bajo una perspectiva psicológica, por la clara necesidad que tienen las mujeres de ser atendidas, no solo financieramente, sino también psicológicamente, es necesario que se promuevan espacios de diálogo donde se genere conciencia crítica respecto a la situación de violencia que afecta a muchas víctimas. Asimismo, es importante que estas aprendan a valorarse, conozcan y respeten sus propios derechos, convirtiéndose en los principales agentes de cambio de su situación.

Además, es importante recalcar que si bien algunas mujeres denuncian a sus agresores, lo cual es un paso importante para poner fin a su situación, al no haber un seguimiento psicológico a estas denuncias, no son medidas efectivas y las consecuencias pueden ser graves. En la mayoría de los feminicidios, hay un registro de una denuncia previa; sin embargo, debido a que no hay un seguimiento adecuado al agresor y a la víctima tras la denuncia, esta se reduce a un papel y no a acciones concretas contra la violencia.

Desde este mismo enfoque, consideramos que es clave no solo que se promuevan el uso de estrategias que generen resultados positivos y evitar estrategias a corto plazo, tales como la negación, ya que las secuelas emocionales y psicológicas no se solucionan ocultando lo que ocurre. Por ello, las mujeres necesitan aprender a conseguir bienestar a largo plazo para lograr estabilidad en su salud mental. Para contribuir con lo mencionado, es necesaria la creación de planes de intervención que promuevan el uso de estrategias de afrontamiento centradas en el problema. Además, el desarrollo de las intervenciones debe involucrar a las mujeres durante su inicio, desarrollo y final; identificando sus necesidades específicas y realizando estrategias de intervención en conjunto con ellas. Finalmente, se debe hacer un seguimiento de los resultados en las mujeres para comprobar que las intervenciones fueron exitosas.

En cuanto a las ciencias políticas, se plantean diversos ámbitos de la violencia de género, entre ellos está la esfera pública, en la cual recomendamos a nuestros presentes y futuros gobernantes llevar a cabo políticas que incentiven la participación de mujeres en el ámbito público. Es decir, que las leyes y partidos políticos permitan la formación de líderes mujeres que representen a la sociedad y con ello fomentar su participación en la vida política y, asimismo, tomar acciones para luchar efectivamente contra la violencia política.

Por otro lado, queda pendiente impulsar políticas que contribuyan a mejorar la vida laboral de la mujer, medidas que abarcan desde el acceso a una adecuada educación hasta un ingreso al ámbito laboral con igualdad de condiciones.

De la misma forma, es necesario generar medidas que busquen mejorar la capacidad y alcance de las instituciones encargadas de combatir la violencia de género y orientar a las personas afectadas de una manera más efectiva en todo el territorio peruano.

En la esfera íntima, es necesario analizar las relaciones de poder que se ejercen hacia las mujeres, muchas veces se opta por proponer políticas mediante la aplicación de leyes que vulneran las decisiones propias sobre su vida y cuerpo. Es en esta situación que se requiere especial cuidado, ya que se puede caer en la contradicción de buscar proteger a la sociedad pero sacrificando la autonomía de la mujer en cuanto a su sexualidad y reproducción. Por ello, se debe tomar en cuenta si las decisiones de nuestras autoridades también siguen una lógica patriarcal que controla la sexualidad de la mujer mediante leyes y la construcción de una supuesta moralidad o realmente contribuyen a la igualdad y bienestar.

Bibliografía

- ALCALDE, Cristina. (2014). *La mujer en la violencia: Género, pobreza, y resistencia en el Perú*. Lima: Instituto de Estudios Peruanos y Fondo Editorial de la Pontificia Universidad Católica del Perú.
- BACKHAUS, Annette. (1999). *Violencia de género y estrategias de cambio*. Managua: Proyecto de Promoción de Políticas de Género.
- BARREDA, Dennys (2012). *Depresión y estilos de afrontamiento al estrés en pacientes con enfermedad cerebrovascular*. Lima: UNMSM, pp. 1-14.
- CARVER, Charles, Michael SCHEIER y Jagdish WEINTRAUB. (1989) Assessing Coping Strategies: Theoretically. *Based Approach. Journal of Personality and Social Psychology*, pp. 1-17.
- CHIRAPAQ, (2015). *Centro de culturas indígenas del Perú*. Lima: Depósito legal en la Biblioteca Nacional del Perú.
- COMPAS, Bruce, (1987). *Coping with stress during childhood and adolescence. Psychological Bulletin* Hirigoyen, Marie-France, pp. 393-403.
- FIGUEROA, Juan Guillermo, (1995). "Algunas reflexiones sobre la participación masculina en los procesos de salud reproductiva". Documento preparado para el Seminario "Fertility and the Male Life Cycle in the Era of Fertility Decline", International Union for the Scientific Study of Population, Zacatecas, México, 1995
- GIZ, (2013). "Cartas de Mujeres Perú. Palabras para cambiar vidas". Consulta: 18 de abril de 2016.
<<https://www.giz.de/en/downloads/giz-2013-es-cartas-de-mujeres-4.pdf>>
- INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA E INFORMÁTICA (INEI), (2013). "Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES)". Consulta: 2 de mayo de 2015.
http://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1151/index.html
- LAZARUS, Richard y Susan FOLKMAN, (1986) *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca S.A.

LA REPÚBLICA(2015) “Lima, Arequipa, Junín y Ayacucho lideran en casos de feminicidios”. *La República*.

Lima, 13 de octubre. Consulta: 11 de enero de 2016.

<<http://larepublica.pe/impresasociedad/710081-lima-arequipa-junin-y-ayacucho-lideran-en-casos-de-feminicidios>>

MONGE, Fredy. (2013). “Doble moral sexual y violencia de género”. El Antoniano. Cusco, tomo 23, número 123, pp. 141-148.

MOSCOVICI, Serge. (1981). “On social representations”. En J.P. Forgas (Ed.) *Social Cognition perspectives on everyday knowledge*. Londres: Academic Press, pp. 181-209.

ORTEGO, María del Carmen, Santiago LÓPEZ y María ÁLVAREZ

2010 ¿Qué es el apoyo social?. En Open Course Ware. Consulta: 10 de febrero 2016.

<<http://ocw.unican.es/ciencias-de-la-salud/ciencias-psicosociales-i/materiales/bloque-tematico-iv/tema-13.-el-apoyo-social-1/13.1.2-bfque-es-el-apoyo-social>>

PROGRAMA DE LAS NACIONES UNIDAS PARA EL DESARROLLO (PNUD)

2016 Informe Regional sobre Desarrollo Humano para América Latina y el Caribe. Nueva York. Consulta: 2 de septiembre de 2016.

<http://www.latinamerica.undp.org/content/rblac/es/home/library/human_development/informe-regional-sobre-desarrollo-humano-para-america-latina-y-e.html>

RUIZ BRAVO, Patricia

1999 “Una aproximación al concepto de género”. *Igualdad de oportunidades y política*. Lima, pp. 6 - 19. Consulta: 11 de enero de 2016.

<[http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con3_uibd.nsf/0C65F84D-60C7A95F0525794900575749/\\$FILE/Igualdad_oportunidades.pdf](http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con3_uibd.nsf/0C65F84D-60C7A95F0525794900575749/$FILE/Igualdad_oportunidades.pdf)>

[1] Todos los nombres utilizados en este trabajo han sido creados por las investigadoras para proteger la identidad de cada escritora de las Cartas de Mujeres.

[2] Las citas empleadas en la presente investigación, han sido transcritas como copia fiel de las Cartas de Mujeres.



ISBN: 978-612-47215-4-0



9 786124 721540