

Rasgos resilientes en mujeres víctimas de violencia de género

Resilient traits in women victims of gender violence

Autores: Linda Cassandra Rivera Anchundia

Institución: Universidad Técnica de Manabí

País: Ecuador

Correo electrónico institucional: lriviera1041@utm.edu.ec



Citación/cómo citar este artículo:

Rivera, L. (2022). Rasgos resilientes en mujeres víctimas de violencia de género: Revista Social Fronteriza, 2(2) 1-21. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.6195528>

Enviado: diciembre 18, 2021

Aceptado: febrero 17, 2022

Publicado marzo 01, 2022



Resumen

La resiliencia en las mujeres que son víctimas de violencia de género incluye un proceso de ajuste positivo después de que sus parejas experimentan la violencia hacia ellas. Una de las principales características de las mujeres resilientes es la capacidad de enfrentar una situación de violencia mediante el empoderamiento. El objetivo de esta investigación fue determinar las características resilientes que presentan las mujeres víctimas de violencia de género, en el cantón Manta, provincia de Manabí en el periodo 2020, no obstante, el método que se utilizó para este estudio fue el descriptivo, analítico y sintético sustentado en el método bibliográfico. Se aplicó el test de resiliencia SV-RES digitalizado, mismo que fue enviado a los correos personales de las involucradas; y una encuesta vía online (google drive) enviada por WhatsApp, esto con la finalidad de obtener una apreciación confiable en nuestro trabajo de investigación, y como objeto de estudio se escogió 30 mujeres para que respondan las preguntas del instrumento. Se puede concluir que mediante los resultados se obtuvo que las mujeres resilientes se caracterizan por tomar decisiones de manera autónoma pensando en su bienestar, así como el hecho de tener la capacidad suficiente para afrontar situaciones difíciles de la vida incluso cuando se está frente a un caso violencia.

Palabras clave

Resiliencia, mujer; violencia; género; inteligencia emocional; asertividad.

Abstract

Resilience in women who are victims of gender-based violence includes a positive adjustment process after their partners experience violence towards them. One of the main characteristics of resilient women is the ability to face a situation of violence through empowerment. The objective of this research was to determine the resilient characteristics that women victims of gender violence present in the Manta canton, Manabí province in the period 2020, however, the method used for this study was descriptive, analytical and Synthetic supported by the bibliographic method. The SV-RES resilience test and a digitized survey were applied, which was sent to personal emails, in this case to the 30 women under study. It can be concluded that through the results it was obtained that resilient women are characterized by autonomously

making decisions thinking about their well-being, as well as having sufficient capacity to face difficult life situations even when facing a case violence.

Keywords

Resilience, woman, violence, gender, emotional intelligence, assertiveness, empowerment, aggressiveness

Introducción

Históricamente, las mujeres han estado luchando contra la violencia de género, incluso en América Latina y el Caribe este tema es considerado un asunto privado en donde el Estado no debe intervenir; la gravedad del problema va más allá, por lo que no se lo trataba a nivel normativo y de políticas públicas.

Ecuador no es una excepción en donde ninguna mujer víctima de violencia, especialmente por su pareja era capaz de denunciar a sus agresores. Esto se daba porque “el tipo de violencia contra las mujeres, no estaba tipificada en las leyes del país, a partir de los ochenta, por acción de la lucha de las mujeres, Ecuador se empieza a visibilizar la violencia como un problema de salud pública” (Camacho, 2014).

Miles de mujeres y niñas en el mundo se han convertido en víctimas de violencia por el simple hecho de ser mujeres, esta es la manifestación más cruel de la mayor desigualdad entre hombres y mujeres, porque su vulnerabilidad es más grave (AlmÉRas & Calderón Magaña, 2012).

Según la Encuesta Nacional sobre Relaciones Familiares y Violencia de Género en Ecuador realizada por la Comisión Nacional de Estadística, 2006. Cada 10 mujeres han sufrido algún tipo de violencia de género. El porcentaje más alto son mujeres entre 16 años y 20 años; del total de mujeres que han sufrido violencia de género, el 76% ha sufrido violencia sexual. Independientemente de su identidad étnica, las mujeres han experimentado alguna forma de violencia. Sin embargo, tiene una mayor proporción de indígenas (67,8%) en comparación con mujeres mestizas (59,1%). es Cabe señalar que una cuarta parte de las mujeres ha sufrido violencia, de las cuales la violencia psicológica es la forma más común Representa el 53,9% (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, 2010).

La violación es el tercer tipo de abusos que más sufren las mujeres desde corta edad. Según cifras de la Fiscalía de Manabí, en el año 2018 se receptaron 333 denuncias de este tipo. En Manta, se ha implementado un proyecto Piloto de Apoyo al Fortalecimiento a la política

pública de Prevención y Atención a la Violencia contra las mujeres, con el fin de erradicar el número de violencia contra la mujer.

Con esta propuesta “se realizará una serie de actividades de capacitación, sensibilización y de asistencia técnica para involucrar a más actores ciudadanos, instituciones del Estado, la Academia, organizaciones sociales, medios de comunicación, entre otros, en este proyecto” (ESQUEL, 2020).

A nivel mundial se debe de apoyar la resiliencia de la mujer como una la alternativa para llegar al empoderamiento, así como al ser consciente de sus capacidades para salir del ciclo de la violencia. “Es necesario en la profesión sanitaria un cambio de perspectiva en la atención a las mujeres que sufren malos tratos” (Sánchez, 2015).

Es importante destacar que esta investigación tiene como objetivo determinar las características resilientes que presentan las mujeres víctimas de violencia de género, en el cantón Manta, provincia de Manabí para poder tener un acercamiento hacia la realidad de estas personas que están enfrentando una etapa difícil de su vida.

Aunque las mujeres que experimentan violencia de género en sus parejas sí sufren muchas consecuencias (tanto físicas como psicológicas), no se debe de olvidar de aquellas mujeres valientes que son capaces de superar el abuso a pesar de todas las heridas como es el caso de las mujeres que son resilientes y saben enfrentar con inteligencia situaciones difíciles como la violencia (López, 2020).

El interés de la resiliencia en el campo de la psicología ha sido antiguo y ha tenido gran relevancia en los últimos años, es importante destacar que cuando hablamos de este término hacemos referencia a la capacidad que tiene la persona para poder hacer frente a las adversidades a través de las habilidades emocionales y cognitivas. “El concepto de resiliencia no implica tanto la invulnerabilidad al estrés sino la habilidad de recuperarse de eventos negativos” (Becoña, 2006).

Como indican Olsson et al. (2003), el término resiliencia describe “una sustancia de cualidades elásticas, la capacidad para la adaptación exitosa en un ambiente cambiante, el carácter de dureza e invulnerabilidad y, más recientemente, un proceso dinámico que implica una interacción entre los procesos de riesgo y protección, internos y externos al individuo.

Muchos estudios demuestran que un factor primario para en la resiliencia es tener relaciones que ofrezcan cuidados y apoyo dentro y fuera de la familia. Las relaciones que crean apoyo y confianza, proveen modelaje y ofrecen estímulo y reafirmación además contribuyen a afirmar la resiliencia en una persona (Domínguez, 2005).

La resiliencia distingue dos componentes “la resistencia frente a la destrucción; es decir, la capacidad de proteger la propia integridad bajo presión; por otra parte la capacidad de forjar un comportamiento vital positivo pese a circunstancias difíciles” (Fores & Grané, 2008).

Entre las características que posee la resiliencia esta: “control del proceso de recuerdo de las experiencias traumáticas; integración de la memoria; regulación de los afectos en relación al trauma; dominio de la sintomatología; autoestima; cohesión interna; vínculos seguros; comprensión del impacto del trauma y elaboración de un significado positivo” (Cabanyes, 2010).

Ventajas y desafío del concepto de resiliencia

Factores promocionales y adaptación activa.

En la promoción hay compromiso con el crecimiento personal.

La adaptación es una función de diferentes contextos y cultura.

Prestar atención a la ecología individual y Social.

Desafía a los profesionales a crear modelos, programas integrales e interdisciplinarios.

La flexibilidad puede ser nueva epistemología del desarrollo humano

Enfatizar el potencial de las personas y la sociedad.

Expresar optimismo Apariencia real y esperanzada, necesaria en un mundo globalizado.

Es importante destacar que ser una mujer y ser resilientes no siempre es fácil de conseguirlo puesto que las mujeres por lo general se caracterizan por ser sensibles, pero esto no significa que en ámbitos tradicionales donde prima el machismo se considere a la mujer como el “sexo débil” o que no tenga la capacidad para ser resilientes y afrontar una situación de la mejor manera. Nicuesa (2018) menciona algunas características que poseen las mujeres resilientes:

Red social de amigos y familiares



-No se encierran en sí mismas. Son autónomas y no hacen de esta actitud proactiva una autosuficiencia individualista, sino que nutren su vida con los lazos afectivos de colaboración y afecto.

Un mundo interior creativo

-Cuando la realidad cambia, incluso cuando esta alteración de los factores externos se ha producido en contra de la voluntad, el protagonista se posiciona ante un mapa de la realidad que le implica de manera vivencial.

Inteligencia emocional

- Una mujer resiliente no tapa una realidad emocional, sino que la integra en su vida dando espacio a la escucha de esa información que tiene un mensaje que expresar.

Sentido de humor

-La risa y la sonrisa son elementos medicinales que refuerzan la fortaleza frente a la superación de un hecho triste.

Piden ayuda cuando lo necesitan

No esperan que los demás adivinen su pensamiento, sino que se cuidan a sí mismas pidiendo ayuda por iniciativa propia a través de mensajes claros a los demás.

Empatía

Son personas con sensibilidad y empatía no solo hacia los demás, sino también hacia sí mismas.

Peña (2019) menciona Después de diversos estudios por parte de la psicología actual, se ha llegado a la conclusión de que estas son las características de las personas resilientes son:

1. Son capaces de detectar la causa de los problemas

Las personas resilientes adoptarán las estrategias necesarias para evitar que el problema vuelva a ocurrir. Esto también significa autoanálisis, porque a veces la causa del conflicto no es de afuera, sino de adentro.

2. Saben manejar sus emociones

Las personas flexibles tienen la capacidad de gestionar sus propios pensamientos, porque cualquier emoción empieza aquí. Pensamos y luego sentimos. Las personas resilientes controlan sus pensamientos para evitar que se las lleven personas con cargas negativas, por lo que tienen la capacidad de producir emociones negativas.

3. Mantienen la calma en situaciones de mucha presión

Todos hemos pasado por momentos difíciles en nuestra vida y es importante saber mantener la calma cuando sucede. Las personas resilientes se encuentran en un breve período de caos y confusión, capaces de concentrarse y mantener la calma.

4. Son realistas

Ha habido muchas y peores conversaciones sobre el optimismo, y ha producido una visión global de que el optimismo positivo significa negar ciertos aspectos que son inevitables en la vida real y existen en la vida de muchas personas. Son realistas, pero siempre quieren lo mejor. Ésta es la mejor manera de describir el optimismo típico de las personas resilientes.

5. Confían en sí misma

Las personas resilientes confían en el valor y la capacidad de superar la adversidad. Lo que nos decimos a nosotros mismos es lo que finalmente se convierte en realidad, así que, si creemos que no somos capaces de superar obstáculos, por supuesto que no lo haremos.

6. Son empáticas

La persona con mayor capacidad para afrontar los problemas de la forma correcta sabe leer las emociones de los demás, comprender el entorno y actuar en consecuencia.

7. Son capaces de auto motivarse

No todas las personas son iguales, algunos se motivan a raíz de tener algún desafío en la vida, mientras que otros son oportunidades de cambio. Las personas resilientes saben cómo encontrar nuevas formas de obtener la satisfacción de la vida. Mantienen una alta motivación y son capaces de encontrar cosas positivas y atraerlas a la vida.

8. No se preguntan por qué sino cómo

Una de las características de las personas que son propensas al colapso ante los problemas es que se dejarán confundir por pensamientos de reproches, donde constantemente se cuestionan por qué les suceden las situaciones negativas que les molestan.

Violencia

La violencia es un problema estructural de toda sociedad que requiere de un estudio profundo de sus características y sus diferentes formas “la violencia está presente en todos los países y sociedades, sin distinción de sexo, edad, riqueza, religión o raza. Y en todos los grupos sociales sin excepción existen comportamientos violentos” (Pérez, 2019).

Por tanto, se puede decir que la violencia “es el acto efectivo de intervención, con intencionalidad voluntaria de causar daño, perjuicio o influencia en la conducta de otra persona o en otras personas, y a su vez en sus acciones potenciales” (Montoya, 2016).

Tipos de violencia:

Violencia física. Se define la violencia física como aquellas acciones y comportamientos que puedan afectar a la persona y su integridad. Además, se puede mencionar que este tipo de violencia también es conocida como violencia corporal, esta se manifiesta a través de un daño que puede provocar lesiones que ocasione principalmente fracturas.

Este tipo de violencia se la reconoce por una amplia gama de situaciones tales como, “castigos corporales (golpes, azotes, pellizcos, palmadas, hasta lesiones penales o la muerte); permanencia forzada en lugares, encerramientos, inmovilizaciones o “amarramientos”; “ejercicios” físicos, individuales o colectivos, entre otros” (Rivera, 2017).

Violencia psicológica y emocional:

La violencia psicológica y emocional se manifiesta a través del abuso psíquico, también hace referencia a “cualquier acción u omisión directa o indirecta cuyo propósito sea controlar las acciones, comportamientos, creencias y decisiones de otras personas, por medio de intimidación, manipulación, amenaza, humillación o cualquier otra conducta que produzcan un perjuicio en la salud psicológica” (Rivera, 2017).

Violencia sexual:

Este hace énfasis a todo acto sexual que sea ejercido a través de amenaza, con el objetivo de que realice determinada conducta que es sin voluntad de la persona.

Es considerada también como “toda conducta que vulnera el derecho de la mujer a decidir voluntariamente su vida sexual, comprendida en ésta no sólo el acto sexual sino toda forma de contacto o acceso sexual, genital o no genital” (Rivera, 2017).

Violencia económica o patrimonial:

Las violencias patrimoniales son aquellas “acciones, omisiones o conductas que afectan la libre disposición del patrimonio de la mujer; incluyéndose los daños a los bienes comunes o propios mediante la transformación, sustracción, destrucción, distracción, daño, pérdida, retención de objetos, documentos personales, bienes, valores y derechos patrimoniales” (Rivera, 2017).

Género

Un término relevante en esta investigación, es el significado de género, que hace referencia a “la construcción social diferenciada de roles y responsabilidades entre hombres y mujeres, que condiciona el desarrollo de sus identidades como personas, sus cosmovisiones y sus proyectos de vida” (Roja, 2013).

Del concepto de género se desprende la idea de que “existen dos sexos, también se considera que existen dos géneros: el masculino y el femenino. Sin embargo, hay sociedades en donde se considera que además del femenino y el masculino existen otros géneros diferentes a estos dos” (D’Elio et al., 2016).

Hoy en día se habla mucho de la igualdad de género como ese pilar para la eliminación o erradicación de formas discriminatorias y la prevención de la violencia de género, no obstante, “realmente no puede atribuírsele igualdad a la categoría de género, porque desde las características biológicas que definen un género del otro se establecen diferencias (Águila et al., 2016)

Violencia de género

Tanto a nivel mundial como regional, la violencia de género es considerada una problemática global que va trascendiendo con el pasar del tiempo va agudizándose hasta afectar la salud física y psicológica de la persona víctima. En diversas resoluciones de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) “se reconoce que la violencia es un problema mundial de salud pública y se señala a las mujeres como un grupo que corre un riesgo mayor de sufrir tipos específicos de violencia” (2015).

Cuando se habla específicamente de la violencia de género, es algo que sufren por lo general los países más desarrollados, sin embargo ninguno esta exento de esta realidad, al respecto Adam (2013) menciona que la violencia de género es “entendida como aquel tipo de violencia que es ejercida contra una mujer por el hecho de serlo, es un problema que afecta gravemente a nuestra sociedad”, es por esto que ha sido y sigue siendo una de las manifestaciones más

claras de la desigualdad, subordinación y de las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres.

“Investigaciones realizadas sobre violencia de género señalan que se ha centrado en las consecuencias negativas de ésta, y se ha prestado menos atención a las estrategias que utilizan las mujeres para hacer frente a este tipo de problema” (Canino Chávez, n.d.).

En Ecuador al igual que en muchos países, la violencia de género sigue siendo un fenómeno “invisibilizado”, en virtud de aquello, se puede decir que la violencia hacia las mujeres tiene hondas raíces sociales y culturales. “Resultados de algunos estudios demuestran que las mujeres en situaciones de mayor riesgo son quienes han sido testigos o víctimas de violencia en su infancia, sufren o han sufrido aislamiento social, que son dependientes económicamente o de bajo nivel educativo” (Calvo & Camacho, 2014).

Es importante destacar que el fenómeno de la violencia de género “está bien imbricado con la relación de pareja; por otro lado, se puede decir que las mujeres sufren violencia por el mero hecho de ser mujeres, y las víctimas son mujeres de cualquier estrato social, nivel educativo, cultural o económico” (Montoya, 2004)

La violencia y el abuso son dos términos con significados diferentes que no solo afectan a las mujeres involucradas, sino también a sus hijos, familiares y comunidades. “Estos efectos incluyen daño a la salud de la persona, posibles daños a largo plazo en los niños y daños a las comunidades como la pérdida de trabajo y la falta de hogar” (Office On Women’s Health, 2019).

En el Ecuador se ha tomado conciencia de que la violencia de género ha llegado a niveles muy preocupantes es por esto que desde un marco legal se reconoce y garantiza la protección a las víctimas de violencia contra la mujer o miembros del núcleo familiar, incorporando conceptos y disposiciones que forman parte sustancial de tratados y convenciones internacionales suscritos por el país (Consejo de la Judicatura, 2017).

La Constitución de la Republica (Art. 11) garantiza el derecho a la no discriminación por razón alguna y obliga al Estado a realizar acciones afirmativas para promover una igualdad real, en favor de titulares de derechos que se hallen en situación de desigualdad, como es el caso de las mujeres, los niños, niñas, adolescentes, personas de la tercera edad y personas con discapacidad. Así mismo, la Constitución (Art. 66) garantiza tu derecho a la integridad física,

psíquica, moral y sexual y a que disfrutes de una vida libre de violencia en el ámbito público y privado.

En el artículo 19 de la Ley Orgánica Integral para la Prevención y Erradicación de la violencia de género contra las mujeres, se estipula que:

La protección como parte del Sistema Nacional de Prevención y Erradicación de la violencia de género contra las mujeres garantizará la integridad y seguridad de las mujeres víctimas de violencia, dando soporte a las medidas dictadas a través del Sistema de Administración de Justicia o generando las medidas administrativas necesarias a favor de las víctimas de violencia, cuyos casos no se judicializan.

La resiliencia en mujeres víctimas de violencia de género

Toda forma de afrontamiento positivo y efectivo en respuesta al riesgo, adversidad o trauma es considerada resiliencia, en relación a esto, cuando se hace énfasis a la violencia de género en las mujeres que son considerados víctimas “consiste en el proceso de adaptación positiva después de haber sufrido violencia por parte de su pareja” López (2018).

Una mujer que sea resiliente frente a un problema de violencia ya sea de pareja o doméstica, actúa de la manera más oportuna para salir de ese círculo que le afecta su integridad. “Las mujeres resilientes tienen como principal característica la capacidad para superarse ante dicha adversidad por medio de una actitud positiva y de superación ante la vida” (Cordero & Telles, 2016)

La resiliencia supone un nuevo punto de vista en atención a las mujeres “ha sido incluida entre las prioridades de investigación en violencia de género y maltrato infantil por expertos internacionales” (Salvador, 2015).

Las potencialidades de la mujer pueden y deben desarrollarse bajo la herramienta de diagnóstico que permita ayudar en la mejora de los niveles de resiliencia. “El problema de la violencia de género precisa de cuantas herramientas sean posibles para la mejor comprensión del mismo y la adecuada recuperación de las mujeres que lo sufren” (Olmo-Sánchez & Maeso-González, 2014).

Es importante destacar que “algunas personas en situación de violencia muestran resiliencia ya que la característica principal de dicha conducta es la capacidad de superarse ante dicha adversidad y no teniendo en cuenta los sucesos violentos” (Zulia et al., 2016).

Las mujeres resilientes sobrevivientes de violencia suelen mostrar convicción de desarrollo personal, reconociendo que han experimentado violencia, pero que a su vez han alcanzado fortalecer sus habilidades, llego a sentirse orgullosa de sus logros y sobretodo la capacidad de afrontar situaciones estresantes , así como las adversidad, en este sentido también se pone en manifiesto la canalización positiva del miedo al agresor, el manejo adecuado de las emociones y fortalecimiento del mecanismo de auto-protección .(Gutiérrez Torres & Rodríguez Rivera, 2016)

Mujeres que sufren violencia de género, como resultado de esto se ve afectada, su autoestima, además se deteriora la capacidad de reflexión y de confianza en sí mismas convirtiéndose en personas muy indefensas y vulnerables. (Salvador, 2015)

La resiliencia ofrece nuevas perspectivas que centra su atención en mujeres y niños que han experimentado violencia de género. Se tratará de resaltar y mejorar la capacidad de uno para enfrentar desafíos. La violencia contra las mujeres se ha venido manifestando de distintas maneras y contextos, “de ahí el interés de comprender los aspectos que influyen en mujeres en situación de violencia a separarse de su agresor y conocer los factores resilientes que las ayudaron a afrontar la separación”. (Edith et al., 2012)

En este sentido, la gran mayoría de mujeres suelen mostrar una gran capacidad para ser resilientes, incluso las mujeres que han sido víctimas de violencia suelen mostrar capacidad para hacer frente a numerosas demandas cotidianas como conseguir una vivienda, trabajo, entro otras cosas que son de interés personal (Anderson, Renner y Danis, 2012). Además, algunas de ellas muestran una mejoría evidente o crecimiento post-traumático, que suele ser utilizado como un indicador de resiliencia (Grych et al., 2015).

Metodología

La investigación fue mixta; para el efecto se utilizó los métodos descriptivo, analítico y sintético. Se aplicó el test de resiliencia SV-RES digitalizado, mismo que fue enviado a los correos personales de las involucradas; y una encuesta vía online (google drive) enviada por WhatsApp, aquella consistió en ubicarle indicadores psico-sociales asociados a la violencia de género. En este contexto y en calidad de informante clave, se consideró la participación de la presidenta de la asociación de mujeres víctimas de violencia de género, del barrio Santa Martha perteneciente a Manta.

Resultados

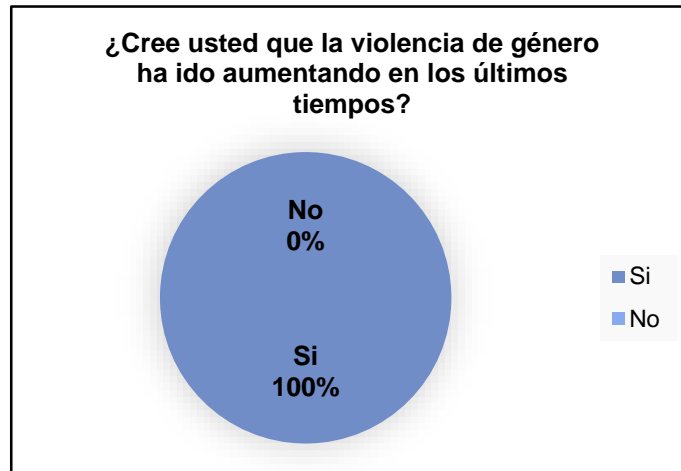
De acuerdo al test de resiliencia SV-RES digitalizado y aplicado vía online a las 30 mujeres se obtienen los siguientes resultados:

PUNTAJE DIRECTO	PUNTAJES EN VALOR PORCENTIL	FRECUENCIA	PORCENTAJE
0-235	0-25= Bajo	22	73%
236-274	26-74= Promedio	6	20%
275-300	75-99= Alto	2	7%
Total		30	100

De acuerdo a la tabla de puntaje del test de resiliencia SV-RES, se obtiene que el 73% de las mujeres encuestadas vía online tienen un porcentaje bajo de nivel de resiliencia, mientras que el 20% se encuentra en un nivel promedio, no obstante, el 7% se encuentra en un nivel alto de resiliencia. Lo que significa que la gran mayoría de estas mujeres tienen un bajo nivel de resiliencia siendo esto un aspecto que debe de trabajarse para que no permitan que ningún tipo de situación les afecte o las vuelva vulnerable, es por esto que trabajar en la seguridad, confianza, equilibrio emocional es una de las principales herramientas para mejorar en su autonomía incluso en su autoestima.

A través de la encuesta y con base a los resultados de las 30 mujeres encuestadas vía online se obtienen los siguientes porcentajes

Gráfico# 1



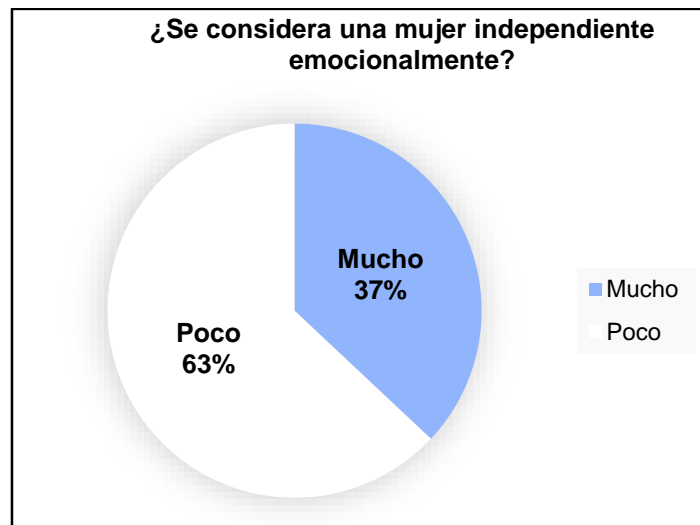
El 100% de las mujeres encuestadas manifiestan que la violencia de género ha ido en aumento en los últimos tiempos. Esto significa que es evidente que este tipo de problemáticas y más aún en tiempos de confinamiento ha generado que existan un gran número de casos de mujeres víctimas de violencia.

Gráfico# 2



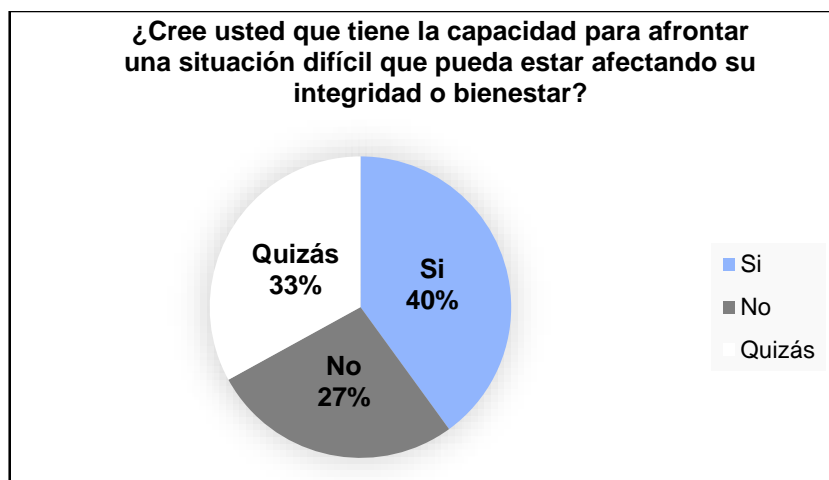
El 60% de las mujeres encuestadas señalaron que se sienten orgullosas de sus logros, mientras que el 40% considera que no. Es muy motivante que la mayoría se sientan satisfecha por sus logros y decisiones tomadas.

Gráfico# 3



De acuerdo a lo manifestado por las mujeres encuestadas el 63% señaló que no se consideran una persona independientemente emocional, mientras que el 37% considera que son emocionalmente dependiente a su pareja. Al respecto se puede de que es satisfactorio saber que la mayoría de estas personas se consideran independientes a nivel emocional ya que esto les ayuda mucho a no presentar en algún momento apego o algún problema emocional debido a una separación.

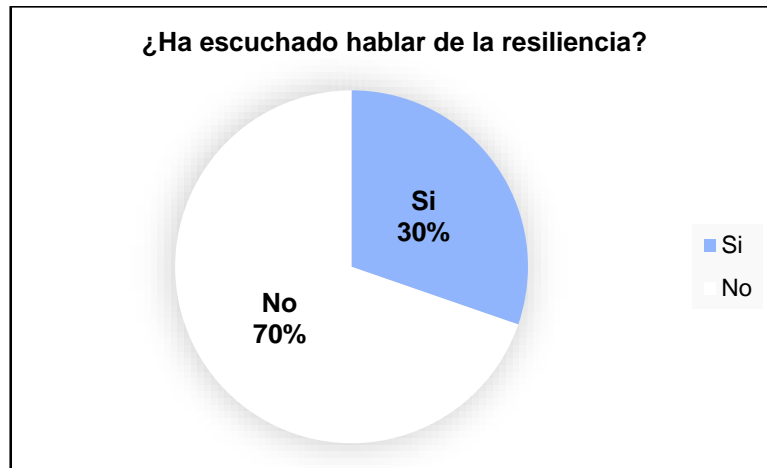
Gráfico# 4



De acuerdo a lo manifestado por las mujeres encuestadas el 40% señaló que tienen la capacidad para afrontar una situación difícil, mientras el 33% manifiesta que quizás y un 27% opina que

no. El resultado obtenido demuestra que la gran mayoría considera que tiene la capacidad para afrontar una situación difícil que afecte a su integridad o bienestar, haciéndolas personas más resilientes.

Gráfico# 5



De acuerdo a lo manifestado por las mujeres encuestadas el 70% señaló que no han escuchado hablar de la resiliencia, mientras que el 30% mencionó que si ha escuchado hablar. Esto significa que una gran mayoría de estas mujeres no conocen sobre este término, lo que es una desventaja y algo negativo, por tanto, se necesita que se fortalezca el conocimiento de esta población para que comprenda el significado de este término y la importancia que tiene en la vida y bienestar de las personas.

Discusión

La violencia de género sin lugar a duda ha venido aumentando a través del tiempo, tanto estudios realizados como la misma sociedad lo ha constatado, no obstante, las mujeres encuestadas no han sido la excepción en manifestar que este tipo de violencia ha ido incrementándose y afectando a todos los estratos sociales. Al respecto, se puede decir que la violencia de género es “un problema para la humanidad afecta a millones de personas, sobre todo a mujeres y adolescentes. Sus repercusiones nocivas van desde el ámbito personal y familiar hasta el social, con consecuencias de deterioro de la salud y de las relaciones sociales”.(Águila et al., 2016)

La resiliencia en las mujeres víctimas de violencia es esencial, ya que esto les va a ayudar mucho a enfrentar las adversidades de una mejor manera, teniendo la capacidad de ser

independiente, empoderada y ser sobretodo consciente de la situación y de los daños que esta provoca. La satisfacción personal por los logros que estas mujeres alcancen son de gran aporte en su resiliencia, conllevando esto a tener un nivel alto de bienestar y armonía interna, en este sentido, una mujer que se sienta satisfecha personalmente va a tener un nivel más alto de motivación que le va a permitir sentirse capaz de llevar a cabo y cumplir con un desafío específico. (Matamala, Annabelle Elena et al., 2012)

Más de la mitad de las mujeres consideran no ser independiente emocional, esto es esencial dentro de la vida de las personas víctimas o no de violencia, puesto que al ser dependientes difícilmente van a querer que su conyugue sea apartado de ella y esto va a generar que sigan en ese círculo de violencia. En la actualidad “la Dependencia Emocional es considerada como aquella necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja a lo largo de sus diferentes relaciones, lo cual lleva a la mujer a establecer relaciones de pareja violentas” (Castelló, 2010). “Las mujeres víctimas de violencia presentan altos niveles de dependencia emocional” (Cosme Ramirez, 2020).

La gran mayoría de las mujeres encuestadas refieren que no conocen que es la resiliencia y que tiene que ver nuestra vida, esto puede deberse al carente uso del término en el contexto donde se desenvuelven, sin embargo, este termino con el tiempo se ha venido arraizando y englobando una serie de aspectos que tienen que ver con la capacidad del individuo para enfrentar los problemas. “La resiliencia es un concepto nuevo, difundido en los últimos años y muy atractivo para quienes trabajan con niños, jóvenes y adultos” (Mousinho et al., 2008). Abre nuevas posibilidades, da una nueva mirada, más esperanzadora” esta busca una vida equilibrada, creativa y hasta optimista a pesar de enfrentar momentos cruciales.

Conclusiones

Una mujer resiliente se caracteriza por tomar decisiones de manera autónoma, pensando en su bienestar, teniendo la capacidad suficiente para afrontar situaciones difíciles de la vida incluso en un caso violencia, en donde el no quedarse callada y tomar las medidas necesarias la hace una mujer fuerte, segura y empoderada de sus derechos.

Cuando se les pregunta a las mujeres encuestadas si creen tener la capacidad para afrontar una situación difícil en su vida, el 40 % señaló que si, seguidamente del 33 % que opina que quizás pueden hacer frente a una situación difícil, no obstante, de acuerdo al ítems 44 del test de resiliencia SV-RES, el 40% de las mujeres marcaron que superan las dificultades que se les presenten en la vida, esto significa que menos de la mitad del porcentaje de mujeres objeto de estudio se puede considerar que están en el rango de una persona resiliente.

Más allá de que se desconozca el término resiliencia como una palabra común utilizada dentro del vocabulario de toda persona, pesa más el que conozcan aspectos relacionados a la resiliencia y todo lo que este engloba, ya que, si se trabaja en el fortalecimiento del mismo, obteniendo la capacidad para poder hacer frente a las adversidades a través de las habilidades emocionales y cognitivas, y así lograr una buena estabilidad en la salud mental.

Referencias bibliográficas:

- Águila, Y., Hernández, V., y Hernández, H. (2016). Las consecuencias de la violencia de género para la salud y formación de los adolescentes. *Revista Médica Electrónica*, 38(5), 697–710. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242016000500005
- Anderson, K. M., Renner, L. y Danis, F. (2012). Recovery: Resilience and growth in the aftermath of domestic violence. *Violence against women*, 18, 1279-1299. doi: 10.1177/1077801212470543
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11(3), 125–146. [http://aepcp.net/arc/01.2006\(3\).Becona.pdf](http://aepcp.net/arc/01.2006(3).Becona.pdf)
- Canino Chávez, I. (n.d.). *Estudio de la resiliencia en mujeres supervivientes de la violencia de género*.
- Castelló, J. (2000). El portal del mundo de la psicología. Análisis del concepto “dependencia emocional”
- Cosme Ramirez, S. I. (2020). Dependencia emocional en mujeres victimas de violencia. *TEPEXI Boletín Científico de La Escuela Superior Tepeji Del Río*, 7(14), 86–88. <https://doi.org/10.29057/estr.v7i14.5653>
- Cordero, V., Teyes, R. (2016). Resiliencia de mujeres en situación de violencia doméstica. *Revista Redalyc*, 22(2), 12-20. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/737/73749821009/html/index.html>
- D'Elío, F., Sotelo, J., Santamaría, C., & Recchi, J. (2016). *Guía Básica sobre Diversidad Sexual*. 28.
- Domínguez, J. (2005) Resiliencia Después del Huracán Katrina y Rita. En red: www.apa-helpcenter.org/articles/article.php?id=114 .Recuperado 9 de octubre de 2005
- Edith, E., Lúa, Z., Elena, Y., Martínez, G., & Figueroa, E. (2012). *Resiliencia en mujeres morelianas separadas por violencia conyugal Elsa Edith Zalapa Lúa**, *Yolanda Elena García Martínez** y Gisella Esmeralda Figueroa López*. *Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo*. 14(2), 164–177.

- Fores, A., y Grané, J. (2008). Resiliencia y Afrontamiento. *Revista de Psicología Positiva*.
- González, C., Bejarano, C. (2014). La violencia de género: evolución, impacto y claves para su abordaje. *Revista electrónica trimestral de enfermería*, 11(33), 424-439
<http://scielo.isciii.es/pdf/eg/v13n33/enfermeria.pdf>
- Gutiérrez Torres, M. J., y Rodríguez Rivera, N. (2016). Resiliencia en mujeres sobrevivientes de violencia de género. *Revista Científica de FAREM-Estelí*, 13, 75–80.
<https://doi.org/10.5377/farem.v0i13.2569>
- Grych, J., Hamby, S. y Banyard, V. (2015). The resilience portfolio model: Understanding healthy adaptation in victims of violence. *Psychology of Violence*, 4, 343-354 doi: 10.1037/a0039671
- Harvey M. An ecological view of psychological trauma and trauma recovery. *J Trauma Stress*. 1996;9:3– 23.
- Judicatura, C. de la. (2017). *En Ecuador , la Constitución y las Leyes protegen a las mujeres*.
<http://www.funcionjudicial.gob.ec/pdf/conoce-tus-derechos.pdf>
- López, I.(2020). *Resiliencia en mujeres víctimas de violencia de género*. <https://n9.cl/0pvtv>
- Matamala, Annabelle Elena, Y., Carlos, Ossa, J., y Chillán, C. (2012). Resiliencia: Una Mirada Sistémica. Construcción Y Validación Preliminar De Test. *Facultad de Educación y Humanidades. Escuela de Psicología.*, 150.
- Montoya, Y. (2004). Definición de Violencia de Género. *Instituto de La Mujer y Para La Igualdad de Oportunidades*, 1.
- Mousinho, R., Schmid, E., Pereira, J., Lyra, L., Mendes, L., y Nóbrega, V. (2008). *Revista Psicopedagogia*. *Revista Psicopedagogia*, 25(78), 297–306.
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862008000300012
- Nicuesa, M. (2018). *Personas resilientes: ejemplos y características*. <https://www.psicologia-online.com/personas-resilientes-ejemplos-y-caracteristicas-4303.html>
- Olmo-Sánchez, M. I., y Maeso-González, E. (2014). *I + G 2014. Aportaciones a la Investigación sobre Mujeres y Género*. 778–796.

- Peñas, B. (2019). 8 características de las personas resilientes. <https://lamenteesmaravillosa.com/8-caracteristicas-de-las-personas-resilientes/>
- Pérez, S. (2014). La violencia de género en los jóvenes. *Revista electrónica trimestral de enfermería*, 7(10), 1-150
http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/07/estudio_violencia_web_injuve.pdf
- Polovnikov, A. S., y Yakovenko, V. A. (2003). Amplifiers linearization by the method of pre-distortions. *Radiotekhnika*, 11(7), 32–37.
- Roja, C. (2013). El enfoque de género en la intervención social. *Cruz Roja*, 1–123.
<https://bit.ly/2VNErqI>
- Salvador, L. (2015). Resiliencia en violencia de género. Un nuevo enfoque para los/las profesionales sanitarios/as. *Journal of Feminist, Gender and Women Studies*, 0(1), 103–113.
<http://www.uam.es/UAM/IUEM>
- Zulia, U., Zulia, U., y Cordero, V. (2016). Resiliencia de mujeres en situación de violencia doméstica. *Omnia*, 22(2), 107–118.

Conflicto de intereses

La autora declara que este trabajo no presenta conflicto de intereses