MANUAL

ROMPIENDO CADENAS

Programa de sensibilización,
identificación, prevención y actuación
ante la violencia de género

MÓDULO 4: INTERVENCIÓN EN CASOS DE VIOLENCIA DE GÉNERO

ÍNDICE

Introducción 3
Estilos de Afrontamiento 5
Recursos para el Afrontamiento 9
Distorsiones Cognitivas 11
Identificación de las conductas generadas por la violencia 17
¿Cuándo buscar ayuda? 19
Intervención 21
¿Cómo se puede romper el ciclo de la violencia? 23
¿Cómo hacer un mensaje contra la violencia? 24
Referencias 26

INTRODUCCIÓN

A la hora de abordar las posibles intervenciones psicológicas con mujeres víctimas de violencia de género, hay que destacar, como en otros casos, la importancia de alejarse de planteamientos inespecíficos (Bleichmar,1997).

A lo largo de estos encuentros hemos podido acercarnos desde diferentes ángulos a lo que es la violencia de género. Ahora vamos a centrarnos en la intervención, sabiendo que no se puede generalizar el grado de afectación de las sobrevivientes de violencia, hay personas que la han vivido y la han superado, lo han integrado como algo desagradable que pasó, pero han seguido con sus vidas, como mujeres exitosas y felices.

Por lo tanto, conviene tener en cuenta la particularidad de cada sobreviviente, la fase del proceso que está atravesando, su grado de conciencia del problema y las múltiples vicisitudes que le han llevado hasta allí..

:



Les comparto una historia, vamos a llamar a nuestro personaje Ana Lucía:

"Cuando era jovencita, un primo nuestro visitaba mucho nuestra casa. Crecimos juntos y era un hermano para mí, lástima que él no lo sintiera así, sus abusos comenzaron cuando yo tenía unos 12 años, fueron aumentando su frecuencia. Las primeras veces creía que estaba jugando, que era de cargoso que lo hacía, pero pronto sus avances fueron más molestos e íntimos, yo le tenía aversión y a la vez pena. Verá, él era huérfano y primo por parte de mi papá. Vivía con mi abuela paterna pero la familia era bien llevada, por eso le veíamos mucho, además, él tenía algún trastorno mental, no sé bien qué era, pero fuera de la casa no tenía a nadie, amigos, novias, nada. Todo su mundo éramos nosotros y a mí sí me daba pena que, por yo avisar, él perdiera hasta eso. Ya cuando crecí le fui poniendo en su lugar, además, me casé pronto y él sí le tenía recelo a mi marido. Yo, aparte del asco, no dejé que eso me afectara, hice mi vida normal, estudié, hice 2 maestrías, trabajo en lo que amo, soy respetada y querida, tengo amigas, amigos, viajo, me divierto. Solo tengo problemas con una hija, a ella también le ha pasado lo que a mí, pero ella no puede levantar cabeza. Que sea fuerte, le digo, fuerte, que eso nos pasa a muchas y no hay por qué renunciar a vivir y a ser felices."

Efectivamente, la hija de Ana Lucía, vivió una experiencia similar en su niñez y la inocencia se le acabó súbitamente. Como dice su mamá, a ella (la hija) le ha costado mucho elaborar el abuso, ha necesitado terapia durante largo tiempo y las secuelas no han desaparecido. Al día de hoy, siendo ya una mujer adulta, profesional, tiene muchos problemas para entablar una relación de pareja, también manifiesta somatizaciones que ella ya las puede reconocer(dolor de cabeza constante, problemas estomacales), pero no las controla del todo. La relación con su madre está rota porque no acepta que la trate como débil y carente de voluntad, "como si todo en la vida fuera cosa de decidir y ya".

ESTILOS DE AFRONTAMIENTO

El afrontamiento implica un proceso orientado a lidiar con aquellas situaciones que ponen a prueba nuestros recursos. Tal como Lazarus y Folkman lo definen, el término afrontamiento hace alusión a "aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo" (Lazarus y Folkman, 1986, p. 164).

Hablar de afrontamiento de la situación de violencia por parte de las mujeres que sufren esta problemática obliga a mirar el contexto de nuestra sociedad en todo su conjunto.

Desde esta perspectiva, resulta llamativo que recién en 1993 la Conferencia Mundial de Derechos Humanos haya adoptado la Declaración de Viena, reconociendo los derechos humanos de las mujeres como parte de los derechos humanos universales, contemplando la violencia de género y la necesidadde su eliminación (Domingo, 2004) .

.

El hecho de que este reconocimiento sea tan reciente pone de manifiesto algunas cuestiones. Por un lado, que esta problemática se asienta en un contexto que histórica y socialmente ha naturalizado ciertas pautas vinculares y expectativas en cuanto a los roles de género que recién actualmente se están reconociendo como un "problema". Dichas pautas y expectativas se manifestarán en creencias explícitas y sobre todo implícitas, inculcadas mediante los procesos de socialización (Ruiz & Prieto, 2004).

Ante ello cabe reconocer que son diferentes estilos de afrontamiento que experimentará cada persona, pues "la relación dinámica entre la persona y el ambiente, así como la manera de interpretar una situación y valoración de los recursos de uno mismo, determinará cómo se percibe la experiencia, pudiendo desencadenar una respuesta de estrés" (Daryanani, 2019).

Cuando el estilo de afrontamiento involucra estructuras cognitivas, conductuales y emocionales caóticas, la persona puede sentirse abrumada y confundida (Lazarus & Folkman, 1996; Lazarus, 2000 en Daryanani, 2019).



Las respuestas de afrontamiento pueden distinguirse en dos categorías fundamentales: la aproximación y la evitación, en relación con la amenaza que entrañe una situación específica (Rodríguez Marin, Pastor y López Roig, 1993; Roth y Cohen, 1986). Así, veremos que algunas de las estrategias empleadas por las mujeres maltratadas se orientan hacia resolver el problema, mientras que otras apuntan a evitarlo por diversos medios, intentando así aliviar las emociones negativas implicadas en la misma.

En este sentido, Lazarus y Folkman (1986) diferencian dos funciones principales del afrontamiento: el afrontamiento dirigido al problema y el afrontamiento dirigido a la emoción, las cuales serán explicadas a continuación.

El afrontamiento dirigido al problema incluye estrategias tanto orientadas a la resolución del mismo (comenzando por su definición, la búsqueda de soluciones alternativas, su elección y aplicación) como aquellas estrategias relativas al propio sujeto en relación con el manejo del problema (por ejemplo sus motivaciones, aprendizajes, etc.). Las reevaluaciones cognitivas dirigidas al problema formarían parte de estas estrategias.

El afrontamiento dirigido a la emoción, por su parte, implicaría una modificación en el modo de concebir la situación afectivamente, sin que ésta cambie objetivamente. Comprende "procesos cognitivos encargados de disminuir el grado de trastorno emocional e incluye estrategias como la evitación, la minimización, el distanciamiento, la atención selectiva, las comparaciones positivas y la extracción de valores positivos de los acontecimientos negativos" (Lazarus y Folkman, 1986 p.173).

Según los autores, este tipo de afrontamiento sería puesto en juego para mantener la esperanza, negar los hechos negativos y sus consecuencias, para no tener que asumir el peor desenlace o para desestimar su importancia.

Estos dos tipos de estrategias se influirían mutuamente, pudiendo facilitarse u obstaculizarse entre sí.

RECURSOS PARA EL AFRONTAMIENTO

En este apartado mencionaremos algunas estrategias adaptativas que se ha comprobado que han sido de gran utilidad al ser utilizadas por personas que han sido maltratadas:

Entre ellas se encuentran aquellas estrategias que posibilitan un afrontamiento activo del problema, propiciando una salida o intentos de modificar la situación y de no sufrir más daño.

La reestructuración de cogniciones disfuncionales, lograda a través de diversos medios, formaría parte de este tipo de estrategias, que a su vez habilitaría otras más conductuales, como por ejemplo, la búsqueda de información o de ayuda, la denuncia, etc.

La búsqueda y obtención de información favorecerían una adaptación más saludable (Rodríguez Marin, Pastor y López Roig, 1993) así como un incremento en la percepción de control y en la expectativa de autoeficacia (Bandura, 1997



Al hablar de reestructuración cognitiva es necesario indicar que se refiere a la búsqueda de pensamientos alternativos a los que hemos utilizado frecuentemente, que se presentan de manera negativa y que ocasionan reacciones emocionales, corporales y conductas que no son beneficiosas para nosotras.

Estos pensamientos negativos son conocidos como distorsiones de pensamiento y son creencias personales o significados subjetivos que pudieran ser aprendidos en la infancia y que actúan a nivel inconsciente.

Se expresan a través de pensamientos o imágenes que aparecen mayormente en situaciones de estrés. Son configuraciones subjetivas y erróneas de las cosas que pasan pues provocan una falsa imagen o mala interpretación de las situaciones y los hechos, en definitiva, son errores de procesamiento del pensamiento (Beck A, Rush, J., Shaw, B., & Gary, E. 2003).

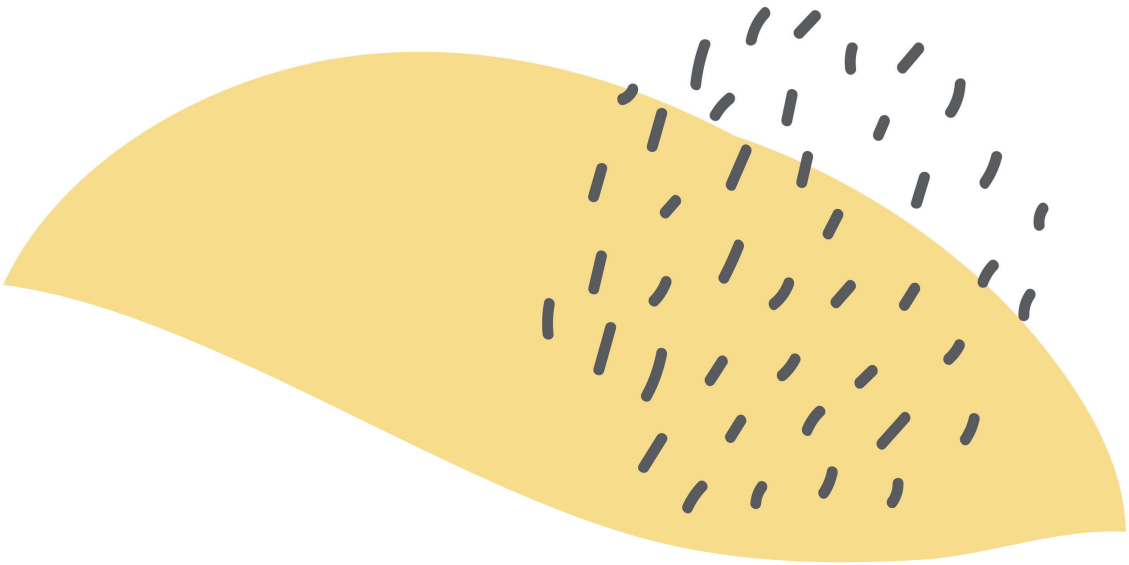
DISTORSIONES COGNITIVAS



Existen diferentes tipos de distorsiones cognitivas; conocerlas y ser conscientes de las situaciones más frecuentes en las que suelen aparecer, es fundamental para transformar nuestros pensamientos, y lograr una actitud mucho más realista y eficaz en todos los aspectos de nuestra vida.

Algunas de las distorsiones cognitivas más habituales son:

1.- Sobregeneralización.
Consiste en formular una regla general a partir de un solo hecho o acontecimiento, sin comprobar su veracidad y sin tener en cuenta todos los datos disponibles. Las palabras que suelen acompañar a esta distorsión son: "nunca", "siempre", "nadie", "todo el mundo", etc... Al utilizar este tipo de términos se cierran todas las puertas de la posibilidad, se bloquea el acceso al cambio y, por tanto, al crecimiento. Un ejemplo, sería el de aquella persona que piensa «Ya nadie me querrá» después de terminar una relación.



2.- Personalización.

La personalización se refiere a cuando las personas asumen toda la responsabilidad de un acontecimiento negativo sin tener ninguna base para hacerlo; presuponen que lo que la gente hace o dice tiene que ver directamente con nosotros. Por ejemplo, si vemos a un amigo con mala cara pensaremos que está enfadado con nosotros y repasaremos mentalmente lo que le hemos hecho para que esté así. Como podrás imaginar, los sentimientos de culpabilidad que genera este tipo de distorsión son abrumadores.

3.- Filtro mental.

Cuando una persona filtra la realidad se enfoca sólo en ciertos aspectos, normalmente negativos y perturbadores, de una situación; e ignoran todos los detalles que no encajan con sus esquemas, sobretodo la parte positiva que pudiera haber en la situación. Cuando no se es consciente de este tipo de distorsión se llega a la conclusión de «todo es negativo», lo que puede provocar mucha angustia innecesaria.

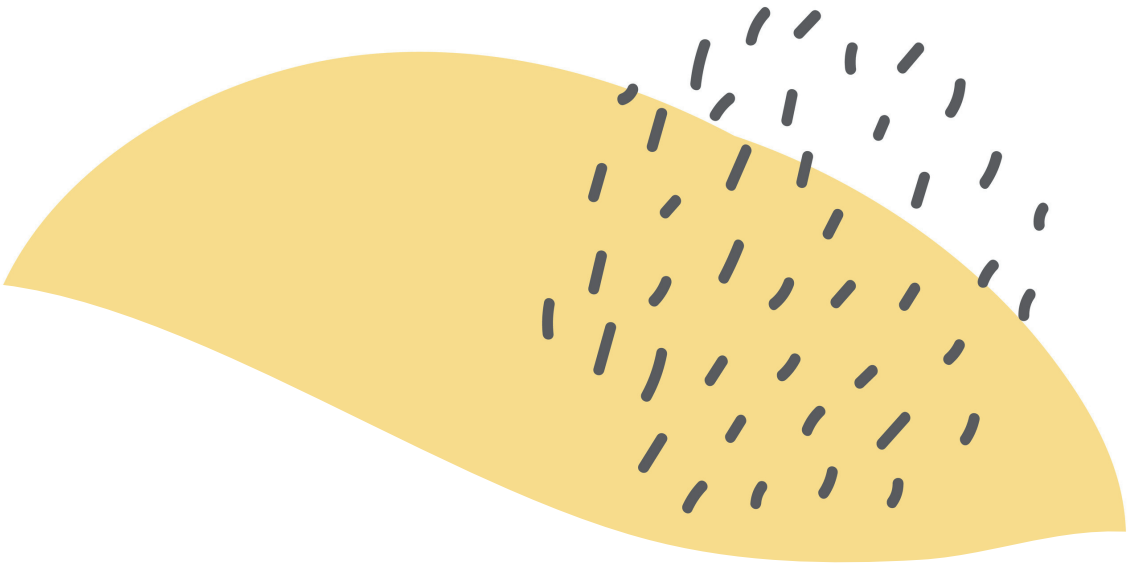


4.- Magnificación y minimización.

Estamos magnificando cuando aumentamos las cosas de manera desproporcionada; estas exageraciones pueden ser de dos tipos: cuando exageramos nuestros defectos, errores o experiencias negativas, es lo que llamamos catastrofización; y cuando exageramos las aptitudes y éxitos de los demás; por ejemplo, cuando concluimos que la vida de los demás siempre es más interesante que la nuestra. La minimización es justo lo contrario, consiste en quitarle valor a nuestras aptitudes y logros personales; así como de los errores e imperfecciones de los demás. Sentirse inferior a los demás es una de las consecuencias de esta distorsión, ya que se magnifican las propias imperfecciones y se minimizan las cualidades.

5.- Pensamiento polarizado.

El pensamiento polarizado consiste en valorar las cualidades personales y los acontecimientos en categorías extremas (blanco o negro, todo o nada, correcto-incorrecto, bueno o malo...). Esta manera de evaluar las cosas no es realista, porque la vida rara vez es completamente blanca o negra, por suerte siempre hay aspectos intermedios que conviene tener en cuenta si deseamos ser más objetivos. Esta distorsión es la base del perfeccionismo, la persona con esta forma de pensar, teme cometer un error, porque entonces se consideraría un perdedor y se sentiría un inútil. Además, es una de las distorsiones que más aparecen cuando discutimos con alguien: «Nunca haces nada bien», «Siempre dices lo mismo», etc.



6.- Razonamiento emocional.

El razonamiento emocional consiste en usar las propias emociones para evaluar las situaciones; como si mis emociones fueran un reflejo fiel de cómo son las cosas. Por ejemplo, si me siento una fracasada terminaré concluyendo (y creyendo) que es porque no he hecho nada en esta vida que valga la pena.

7.- Enunciaciones "debería".

Las enunciaciones "debería" consisten en la transformación de elecciones, deseos o preferencias en creencias rígidas e inflexibles acerca de cómo deberían ser las cosas, uno mismo o los demás. Los "debería" generan muchos problemas emocionales innecesarios en nuestra vida diaria, pensar que algo "debería" ser de una manera determinada y darnos cuenta de que no es así nos puede provocar: frustración, insatisfacción, tristeza, rabia, culpa, etc.



8.- Inferencia arbitraria

La inferencia arbitraria consiste en dar por hecho determinadas suposiciones, a pesar de no existir evidencia para ello. Hay dos formas muy frecuentes de sacar conclusiones apresuradas:

Lectura de pensamiento. La persona con este hábito de pensamiento está convencida de saber cómo piensan y sienten los demás; aun cuando su suposición no se base en ninguna evidencia ni sea contrastada con la realidad. Por ejemplo: «No ha respondido a mi mensaje, seguro que piensa que soy una pesada».

Error del adivino. Esta distorsión consiste en hacer una predicción y luego convencerse de que será así, sin permitirse ninguna otra posibilidad; es como si se tuviera una bola de cristal que predijera el futuro, con frecuencia negativo, y sin opción a estar equivocados. Por ejemplo: «Seguro que no me darán el trabajo».

9.- Etiquetación.

La etiquetación sería una forma extrema de generalización excesiva, se trata de usar etiquetas habitualmente negativas y peyorativas para definirse a uno mismo y que exageran la importancia de los errores o de las imperfecciones; no sólo no reflejan la realidad, sino que además suponen una gran carga emocional; algunos ejemplos de este tipo de etiquetas serían: «Soy un fracasado», «¡Qué estúpido que soy!», etc.



Todos presentamos distorsiones cognitivas en alguna medida, pero ello no tiene que conllevar problemas necesariamente; las dificultades surgen cuando la rigidez en nuestra forma de pensar nos provoca un malestar emocional y termina llevando a situaciones negativas.

Es entonces cuando tenemos que prestar especial atención a nuestro diálogo interno, y analizar la forma en la que nos estamos hablando, para buscar en la medida que nos sea posible alternativas más realistas, y objetivas, al pensamiento distorsionado.

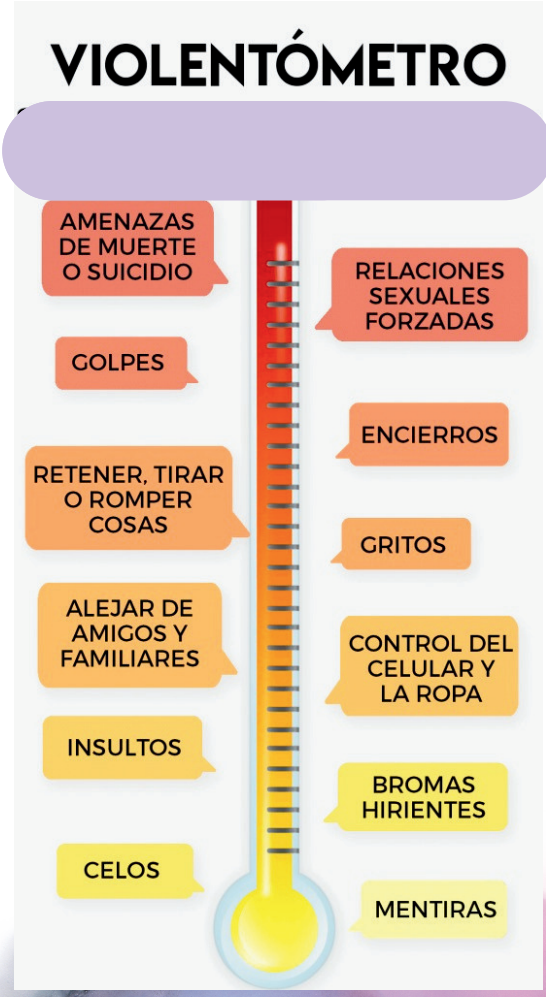
El asesoramiento psicológico por parte de un profesional te puede ayudar en ese proceso; trabajando de forma conjunta conseguirás identificar esas creencias erróneas que has ido desarrollando a lo largo de tu vida y que actualmente te hacen sufrir; te enseñará la forma más eficaz para cuestionar la validez de esos pensamientos, y como último paso, aprenderás a modificarlos o a sustituirlos por otros que sean más realistas y objetivos; lo que te ayudará a disminuir tu malestar emocional, y a encontrarte mejor contigo mismo y con los demás.



Identificación de las conductas generadas por la violencia

Los pensamientos distorsionados van a provocar conductas que generan malestar.

En el caso de las mujeres que están en situación de violencia pueden reaccionar con el silencio y la resignación, por más que tengan opción de escape, no lo hacen, se convencen de lo que su agresor les dice, obedientes de los mitos impuestos por la cultura, de que es su destino vivir lo que están pasando, que no vale la pena luchar, que es la cruz del matrimonio, el destino, que amar es soportar, etc., etc.



Esto trae consecuencias a tu salud y a lo que haces:

- Estrés, por estar a la defensiva de manera constante
- Aislamiento, al evitar escuchar reproches o que te culpabilicen por lo que vives
- Falta de motivación e interés,
- Disminución de habilidades sociales
- Dificultad para afrontar y resolver problemas,
- Sentimientos de inseguridad,
- Apatía o comportamiento violento
- Tendencia a consumir alcohol u otras drogas
- Impulsividad
- Maltrato a otras personas

Al saber esto tus recursos personales, el identificar los pensamientos irracionales, y las personas que te rodean, pueden ser de mucha ayuda para que los superes, así como la práctica de mindfulness, también es importante buscar ayuda profesional cuando sientes que no puedes avanzar.

NOTAS



¿Cuándo buscar ayuda?

La violencia de género, especialmente aquella que se da dentro de las relaciones familiares, dentro de la pareja, no comienza súbitamente, por lo común se va formando y agravando a lo largo del tiempo. Lo ideal sería salirse de la relación al primer evento, pero esto no es lo común pues no te das cuenta cuando empezó el primer evento.

Las mujeres se quedan en una relación violenta porque creen que su pareja va a cambiar, porque no tienen a dónde ir, porque no quieren que sus hijos e hijas pierdan al padre, porque se sienten culpables, porque se dicen "a su forma sé que me quiere". En fin, por muchas razones; sin embargo, cabe tener presente que el amor no duele y no daña. Una relación saludable, aún con altibajos, es aquella en la que nos sentimos cómodas, seguras, construye un ambiente en el que crecemos cada día como personas, como pareja, como amigos y como familia, nos genera paz, no nos ocasiona miedo y ganas de huir.

NOTAS

Dile NO a las bromas hirientes, el chantaje, las mentiras; la aplicación de la ley de hielo, los celos, la culpabilización, las descalificaciones, ridiculizaciones, ofensas, humillaciones, intimidación o amenazas, control y prohibiciones

Estas manifestaciones de violencia se abren camino hacia conductas más virulentas como la destrucción de artículos personales, manoseos, juegos con golpes, pellizcones, arañazos, empujones, jaloneos, cachetadas, patadas, encierro y/o aislamiento

Si algo de lo último que he mencionado está sucediéndote es el momento de acudir a un profesional y buscar protección pues se puede poner peor como experimentar amenazas con objetos o armas, amenazas de muerte, forzamiento a tener relaciones sexuales, abuso sexual, violación...y todo esto puede desembocar en un femicidio



INTERVENCIÓN

Para iniciar el proceso de intervención es importante tener clara la perspectiva de género.

La violencia contra las mujeres es una expresión del poder y dominio de los hombres sobre las mujeres, fruto de la estructura social patriarcal que asigna roles de desigual valor a hombres y mujeres, y que se traducen en determinados estereotipos de masculinidad y feminidad, con sus correspondientes mandatos de género, para cumplir adecuadamente lo que la sociedad patriarcal espera de unos y otras (Dio Bleichmar, 1991; Levinton, 2000).

Este proceso se lleva a cabo en la primera infancia mediante la socialización diferencial entre géneros, y se va reforzando a lo largo de toda la vida por la influencia de todos los estamentos sociales y familiares impregnados a su vez de esta desigualdad de los roles entre hombres y mujeres. En este contexto generalizado de desigualdad, la mujer se convierte en una víctima probable en las relaciones familiares y esta asimetría en las relaciones se puede dejar sentir con especial intensidad en las relaciones de pareja, dando lugar entonces a la aparición de conductas de abuso basado en esa desigualdad, que paulatinamente pueden avanzar hacia una violencia cada vez más grave.

.





Esto es así propiciado por el espacio cerrado y reducido de la intimidad de la relación, que da lugar al aislamiento y a la privacidad donde nadie puede entrar, y está reforzado por la presión del compromiso emocional y lo que ello conlleva de obligaciones, ambivalencias y lealtades. La violencia no sólo se debe a rasgos singulares y patológicos de una serie de individuos, sino que tiene rasgos estructurales de una forma cultural de definir las identidades y las relaciones entre hombres y mujeres. Estas características estructurales son las que producen que muchos individuos ejerzan la violencia contra las mujeres y, lo que es más significativo, las que permiten que la sociedad la tolere (Alberdi y Matas, 2002).

.

Apuntes

para aprender

TEMA: ¿Cómo se puede romper el ciclo de la violencia?

El primer paso para salir de este ciclo de violencia es romper el silencio y contarle a alguien de tú confianza o a un psicólogo lo que está ocurriendo. ¡Cuidado! si estás viviendo violencia no confrontes la situación con el agresor ya que él no va a admitir el comportamiento o lo tratará de minimizar (estás exagerando, nada hay como decirte) y con ello una vez más conseguirá que te quedes callada



¿CÓMO HACER UN MENSAJE CONTRA LA VIOLENCIA?

Vas a repetirte constantemente frente a un espejo o mientras realizas tus actividades las siguientes frases:

- "Mi cuerpo no quiere tu opinión". ... entonces las personas no pueden decir que debo usar, como me debo ver alta gorda flaca etc

- "La cantidad de ropa que uso no determina la cantidad de respeto que merezco". ... no por cómo me visto una persona tiene derecho a decirme frases o los famosos piropos que generan incomodidad

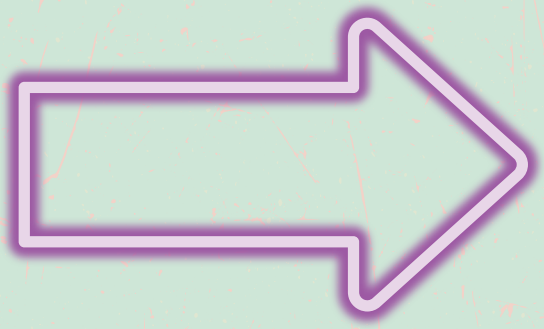
- "Callar no me ve a permitir dejar de vivir esta violencia. ...
- "Este cuerpo es mío, no se toca, no se viola, no se mata". ...
- "No es no". Talvez es no, el silencio es no, la respuesta con duda es no.

Recuerda

Si te retienen, insultan, atacan, pegan o amenazan, no te confundas... ahí no es

Si duele NO es AMOR

Ponle FIN para tener un PRINCIPIO



Gracias por acompañarnos durante este proceso de reconocer la violencia.

Llegó el momento, no la ejerzas y no la vivas

REFERENCIAS

Aguilar, E. (2019). Manual para la conformación y gestión del comité de usuarias de servicios de atención a víctimas e violencia de género establecidos en la LOIPEVM. ONUMUJERES y Consejo de Protección de Derechos. Quito.

Alberdi, I. y Matas, N. (2002). La violencia doméstica. Informe sobre los malos tratos a mujeres en España. Barcelona: Fundación La Caixa.

Beck A, Rush, J., Shaw, B., & Gary, E. (2003). Terapia Cognitiva de la Depresión. Bilbao: Descleé de Brower

Bermejo, J.C. (2011). Empatía Terapétuca. La compasión del sanador herido. Desclee de Brouwer. Bilbao, 2011.

Bernal, A. C. A. L. (2020). Propuesta de un instrumento para evaluar estilos agresivos y asertivos de manejo de conflictos interpersonales. Sincronía, (78), 3-39. Guadalajara. México.

Bleichmar, H. (1997). Avances en psicoterapia psicoanalítica. Barcelona: Paidós.

Carlson, N.R. (2006). Fisiología de la Conducta. Pearson. Madrid.

Chaves, L., & Muñoz, A. (2013). La empatía:¿ un concepto unívoco. Katharsis, Institución Universitaria de Envigado, 16, 123-143.

Daryanani, N. (2019). Intervención psicológica en víctimas de violencia de género a través de la terapia de aceptación y compromiso y atención plena (Bachelor's thesis).

Dio Bleichmar, E. (1991). La depresión en la mujer. Madrid: Temas de Hoy.

Domingo, P. (2004). Violencia contra las mujeres, violen- cia de género. En Ruiz-Jarabo Quemada C. & Blanco Prieto P.(Dir.) La violencia contra las mujeres. Prevención y detección. Cómo promover desde los Servicios Sanitarios relaciones au- tónomas, solidarias y gozosas (pp. 17-38). Madrid: Días de Santos.

Ellis, A. y Grieger, R. (1977). Manual de terapia racional emotiva. Desclée de Brouwer. Bilbao.

Esteve, J.V. (2019). Ámbitos específicos de prevención de la violencia de género: familia, escuela y sociedad. Universidad Internacional de Valencia. España.

Gaeta, L. y Galvanovskis, A. (2009).Asertividad: un análisis teórico-empírico. Enseñanza e investigación en Psicología, vol. 14, núm. 2, julio-diciembre, 2009, pp. 403-425.Consejo Nacional para la Enseñanza en Investigación el Psicología A.C. Xalapa, México. http://www.redalyc.org/artíulo.oa.?d29211992013

Goleman, D. (1996). Inteligencia emocional.Barcelona: Editorial Kairos S.A.

Jaramillo, J. (2011). Distorsiones cognitivas en víctimas de violencia intrafamiliar y sexual. (Tesis inédita para obtención del título de Psicóloga Clínica). Universidad Central del Ecuador, Quito, Ecuador.

Lazarus R.S. & Folkman S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Martínez Roca. 2° edición.

Lemos, M., Londoño, N., y Zapata, J. (2007). Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional. Informes Psicológicos, (9), 55-69.

Levinton, N. (2000). El superyó femenino. Madrid:Biblioteca Nueva.

Matud, M., Padilla, V., Medina, L. & Fortes, D. (2016) Eficacia de un programa de intervención para mujeres maltratadas por su pareja. Terapia Psicológica, 34 (3)

Muñoz Zapata, A. P., & Castaño, L. C. (2013). La empatía:¿ un concepto unívoco? Katharsis-Institución Universitaria de Envigado.

Obando Martínez, V. C. (2019). Análisis del síndrome de indefensión aprendida como eximente de responsabilidad penal en víctimas de violencia de género.

Ordóñez, A., y Serrano, M. (2001). Análisis de las ideas irracionales desde el Enfoque Cognitivo Conductual en las mujeres que asisten al Centro de Equidad y Justicia "Tres Manuelas" de la Zona Centro ubicado en la ciudad de Quito. (Tesis inédita para obtención del título de Psicólogo). Universidad Politécnica Salesiana, Quito, Ecuador.

Pardo, V. (2019). Clarificación conceptual de la violencia en las relaciones de pareja: definición, tipos, factores de riesgo y consecuencias. Universidad Internacional de Valencia. España.

Pardo, V. y Feria E. (2019) Protocolos de actuación policial ante la violencia de género. Universidad Internacional de Valencia. España.

Rodríguez Marin, J.; Pastor, M.A. & López Roig, S. (1993). Afron- tamiento, apoyo social, calidad de vida y enfermedad. Psico- thema, 5, 349-372.

Roth, S. & Cohen, L. (1986). Approach, avoidance, and coping with stress. Am. Psych., 41, 7, 813-819.

Romero, I. (2010). Intervención en violencia de género. Consideraciones en torno al tratamiento. Psychological Interventión, 19 (2).

Romera, M. (2018). La familia: la primera escuela de emociones. Barcelona. Destino.

Ruiz-Jarabo Quemada, C. & Blanco Prieto, P. (Dir.) (2004).La vio- lencia contra las mujeres. Prevención y detección. Cómo pro-mover desde los Servicios Sanitarios relaciones autónomas, solidarias y gozosas. Madrid: Días de Santos.