

<https://doi.org/10.37073/puriq.4.1.183>

## EXPERIENCIAS DE MUJERES CONVIVIENTES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA PSICOLÓGICA

### EXPERIENCES OF COHABITANT WOMEN VICTIMS FROM PSYCHOLOGICAL VIOLENCE INFRINGED

Edith Soledad Olivera Carhuaz  
Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Perú  
editholiveracarhuaz@gmail.com  
<https://orcid.org/0000-0002-7400-8625>

Mayra Alexandra Loayza Avila  
Universidad Inca Garcilaso de la Vega  
<https://orcid.org/0000-0002-5356-194X>

Everett Albert Vieira  
Assistant Professor, Department of Political  
Science,  
California State University, Fresno, McKee

Enviado: 01.04.21      Aprobado: 28.05.21

#### Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo develar las experiencias de violencia psicológica ejercida por las parejas de las mujeres del Centro Emergencia Mujer del distrito del Callao. La investigación corresponde al enfoque cualitativo y se introduce dentro del paradigma de investigación constructivista. Fue desarrollado bajo los procesos del diseño fenomenológico, establecido en las experiencias vividas. Los instrumentos utilizados para la recolección de datos fueron las entrevistas semiestructuradas de tipo conversacional y la observación directa. Estos permitieron recoger las concepciones, evaluaciones y valoraciones de las participantes. Los datos obtenidos se analizaron mediante un análisis de tipo reductivo. Los resultados muestran el predominio del maltrato psicológico, la codependencia emocional, el bajo auto concepto físico y emocional de las violentadas, Asimismo, se evidencia una relación directa entre el abuso psicológico con el maltrato físico y sexual. El artículo concluye bosquejando una tipología de violencia psicológica frecuente contra las mujeres y sugiere trabajo adicional con este tipo de teorización y conocimiento

**Palabras clave:** violencia, maltrato psicológico, codependencia, desgaste emocional

#### Abstract

The purpose of this study is to reveal the experiences of psychological violence exerted by the partners at the Women's Emergency Center. District in Perú. This research was conducted with qualitative methods and is viewed through a constructivist lens. It was developed under the phenomenological design processes, established in lived experiences.

Methods of data collection involved semi-structured conversational interviews and direct observation, allowed for a thorough analysis of the women's experiences. Based on the data collected, categories of violence emerged, including psychological abuse, women 'self-conception during the relationship, the presence of support networks, emotional dependence on the women's feelings during the relationship and the main cause of separation. The article concludes by sketching a typology of psychological violence against women's and suggest further work with this type of theorizing and knowledge.

**Keywords:** violence, psychological abuse, codependency, emotional exhaustion



## Introducción

Cuando se habla del tema de violencia contra mujeres, frecuentemente se limita a la violencia sexual o física. Esto es debido a que la Organización Mundial de la Salud estima que una de cada tres mujeres (30%) en todo el mundo han sido víctimas de violencia física y/o sexual por parte de su pareja (Organización Mundial de la Salud, 2017). No obstante, también comprende la psicológica, que suele pasar inadvertida. El término violencia se relaciona con la palabra violación, la cual proviene del latín violare. En cuanto al término psicológico es relativo a la manera de pensar, sentir y comportarse.

La violencia contra la mujer acompaña al ser humano desde tiempos inmemorables hasta nuestros días; por ello la legislación peruana sanciona drásticamente este hecho, aun así, sigue siendo recurrente y de elevada incidencia en nuestro medio, la misma que no ha sido suficientemente estudiada y menos controlada.

Según el informe estadístico presentado por el MIMP (2018), se registraron 6269 casos de violencia psicológica que fueron atendidos en los Centros Emergencia Mujer durante ese año, de los cuales el 96 % correspondió a mujeres adultas que sufrieron algún tipo de agresión a nivel nacional. Según ENDES (2017), en el ranking por departamentos, la Provincia Constitucional del Callao, en el 2014, registró el 71,4 % de mujeres que sufrieron alguna vez violencia verbal ejercida por el esposo o compañero; para el 2015, disminuyó a 67,4 %; siguió disminuyendo para el 2016 a 57,6 %; pero, en el 2017, aumentó a 61,7 %. Asimismo, según el INEI (2014), en la Provincia Constitucional del Callao, el 67,8 % de las mujeres que fueron víctimas de violencia psicológica ejercida por su pareja manifestaron algunas situaciones de control; el 47,9 %, insistencia de saber a dónde van; el 47,4 %, escenas de celos; el 18,0 %, situaciones humillantes; el 17,1 %, amenazas con irse de la casa, retirar la ayuda económica o quitarle los hijos; y el 6,5 %, amenazas con hacerle daño.

La OMS (2002) aduce que la violencia es el empleo premeditado de la fuerza a modo de amenazas o hechos, sea contra uno mismo o contra otras personas, lo que genera

daños psicológicos o lesiones. Asimismo, la ONU (2006) señala las distintas maneras en las que pueden sufrir de maltrato las mujeres en una relación de pareja, entre las que destaca la violencia psicológica en sus diversas manifestaciones, tales como el aislamiento, la humillación y el control.

Esta situación constituye una de las modalidades más persistentes y prácticas del ejercicio del poder. Implica sucesos que suponen la degradación y buscan reducir o eliminar los recursos internos que la persona adquiere para enfrentarse a las distintas situaciones cotidianas (Pérez y Hernández, 2009). Es decir, mediante este acto, una persona lo usa para lograr el desmoronamiento moral de otra, acosándola psicológicamente con amenazas, críticas calumnias e injurias, de tal manera que debiliten la seguridad, la autoafirmación y la autoestima de la víctima, e introduzcan en su mente preocupación, malestar, angustia, dudas, culpabilidad e inseguridad (Martos Rubio, 2004).

La Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (2007) alude que la violencia psicológica es cualquier suceso que perjudique la estabilidad psíquica, la cual consta de abandono, celotipia, descuido reiterado, humillaciones, devaluación, negligencia, marginación, insultos, indiferencia, infidelidad, rechazo y comparaciones destructivas. Por otra parte, Medina (2001) la refiere como expresiones verbales a manera de gritos, amenazas y palabras groseras. Igualmente, como expresiones no verbales a modo de gestos, a tal punto de disiparse la víctima, lo cual ocasiona sentimientos adversos como frustración, inutilidad y tristeza. Otra clase de violencia psicológica, muy frecuente, es la que surge al privar a la persona de su libertad, según (Emakunde, 2006).

Cabe señalar que, este tipo de maltrato se puede clasificar en pasivo y activo. El primero, es la privación constante de respuestas a las señales de interrelación afectuosa y omisión de las necesidades afables de apoyo y seguridad (Muñoz, 2007); mientras que el maltrato activo consiste en un trato degradante continuado, que arremete contra la estimación de la persona de diferentes formas (Martos Rubio, 2004).

Generalmente, se llega a esta situación porque las violentadas tienen baja autovaloración y autoestima. La autoestima se define como una autoevaluación que la persona hace y frecuentemente mantiene sobre sí misma, manifestando una actitud positiva o negativa. Esto alude a la forma en la que el sujeto se siente importante, capaz, valioso y exitoso (Coopersmith, 1967), una estructura central para aproximarnos a la propia concepción del mundo (Carver y Scheier, 1981; Maddux y Rogers, 1983) Mientras que el autoconcepto es una opinión propia de valor que se expresa en las actitudes que tiene el individuo correspondiente a sí mismo (Burns, 1990).

Asimismo, podemos mencionar a la autovaloración, la cual se explica cómo la idea que desarrolla el sujeto sobre su persona y que tiene un significativo conocimiento personal para él, al asociarse a las esferas de mayor trascendencia motivacional (Domínguez, 1999).

De igual manera, es importante hablar sobre las redes de apoyo, ya que estas constituyen una afinidad extensa para reconocer los sistemas sociales que surgen de las distintas maneras de relación, es decir, un grupo determinado de técnicas y métodos, así como de tácticas personales. Las redes son como una estrategia en un contexto de acción que pueden transformarse en función de las informaciones de los eventos que sobrevienen en el curso de dicha acción (Morin, 1994).

Sluzki (1996) describe las redes de apoyo como una oquedad interpersonal del individuo que subvenciona primordialmente a su inherente reconocimiento como persona y a su imagen de sí, estableciendo una de las claves de la experiencia individual de competencia, bienestar, identidad y protagonismo, e incorporando las costumbres de cuidado de la salud y la capacidad de adaptación frente a una situación problemática o crisis.

Por otro lado, Chadi (2000) define a la red social como un conjunto de individuos, familiares, amigos, vecinos y otros, aptos de proporcionar un apoyo y ayuda tan auténtica como duradera a una persona o una familia.

Las redes de apoyo se distribuyen en primarias y secundarias. Las primarias están conformadas por una comunidad pequeña de personas que se comunican entre sí mediante afinidades o vicisitudes que tienen en común en el plano emocional y afectivo. Las redes de apoyo secundarias son de índole más eventual y transitoria, puesto que se dan desde un contexto más institucional o una tarea, por medio de las conexiones que se forman a medida que se cumple una establecida función en un marco institucionalizado (Sluzki, 1996).

En el contexto peruano son limitadas las investigaciones realizadas sobre este fenómeno, por ello, la presente investigación es de suma importancia y necesidad para obtener un mayor conocimiento a partir de los testimonios de las víctimas. Es así que el siguiente estudio tiene como objetivo develar, describir e interpretar la esencia de las experiencias de violencia psicológica ejercida por las parejas de las mujeres del Centro Emergencia Mujer del distrito del Callao.

## **Método**

### **Enfoque de estudio y diseño**

El presente estudio se desarrolla dentro del paradigma de investigación constructivista. Se eligió este paradigma para enmarcar nuestro estudio debido a varios puntos. Primero, su principio fundamental es que los individuos actúan sobre la base de los sentimientos que atañe a ellos (Wendt, 1992). En segundo lugar, el constructivismo asume que el entorno en el que las personas actúan es tanto social como material, y este entorno proporciona a las personas una comprensión de sus intereses (Checkel, 1998). Esto nos ayuda a comprender cuándo y cómo ocurre la violencia psicológica entre parejas

que conviven y explica qué significa la violencia psicológica. Y tercero, este pone énfasis en las normas e ideas, y cómo afectan a los participantes de la investigación. En este discernimiento, el enfoque empleado es cualitativo. El razonamiento para esta decisión está detrás de la idea de que la pregunta de investigación impulsa el método de investigación.

Debido a que no existe un conjunto de datos confiable para el tema que estamos estudiando, tuvimos que usar métodos que nos permitiría recopilar esos datos para identificar las categorías de violencia psicológica a continuación. Como resultado, el diseño fenomenológico y las entrevistas son las mejores herramientas para recopilar estos datos; fundamentado en el testimonio de las personas directamente involucradas, lo que permitió develar la esencia de las experiencias de violencia psicológica ejercida por las parejas de las mujeres del Centro Emergencia Mujer del distrito del Callao. Y dada la naturaleza sensible de nuestro tema y las mujeres víctimas de violencia psicológica, se utilizaron entrevistas no estructuradas para asegurar que todos los sujetos fueran merecedores de dignidad y respeto (Fuji, 2018), que es cómo los tratamos a todos y cada uno de ellos

### **Técnicas e instrumentos**

Las técnicas empleadas para la recopilación de datos fueron las entrevistas semiestructuradas. La entrevista en lenguaje ordinario (OLI) se puede utilizar para responder preguntas y confirmar corazonadas, así como abrir nuevas vías de investigación, que es el objetivo de este artículo (Goldstein, 2002; Kapiszewski, MacLean y Read, 2015; Leech, 2002). Los ejes temáticos de las guías respectivas fueron las experiencias subyacentes y experiencias intersubjetivas. Para el registro de la información, se emplearon como herramientas equipos móviles con grabadora, hojas de papel y lapiceros.

En relación con la validez de las técnicas, se señala que la entrevista cualitativa, como técnica de recolección de datos, tiene como propósito ratificar que las participantes sean libres de objetar y, si es inevitable, modificar las apreciaciones del investigador sobre los significados investigados, expresados en las preguntas de la guía de entrevista durante el proceso de recolección de datos (Kvale, 2011).

Por otra parte, el recojo de la información tuvo lugar en los ambientes reales de las participantes, sus hogares, lo que denota que dichos estudios tienen una mayor validez ecológica (Willig, 2013).

### **Participantes**

La elección de las participantes del estudio se realizó de forma no probabilística, empleando un muestreo intencional (Flick, 2015). Ellas fueron seis madres de familia, con edades comprendidas entre los 27 y 41 años, de nivel socioeconómico bajo, quienes actualmente residen en el distrito del Callao de la Provincia Constitucional de Perú. Del total de participantes, tres tienen un hijo y las otras tienen dos hijos.

### **Procedimiento**

El procedimiento de recolección de datos se llevó a cabo siete meses. Como primera actividad, el equipo de investigación realizó la entrevista estructurada a la aliada del Centro Emergencia Mujer, lo que permitió recoger datos generales acerca de la situación de violencia que afectaba a las mujeres. Paralelamente, se elaboraron los consentimientos informados.

Como siguientes actividades, se realizaron las observaciones grupales y entrevistas semiestructuradas de manera individual a las madres. A dos de ellas, se las entrevistó en su hogar, y a las otras, se las citó en un Centro de Salud.

Las condiciones contextuales físicas fueron las adecuadas en los distintos ambientes donde los datos fueron obtenidos. Se les brindaron las mismas instrucciones y se contó con los materiales necesarios. Asimismo, las entrevistadas respondieron las preguntas de forma espontánea y con actitud colaboradora.

Al final del proceso de recolección de información de las participantes, se transcribieron las entrevistas respetando sus expresiones originales. Finalmente, se procesaron los datos con el software Atlas ti.

### **Procesamiento de datos**

Es fundamental indicar que el procesamiento de datos cualitativos se apoya en procesos y operaciones lógicas analíticas inductivas (Gibbs, 2012).

Este procedimiento supone obtener categorías a partir de los testimonios expresados por las participantes mediante la comparación constante de las unidades de análisis, con el objetivo de que estas representen el contenido. Posteriormente, se asignaron códigos a las categorías. Por tanto, en esta fase del análisis, se logró obtener un sistema de categorías descriptivas que surgieron de las verbalizaciones de las participantes. Luego se procedió a ordenar las piezas, con lo que se buscó la fusión de dichas categorías, de acuerdo al análisis de tipo reductivo

### **Aspectos éticos**

La investigación realizada cumple con estándares internacionales éticos y los aportes de los diversos estudios han sido incorporados en la presente investigación, los cuales están citados apropiadamente y figuran en la lista de referencias. Asimismo, la protección de la honra y comodidad de las participantes se respaldó con el consentimiento informado escrito y la confidencialidad. Además, todas ellas autorizaron ser grabadas en audio durante la entrevista, con el fin de que la información recolectada sea lo más sincera a sus contribuciones y los resultados obtenidos sean el fruto de un proceso crítico, empírico y sistemático realizado por el equipo de la investigación.

## **Resultados**

### **Maltrato psicológico**

Se dice que el maltrato psicológico está constituido por sucesos o descuidos que tienen como finalidad degradar o controlar los comportamientos, las acciones, las conductas, las decisiones y las creencias de la mujer (Emakunde, 2006)

El tipo de maltrato psicológico que se percibe reiteradamente es el maltrato pasivo en forma de control y aislamiento.

«Me decía: “Yo te he dicho que no vas a salir y punto, no insistas a cada rato”» (E. 1).

«Siempre tenía que pedirle permiso para salir, de lo contrario era razón de insultos y amenazas» (E. 3).

«No quería que salga, se encaprichaba cuando le daba su cólera y estallaba con todo y contra todos...más era cuando estaba borracho» (E. 4).

«Por teléfono me preguntaba: “A dónde te vas”, “No escucho que estés ahí, pásame para saludar con quien estás”» (E. 2).

«Me impedía que salga...no podía a veces ni comprar sola y menos demorarme o arreglarme un poquito» (E. 5).

«Me revisaba el celular cada vez que le daba la gana y cuando mensajeaba con alguien estaba que estiraba el cuello mirando el mensaje. Asimismo, tenía la contraseña de mi Facebook» (E. 6).

De igual importancia, se evidencia el maltrato activo a manera de insultos, humillaciones, amenazas, denigración, intimidación y desprecio.

«Siempre me decía que era una perra, que era una mujer de la calle y esas cosas, lo peor era que lo decía en voz alta, muchas veces cuando teníamos intimidad» (E. 1).

«Me insultaba, me decía que era una gorda, que era una fea, que no servía para nada, que no sabía hacer las cosas bien» (E. 2).

«Él me decía: “Debí haberme encontrado otra mujer, eres la peor, no sabes hacer nada bien, me cansas, me aburres”» (E. 5).

«Me dijo, varias veces, que era una inservible y me maldecía cada vez que quería, era peor cuando tomaba licor con sus amigos en la calle...yo me moría de vergüenza» (E. 4).

Incluso, algunas participantes mencionaron que sus parejas las comparaban frecuentemente con su madre, madrastra o anterior pareja cuando se presentaban situaciones adversas.

“Decía que su madrastra, quien era su mamá para él, planchaba mejor que yo y que sabía sus gustos para cocinarle” (E2)

“Me decía: “mi mamá no lo hacía así, ella lo hace mejor, no te da la gana de aprender, no quieres aprender...hasta mi primera mujer se esforzaba, pero tú nada” (E3)

De la misma manera, refirieron que hubo agresión verbal por ambas partes, como desencadenante de las continuas peleas.

«Le devolvía el insulto cuando ya me molestaba, poco a poco fui hablando como él, parece que así entendía...me daba pena porque mi hijo escuchaba y se sentía mal» (E. 1).

«Cuando estaba con la cólera gritaba: “Ay, bueno, ya pues, que se largue...” y nos insultábamos, muchas veces en la casa, la calle o cualquier lugar» (E. 2).

«Él tanto me insultaba y yo, también lo hacía...pero siempre con temor de que me pueda pegar o empujar» (E. 3).

«Hay momentos que ya estás enojada, cansada de lo que te dice, llegas al punto de responderle...y empiezas a hacerlo seguido» (E. 5).



Figura 1. Maltrato Psicológico

### Autoconcepto de las mujeres durante la relación

El autoconcepto es una opinión propia de valor que se manifiesta en las actitudes que tiene el individuo correspondiente a sí mismo (Burns, 1990)

En ese sentido, con relación a la autoestima del grupo analizado se evidenció que tienen un juicio de valor negativo de ellas mismas debido a los maltratos que ejercían sus parejas contra ellas, pensaban que no iban a lograr sus objetivos por sí solas y desconfiaban de ellas mismas, hasta llegar al punto de creer que en realidad eran como sus parejas las calificaban.

«No me sentía capaz de sustituir ese vacío que le iba a dejar a mi hija...me dolía que sea como yo, una hija sin padre, por eso aguantaba» (E. 1).

«Tenía la autoestima recontra baja, ni me arreglaba, no me miraba al espejo en días, me amarraba el cabello...ni me peinaba» (E. 2).

«Llegaba a un punto en que pensaba que sí era verdad todo lo que decía, hasta renegaba conmigo porque creía que tenía razón. Mi estado de ánimo era cambiante»



(E. 3).

«Llegué a tener desconfianza, dudaba de mí misma...para hacer algo le preguntaba a él así me grite o explote» (E. 4).

«En la cabeza se me metía: “eres una tonta, una tonta... una fracasada, muchas veces lloraba”» (E. 5).

«Yo me sentía así, que era una desdichada ...maldecía mi suerte. No tenía valor para actuar, muchas veces y lloraba demasiado» (E. 6).

En cuanto a la autovaloración de las participantes, se comprobó que anteponían a sus parejas incluso por encima de sus menores hijos y ellas mismas.

«Siempre lo ponía a él antes que, a mí, tenía la necesidad de complacerle...en todo. A veces sin intención hasta que me daba cuenta de que lo había hecho» (E. 1).

«Me sentía mal como mujer...eran constantes los desplantes y reproches...ya tenía miedo, vergüenza...no sé qué» (E. 3).

«No era suficientemente mujer como para poder ayudar a mi pareja...pensaba a cada rato y menos para complacerlo» (E. 4).

«No me daba valor en nada...todo lo que hacía no tenía valor» (E. 6).



Figura 2. Autoconcepto de las mujeres durante la relación

### Presencia de redes de apoyo

Las redes de apoyo son una afinidad extensa para reconocer las estructuras sociales que aparecen de las distintas maneras de relación, pero también es un grupo determinado de técnicas y métodos, así como tácticas personales. Las redes son como una estrategia en un contexto de acción que pueden transformarse en función de las informaciones de los eventos que sobrevienen en el curso de la acción (Morin, 1994)

La presencia total de redes de apoyo de las mujeres se reitera primaria, las cuales fueron familiares y amigos cercanos.

«Mis pocas amigas también sabían y me ayudaban y me aconsejaban, me decían “valórate un poco”, que yo sola sí puedo cuidar a mi bebe» (E. 1).

«Mis padres me dijeron que hace tiempo era que termine con él, que no me preocupara de la bebé, que acá no le va a faltar nada, ni va a sentir que le falta un papá» (E. 2).

«Tenía un amigo que confiaba bastante en él y le contaba y me ayudaba bastante también...pero no podía hablar siempre con él» (E. 3).

«Mi mamá tenía conocimiento de todo, ella me aconsejaba bastante...pero yo no le contaba todo por vergüenza» (E. 4).

«El primer soporte fue mi hermana, mi confidente, mi paño de lágrimas...me pedía mil veces que lo deje y yo solo la escuchaba» (E. 5).

«Los últimos meses, mi vecina comadre empezó a apoyarme... se daba cuenta lo que te pasa...fueron muchas vergüenzas en la calle, hasta gente que no conocía alguna vez me defendió» (E. 6).

En redes secundarias, la policía de la comisaría y la psicóloga del Centro de Emergencia Mujer fue quien brindó soporte emocional para las mujeres, víctimas de violencia.

«Con la ayuda de la psicóloga, como que me dio a entender muchas cosas, aunque no fue rápido» (E. 2).

«la policía me dio confianza cuando fui a denunciar y me apoyo para tomar de romper mi relación» (E. 2).

«La psicóloga me dijo que tenía que ver las cosas positivamente y que tenía que analizar las cosas, que tenía que priorizar la vida de mi hijo también; entonces, a pocas palabras, me aconsejó que debía romper los lazos con él» (E. 3).



Figura 3. Presencia total de redes de apoyo

### Dependencia emocional a la pareja

La dependencia emocional se caracteriza por una destacada extremosidad patológica

de aquellas actitudes y comportamientos que se muestran en el entorno de las relaciones interpersonales, donde reciben una significación elemental en las relaciones de pareja, y donde el individuo indaga desesperadamente abarrotar una serie de súplicas afectivas insaciables, mediante el establecimiento de lazos inestables (Castelló, 2005)

Las mujeres demuestran la dependencia emocional a sus parejas, justificándolo con el apego de los hijos, mencionando que se quedaban con ellos por no dejarlos sin padre a sus menores.

«Más que todo, me quedaba con él, creía que iba a cambiar, lo excusaba diciendo tal vez soy yo la culpable o está sin trabajo por eso se pone así.» (E. 1).

«Llegaron los hijos y peor todavía, ya no me podía separar de él, los chicos reclaman a su papá. Y yo no me imaginaba vivir sin él» (E. 4).

«Mis hijos fueron el motivo para seguir aferrada a él, todo aguanté por ellos, pero también, aunque sea y como sea mantenía a mis hijos. Nosotros dependíamos de él» (E.5).

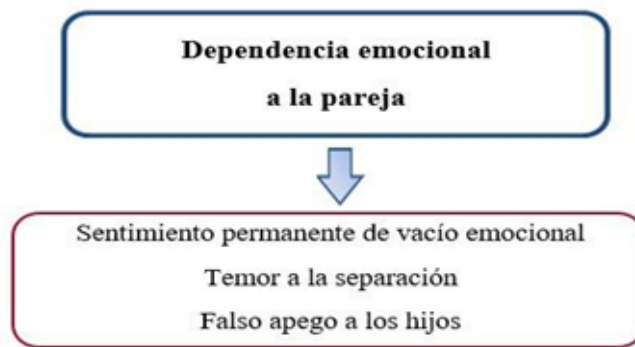


Figura 4. Dependencia Emocional a la pareja

### Sentimientos durante la relación

Según el diccionario de la Real Academia Española (2014), el vocablo de la palabra “sentimientos”, tiene el significado “hecho o efecto de sentir o sentirse.”, “estado afectivo del ánimo.”

Los sentimientos de las mujeres durante la relación que se revelan con más frecuencia el avergonzamiento, refiriendo que no les contaban a las personas sobre su situación por ese motivo.

«No contaba lo que me sucedía en ese momento porque sentía vergüenza» (E. 1).

«No decía nada, mi mente antes era por temor, por vergüenza del qué dirá la gente» (E. 4).

Asimismo, se evidenció el desconsuelo que sentían en ese momento las mujeres, ya que se ponían tristes hasta el punto de llorar por la situación que vivían en ese momento.

«Me ponía a llorar, porque duele que te insulten, muchas veces sola para no dar

motivo» (E. 1).

«No lo quería escuchar y me iba llorando...mi corazón me dolía y hasta palpitaba rápido a veces» (E. 2).

«Me ponía a llorar, me iba a mi cuarto y me encerraba a llorar sola, al rato me pasaba, pero mi cuerpo me dolía como si el carro me hubiese aplastado» (E. 3).

«Paraba triste nada más, mis lágrimas caían solas y el suspiro no me dejaba, hasta mis ojos chiquitos se volvieron» (E. 4).

«Me ponía triste siempre, últimamente era seguido y me daba escalofríos bien seguido. Muchas veces me dolía el pecho...otra me faltaba el aire...no quiero recordar» (E. 5).

«Me sentía bastante triste, mayormente me echaba a llorar, yo sola para no empeorar la situación» (E. 6)

De la misma manera, mencionaron sentir miedo a que las dañen si es que le decían cómo se sentían realmente en la relación a sus parejas.

«Por miedo tenía que estar ahí, ahí...se volvía como loco cuando le contradecía o contestaba» (E. 2).

«No me hacía sentir feliz, y también me daba miedo decirle a él, porque no sabía cómo iba a reaccionar» (E. 3).

«Yo le tenía miedo y pánico...ni recordar...mi cuerpo temblaba por ratos cuando se encolerizaba» (E. 4).

«Sabía que venía fin de semana y tenía que tomar, y ya mi cuerpo temblaba» (E. 4).

Se pudo observar también, la resignación, mencionando que las mujeres aceptaban con paciencia y conformidad cualquier cosa que les dijera sus parejas.

«En ese momento, yo lo veía como que “ya bueno” ... por llevar bien la relación» (E. 1).

«Le decía: “Bueno, pues, si no quieres que salga, no salgo, pues” ...» (E. 2).

«Me invitaban a salir y yo ya no quería, no..., para evitar, este... las peleas con él» (E. 3).

«Para evitar eso, le decía: “Ya, ya no voy” ...cállate ya, no sigas con lo mismo» (E. 4).

«No respondía porque ya no quería más dramas, aunque a veces de tanto aguantar me dolía la cabeza y no podía dormir» (E. 6).



Figura 5. Sentimientos de las mujeres durante la relación

### Motivos de ruptura

Las mujeres adujeron que entre los motivos principales de la separación fueron amenazas de muerte que les hacían sus parejas, e incluso por infidelidad.

«Quería mandarme a matar y eso me tomó fuerzas, sentí una fuerza con eso que pensé “cómo me va a matar, cómo voy a cuidar a mis hijos” ... Sentí una fuerza tremenda y de ahí lo paré y le dije: “Tú te vas”. Lo que nunca me atreví a hablar» (E. 4).

«Me sacó la vuelta, él me contó. Supuestamente, me dijo que la chica lo había llamado y le dijo que tenía una hija... que recién se estaba enterando. Le escuché una parte, de ahí me fui muy mal porque no quería saber más... entendí entonces que sus comparaciones en la intimidad tenían una razón» (E. 1).



Figura 6. Causa principal de la separación

### Discusión

El objetivo de la presente investigación fue develar, describir e interpretar la esencia de las experiencias de mujeres convivientes que fueron víctimas de violencia psicológica ejercida por sus parejas. En los resultados, se evidencia maltrato psicológico, relacionado con el maltrato pasivo y el maltrato activo, que incluyen comparaciones con la madre y

agresión verbal en momentos de impotencia. Además, se pudo demostrar un juicio de valor negativo de ellas mismas en cuanto a su autoconcepto, autoestima y autovaloración. Por otra parte, se menciona la presencia total de redes de apoyo, siendo los familiares y las amistades cercanas los soportes emocionales primarios, seguidos de un soporte emocional secundario: el psicólogo. Se pudo evidenciar también una dependencia emocional a sus parejas, lo que se ve justificado por el apego de sus hijos. En cuanto a los sentimientos de las mujeres durante la relación, se revela con frecuencia el avergonzamiento, el desconsuelo, el miedo a ser dañadas y la resignación. De igual importancia, se demostró que las principales causas de la separación serían las amenazas de muerte realizadas por sus parejas y la infidelidad.

Lo anterior puede contrastarse con lo que propone Perela (2010), que los maltratadores agreden emocionalmente con el propósito de deteriorar la autoestima de sus víctimas, humillándolas y avergonzándolas, a fin de incrementar el poder y control sobre ellas. Todas estas conductas producen la suspicacia de la víctima, la carencia de fuerza y cabida para defenderse, entorpeciendo la acción y el pensamiento, así como provocando sentimientos de confusión, desvalimiento, dudas sobre sí misma, culpa e impotencia.

A la vez, fue posible comprender que la violencia se proyecta a veces de una manera perspicaz en forma de maltrato emocional, como actitudes de menosprecio, hostilidad, amenazas, humillaciones, conductas de control y celos exagerados, lo que muchas veces hace que la víctima no se considere a sí misma maltratada (Díaz, 2005; Hernando, 2007).

La mujer maltratada acepta la violencia conyugal y lo justifica llegando a pensar que su agresor no es el causante sino ellas; aunque las emociones experimentadas sean continuas (tristeza, miedo, hartazgo, etc.). Solo después de vivenciar continuos actos de violencia y con ayuda de terceros acepta su realidad y lo afronta, tomando la decisión de romper la relación de pareja. De acuerdo con (Olivares, 2017) las víctimas suelen acabar con el ciclo de la violencia cuando enfrentan situaciones funestas.

## **Conclusiones**

La violencia contra la mujer en las relaciones de pareja sentimental es un problema social que afecta a las participantes como a miles, siendo alta la prevalencia en este grupo sensible y vulnerable, a pesar de los esfuerzos por erradicar este mal endémico en la colectividad.

Los resultados muestran que las víctimas presentan diversas consecuencias emocionales, conductuales y sociales que deben ser atendidas a fin de garantizar su salud mental y física; dado que experimentaron actos de maltratos, agresiones y abusos en distintas ocasiones.

Por otro lado, se muestra la relación entre la violencia psicológica, física y el alcohol,

así como con la codependencia emocional y económica. Se observa, también, que las manifestaciones de trastornos psicosomáticos eran desencadenantes de los niveles altos de ansiedad, depresión, miedo, preocupación, temor, angustia e inseguridad que vivían con sus agresores.

De igual manera, el bajo autoconcepto tanto emocional como físico se evidenció en este grupo, a pesar de ser conscientes de este hecho, las mujeres violentadas no frenaron la situación cuando se iniciaron los agravios por sus concepciones culturales y religiosas.

El apoyo de su entorno más cercano sirvió de soporte emocional para tomar la decisión de ruptura sentimental y enfrentar la recuperación. El silencio de esta trágica convivencia podría ocasionar desenlaces funestos, por ello es necesario prevenir y atender estos problemas de salud pública.

### **Referencias bibliográficas**

- Burns, R. (1990). *El autoconcepto. Teoría, Medición Desarrollo y Comportamiento*. Bilbao, España: Ego.
- Chadi, M. (2000). *Redes sociales en el trabajo social*. Buenos Aires, Argentina: Espacio. Recuperado de <https://revistas.unal.edu.co/index.php/tsocial/article/view/15346/16135>
- Carver, C. S., y Scheier, M. F. (1981). *Attention and self-regulation: A control-theory approach to human behavior*. New York: Springer-Verlag.
- Castelló, J. (2005). *Dependencia Emocional. Características y tratamiento*. Madrid, España: Alianza. Recuperado de [https://www.academia.edu/37181679/Dependencia\\_emocional\\_Caracter%C3%ADsticas\\_y\\_tratamiento](https://www.academia.edu/37181679/Dependencia_emocional_Caracter%C3%ADsticas_y_tratamiento)
- Checkel, J. T. (1998). The Constructivist Turn in International Relations Theory. *World Politics*, Vol. 50, No. 2, 324-48.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco, Estados Unidos: Freeman.
- Díaz, M. (2005). Educar para la tolerancia y prevenir la violencia un año después. *Cuadernos de Pedagogía*, 344, 54-58. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1098672>
- Domínguez, L. (1999). ¿Yo, si mismo o autovaloración? *Revista Cubana de Psicología*, 16 (1), 3-7. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcp/v16n1/01.pdf>
- Emakunde. (2006). *Guía de actuación ante el maltrato doméstico y la violencia sexual contra las mujeres para profesionales de los servicios sociales*. Recuperado de [https://www.emakunde.euskadi.eus/contenidos/informacion/violencia\\_guias/es\\_def/adjuntos/guia.maltrato.domestico.violencia.sexual.profesionales.cas.pdf](https://www.emakunde.euskadi.eus/contenidos/informacion/violencia_guias/es_def/adjuntos/guia.maltrato.domestico.violencia.sexual.profesionales.cas.pdf)
- ENDES. (2017). Obtenido de [https://observatorioviolencia.pe/datos-inei-2017-2/#31\\_Tipos\\_de\\_violencia\\_que\\_sufrieron\\_las\\_mujeres\\_alguna\\_](https://observatorioviolencia.pe/datos-inei-2017-2/#31_Tipos_de_violencia_que_sufrieron_las_mujeres_alguna_)

vez\_unidas

- Flick, U. (2015). *El diseño de investigación cualitativa*. Madrid, España: Ediciones Morata.
- Fujii, L. A. (2018). *Interviewing in Social Science Research: A Relational Approach*. New York: Routledge.
- Gibbs, G. (2012). *El análisis de datos cualitativos en Investigación Cualitativa*. Madrid, España: Ediciones Morata.
- Goldstein, K. (2002). Getting in the Door: Sampling and Completing Elite Interviews. *PS: Political Science & Politics*, Vol. 35, No. 4 (December), 669-72.
- Hernando, A. (2007). La prevención de la violencia de género en adolescentes. Una experiencia en el ámbito educativo. *Apuntes de Psicología*, 25 (3), 325-340. Recuperado de <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/128>
- INEI. (2014). Recuperado de [https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1339/libro.pdf](https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1339/libro.pdf)
- Kapiszewski, D., MacLean, L. M., & Read, B. L. (2015). *Field research in political science: Practices and principles*. Cambridge University Press. Recuperado de [https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=f6\\_GBgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR6&ots=FqzmzliHitt&sig=aYBZCriAxqE-7DzjVZqifiFCueM#v=onepage&q&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=f6_GBgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR6&ots=FqzmzliHitt&sig=aYBZCriAxqE-7DzjVZqifiFCueM#v=onepage&q&f=false)
- Kvale, S. (2011). *Las entrevistas en investigación cualitativa*. Madrid, España: Morata.
- Leech, B. (2002). Asking Questions: Techniques for Semistructured Interviews. *PS: Political Science and Politics*, 35(4), 665-668. Recuperado de <http://www.jstor.org/stable/1554805>
- Ley General de Acceso de las Mujeres a un Vida Libre de Violencia. (2007). Recuperado de <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/178863/ley-general-acceso-mujeres-vida-libre-violencia.pdf>
- Martos, A. (2004). *No puedo más. Las mil caras del maltrato psicológico*. Madrid, España: McGraw-Hill Interamericana de España S.L.
- Maddux, J. E., & Rogers, R. W. (1983). Protection motivation and self-efficacy: A revised theory of fear appeals and attitude change. *Journal of experimental social psychology*, 19(5), 469-479.
- Medina, A. (2001). *Libros de la Violencia Familiar*. Texas, Estados Unidos de América: Mundo Hispano, Alabama St. El Paso.
- MIMP (2018). *Violencias en cifras*. Obtenido de [https://www.mimp.gob.pe/files/programas\\_nacionales/pncvfs/publicaciones/informe-estadistico-02\\_2018-PNCV-FS-UGIGC.pdf](https://www.mimp.gob.pe/files/programas_nacionales/pncvfs/publicaciones/informe-estadistico-02_2018-PNCV-FS-UGIGC.pdf)
- Morin, E. (1994). *Introducción al pensamiento complejo*. Barcelona, España: Gedisa. Recuperado de [http://cursoenlineasincostoedgarmorin.org/images/descargables/Morin\\_Introduccion\\_al\\_pensamiento\\_complejo.pdf](http://cursoenlineasincostoedgarmorin.org/images/descargables/Morin_Introduccion_al_pensamiento_complejo.pdf)



- Muñoz, A. (2007). Maltrato Psicológico. *Revista de la Facultad de Medicina UNAM*, 50 (3). Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/facmed/un-2007/un073i.pdf>
- OMS (2002). Informe Mundial sobre la Violencia y la Salud. Recuperado de [https://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/violence/world\\_report/es/summary\\_es.pdf](https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/es/summary_es.pdf)
- OMS (2017). Violencia contra la Mujer. Recuperado de <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>
- ONU (2006). Poner fin a la Violencia contra la mujer. Recuperado de [http://www.ungei.org/N0641977\\_sp.pdf](http://www.ungei.org/N0641977_sp.pdf)
- Olivares, L (2017). Sentidos subjetivos asociados a la denuncia de la violencia conyugal en mujeres maltratadas de Moyobamba. Perú. (Tesis de maestría). Universidad San Martín de Porres, Perú. Recuperado de [http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/usmp/2511/1/OLIVARES\\_SL.pdf](http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/usmp/2511/1/OLIVARES_SL.pdf)
- Perela, M. (2010). Violencia de género: violencia psicológica. *Nueva Época*, 11 (12), 353-376 . Recuperado de <https://revistas.ucm.es/index.php/FORO/article/view/37248>
- Pérez, V. y Hernández, Y. (2009). La violencia psicológica de género, una forma encubierta de agresión. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 25 (2). Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252009000200010](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252009000200010)
- Real Academia Española (2014) *Diccionario de la Lengua Española* (23.a ed.). Madrid: Espasa Calpe. Recuperado de <https://dle.rae.es/?id=XbTu91V>
- Sluzki, C. (1996). *La red social: frontera de la práctica sistémica*. Barcelona, España: Gedisa.
- Wendt, A. (1992). "Anarchy is what States Make of it: The Social Construction of Power Politics." *International Organization*, Vol. 46, No. 2 (Spring), 391-425.
- Willig, C. (2013). *Introducing qualitative research in psychology* (3ª ed.). New York, Estados Unidos: McGraw-Hill Education.