

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE SALUD
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



ESTUDIO DE CASO SOBRE FACTORES ASOCIADOS AL PROCESO DE RESILIENCIA
EN DOS MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA SEXUAL ENTRE EDADES DE 42 A 47
AÑOS.

PRESENTADO POR:
BRENDA NIKOC ESTEVEZ IBARRA
C.C. 1.093.785.362

CÚCUTA
2019 - II

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE SALUD
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



ESTUDIO DE CASO SOBRE FACTORES ASOCIADOS AL PROCESO DE RESILIENCIA
EN DOS MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA SEXUAL ENTRE EDADES DE 42 A 47
AÑOS.

PRESENTADO POR:
BRENDA NIKOC ESTEVEZ IBARRA
C.C. 1.093.785.362

DIRECTORA: ANDREA ISABEL BACCA VEGA
C.C. 60.446.396

CÚCUTA
2019 - II

AGREDECIMIENTOS

En primer lugar, agradezco a Dios por darme fortaleza, sabiduría y unos padres que con amor me han apoyado en todas las etapas de mi vida hasta llegar a este momento, igualmente a mis demás familiares como abuela, tíos, hermanos, sobrinos, pareja y amigos que han creído en mí como persona y profesional.

También agradezco a mi directora la Ps. Andrea Isabel Bacca Vegas y a los docentes asesores el Ps. Jhonattan Zapata Garzón y la Ps. Eliana Casadiegos, quienes con su gran paciencia y colaboración me brindaron los conocimientos necesarios para realizar este trabajo de grado.

A las mujeres y profesional experto que participaron en esta investigación les agradezco inmensamente, por sus aportes y buena disposición.

Tabla De Contenido

Resumen.....	7
Abstract.....	7
INTRODUCCIÓN	8
TÍTULO	10
Problema De Investigación.....	10
Planteamiento del problema.....	10
Descripción del problema.....	11
Formulación del problema	13
Justificación	13
Objetivos.....	15
Objetivo general	15
Objetivos específicos.....	16
Delimitación Y Limitaciones.....	16
Estado Del Arte.....	16
A nivel local y regional	17
A Nivel Nacional.....	18
A Nivel Internacional	20
Marco Teórico.....	23
Capítulo I: Violencia Sexual	24
Capítulo II: Resiliencia.....	31
Capítulo III: Ciclo Vital	39
Capítulo IV: Alteraciones Psicológicas En Víctimas De la Violencia Sexual.....	46
Marco Legal	53
Metodología	59

Metodología de investigación cualitativa de tipo descriptiva	59
Población.....	60
Muestra.....	60
Proceso de intervención	61
Método de recolección de información (estudio de caso).....	61
Técnica de evaluación	61
Categorías de la investigación.....	62
Análisis de la información recolectada	63
Recursos disponibles	64
Cronograma.....	65
Análisis de la triangulación poblacional	116
Discusión.....	119
Conclusiones.....	121
Recomendaciones	122
Referencias Bibliográficas.....	124

Lista De Tabla

Tabla 1. Criterios de inclusión y exclusión.....	60
Tabla 2. Sujeto A.	60
Tabla 3. Sujeto B.....	61
Tabla 4. Cronograma.	65
Tabla 5. Matriz de Análisis Víctima y Familiar	102
Tabla 6. Matiz de Análisis Experto.....	114

Lista De Apéndices

Apéndice 1. Carta Aval Anteproyecto y proyecto final.....	131
Apéndice 2. Carta Validación Experto 1	134
Apéndice 3. Carta Validación Experto 2.	135
Apéndice 4. Carta Validación Experto 3.	136
Apéndice 5. Consentimiento 1.....	137
Apéndice 6. Consentimiento 2.....	138
Apéndice 7. Consentimiento 3.....	139
Apéndice 8. Consentimiento 4.....	140
Apéndice 9. Consentimiento 5.....	141
Apéndice 10. Entrevista Semiestructurada Víctimas y Familiar	142
Apéndice 11. Entrevista Semiestructurada Experto.....	147
Apéndice 12. Cartilla Informativa	150

Resumen

En esta investigación se utilizó una metodología de enfoque cualitativo de tipo descriptivo con corte transversal, mediante un estudio de caso con dos mujeres víctimas de violencia sexual, para analizar los factores asociados al proceso de resiliencia que emplean estas mujeres para superar el evento traumático, lo anterior para proponer mediante una cartilla informativa los factores de resiliencia que se presentan con mayor impacto en esta población. Por otra parte, la recolección de la información se hizo mediante tres entrevistas semiestructuradas a dos mujeres víctimas de violencia sexual, un familiar cercano de cada víctima y un profesional experto en procesos de intervención con dicha población, en la ciudad de Cúcuta. Finalmente, el análisis de la información se hizo mediante triangulación poblacional mediante cuatro categorías las cuales son resiliencia, competencias emocionales, habilidades sociales y proyecto de vida.

Palabras clave: Mujeres víctimas de violencia sexual, factores resilientes, proyecto de vida, competencia emocional y social.

Abstract

In this research, a descriptive qualitative approach methodology with a cross-section was used, through a case study with two women victims of sexual violence, to analyze the factors associated with the resilience process used by these women to overcome the traumatic event. previous to propose through an information booklet the resilience factors that are presented with the greatest impact on this population. On the other hand, the information was collected through three semi-structured interviews with two women victims of sexual violence, a close relative of each victim and a professional expert in intervention processes with said population, in the city of Cúcuta. Finally, the analysis of the information was done through population triangulation through four categories which are resilience, emotional skills, social skills and life project.

Keywords: Women victims of sexual violence, resilient factors, life project, emotional and social competence.

INTRODUCCIÓN

Es importante conocer las alarmantes cifras a nivel nacional que presento la violencia sexual durante el año 2018, las cuales según el Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses se reportaron 26.065 exámenes médicos legales por presunto delito sexual, con una tasa por cada cien mil habitantes de 52,30 y un incremento de 2.267 casos con respecto al año anterior, siendo las mujeres las más afectadas, ya que por cada hombre víctima de presunto delito sexual se presentan seis mujeres víctimas; las cifras anteriores nos enseña la problemática que vive el país a raíz de este tipo de violencia, la cual en muchas ocasiones no es denunciada legalmente ante las autoridades pertinentes.

A partir de lo anterior, es fundamental conocer que es la violencia sexual, la cual según el marco legal colombiano se define como “cualquier contacto, acto, insinuación o amenaza que degrade o dañe el cuerpo y la sexualidad de una niña, niño, adolescente, hombre o mujer y que atenta contra su libertad, dignidad, formación e integridad sexual; concepto que abarca cualquier daño o intento de daño físico, psicológico o emocional” (Fiscalía General de la Nación, 2010). Por lo tanto, las alteraciones psicológicas que se ven involucradas con la experiencia de las víctimas de violencia sexual pueden perdurar a lo largo del ciclo evolutivo de una persona llegando afectar su adecuado desarrollo emocional, cognitivo y psicosocial. Por tal motivo, se debe reconocer que el diagnóstico ante eventos traumáticos como lo es la violencia sexual no es nada fácil, debido a que en la mayoría de los casos las víctimas suelen callar durante mucho tiempo su experiencia, la cual deja marcas emocionales y cognitivas, que cuanto más antiguas, más difícil son de tratar.

Como se ha dicho, según García y Cerda (2010), las consecuencias son graves, tanto inmediatas como a largo plazo, estas se relacionan con la duración y las modalidades de violencia sexual, pues entre más cercana sea la relación con los agresores (por ejemplo, padre, hermano u otro familiar) habrá mayor impacto y resistencia a revelar el abuso. Por otra parte, las repercusiones físicas de la violencia sexual son el dolor, lesiones o infecciones en el área genital o anal, enfermedades de transmisión sexual (incluyendo VIH Sida), embarazos no deseados y otras consecuencias; Así mismo, se pueden presentar síntomas psicológicos como sentimientos de culpa, enojo, incredulidad, confusión, impotencia, baja autoestima, inseguridad, desconfianza,

deterioro laboral, social, escolar, ideación o intento suicida, entre otras cosas; igualmente, trastornos psiquiátricos como la depresión, ansiedad (trastorno por estrés posttraumático), trastornos del sueño, disfunciones sexuales (incluyendo aversión sexual y dolor genital recurrente o persistente asociado a la relación sexual), abuso o dependencia a alcohol y otras sustancias, entre otros.

Desde otro punto de vista, no todas las mujeres víctimas de violencia sexual pasan por consecuencias como las anteriormente nombradas, pues algunas mujeres llegan a romper con el ciclo de maltrato y desarrollan la resiliencia como un proceso de recuperación ante el evento traumático; de ahí la necesidad de conocer la definición de la palabra resiliencia, la cual según Lydia Salvador (2015) “desde hace algunos años, en el mundo de la psicología y el trabajo social se está trabajando el concepto de resiliencia que supone fijarse en las capacidades internas o externas que una persona puede tener o desarrollar para salir fortalecida de un proceso traumático”. En otras palabras, la resiliencia es la capacidad de superar y crecer favorablemente a pesar del sufrimiento o las circunstancias traumáticas vividas por una persona como la muerte de un ser querido, una enfermedad, un accidente, cualquier tipo de violencia, entre otros. Sin embargo, para poder desarrollar resiliencia en mujeres víctimas de violencia sexual es necesario desarrollar unos factores.

Por esta razón, los factores resilientes tenidos en cuenta en la presente investigación se dividen en cuatro categorías como lo es la resiliencia, la competencia emocional, social y proyecto de vida. Los cuales se tomaron como referencia de la teoría de Knight (2007) citado por Cabanyes (2010), el cual ha planteado la resiliencia como un estado que integra la competencia emocional, competencia social y orientación al futuro. De la misma manera, se logra identificar y establecer dichos factores mediante el análisis de tres entrevistas semiestructuradas a dos mujeres víctimas de violencia sexual, a un familiar cercano y un profesional experto en el proceso de intervención con dicha población.

Por último, en los resultados obtenidos se resaltan factores importantes como las redes de apoyo, en especial la familia y amigos cercanos de la víctima; también los grupos de ayuda con otras mujeres que en su momento fueron víctimas de violencia sexual, pero con el tiempo

lograron ser resilientes y dan testimonio de vida; igualmente, las fundaciones que capacitan a mujeres del departamento en algún arte u oficio para ser emprendedoras.

TÍTULO

Estudio De Caso Sobre Factores Asociados Al Proceso De Resiliencia En Dos Mujeres Víctimas De Violencia Sexual Entre Edades de 42 a 47 años.

Problema De Investigación

Planteamiento del problema

Según el Ministerio de Salud y Protección Social, Resolución Número 000459 (2012) “La violencia sexual es una problemática mundial que en las últimas décadas ha sido reconocida como una violación de los derechos humanos, sexuales y reproductivos que vulnera la dignidad humana, la integridad, libertad, igualdad y autonomía, entre otros. También, se constituye en una problemática de salud pública por su magnitud y las afectaciones que produce en la salud física, mental y social”. Teniendo en cuenta lo anterior, se debe reconocer que la violencia sexual es un agravante que interfiere en el adecuado proceso de desarrollo de una sociedad, pues en la mayoría de los casos afectan las poblaciones más vulnerables como los niños, adolescentes y mujeres.

De tal manera, la violencia sexual contra la mujer es un tema de trabajo trascendental en la actualidad, debido a su acelerado crecimiento de víctimas cada año; pues teniendo en cuenta las cifras obtenidas por medicina legal en el año 2017 hubo un total de 23.418 revisiones; además en el año 2018 se hicieron 26.059 exámenes (de los cuales el 85 por ciento fueron realizados a mujeres), lo que representó un aumento del 11,2 por ciento; aunque no todos esos registros resultan siendo casos comprobados de abuso sexual, según Medicina Legal sí son un termómetro de los graves casos de violencia sexual en Colombia (El Tiempo, 2019). Por tal razón, es importante analizar los factores asociados al proceso de resiliencia que han sido empleados por mujeres que fueron víctimas de violencia sexual, para superar el evento traumático y continuar con su vida sin ninguna afectación psicológica, emocional o social.

En definitiva, es importante identificar los factores de resiliencia con mayor impacto en la población víctima de violencia sexual para intervenir los efectos negativos en la salud mental, pues según Suárez (1995) citado por Losada y Latour (2012) define a la resiliencia como “una composición de factores que posibilitan a un ser humano enfrentar, superar las dificultades y desgracias de la vida, y edificar sobre ellos”. Es decir, cada persona tiene la capacidad de enfrentar, superar y construir sobre las dificultades que se le presente, mediante los factores que componen el proceso de resiliencia. Dichos factores de resiliencia se direccionarán según la teoría de Knight (2007) citado por Cabanyes (2010), el cual ha planteado un constructo tridimensional de la resiliencia que lleva a entenderla como un estado que integra la competencia emocional, competencia social y orientación de futuro. En definitiva, mediante la identificación de los factores asociados al proceso de resilientes, se logrará proponer una cartilla informativa que contribuya al proceso de intervención con la población víctima de violencia sexual.

Descripción del problema

Las Naciones Unidas (2017) definen la violencia contra la mujer como “todo acto de violencia de género que resulte o pueda tener como resultado un daño físico, sexual o psicológico para la mujer, inclusive las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la privada”. En efecto la violencia no trae consigo beneficios a la persona que lo recibe, sino que por el contrario incide en hechos lamentables para el desarrollo personal, académico, laboral, social y familiar de las víctimas, que pueden verse reflejados a corto o largo plazo.

Por otra parte, según, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2013) define la violencia sexual como: “todo acto sexual, la tentativa de consumir un acto sexual, los comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, o las acciones para comercializar o utilizar de cualquier otro modo la sexualidad de una persona mediante coacción por otra persona, independientemente de la relación de ésta con la víctima, en cualquier ámbito, incluidos el hogar y el lugar de trabajo”. Así mismo, la coacción puede abarcar el uso de grados variables de fuerza, intimidación psicológica, extorsión, amenazas (de daño físico o de no obtener un trabajo o una calificación, etc.); también puede haber violencia sexual si la persona no está en condiciones de dar su

consentimiento (cuando está ebria, bajo los efectos de un estupefaciente, dormida o mentalmente incapacitada).

En cuanto al Artículo 2 de la Ley 1257 De 2008, se define la violencia contra la mujer, como cualquier acción u omisión, que le cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual, psicológico, económico o patrimonial por su condición de mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, bien sea que se presente en el ámbito público o en el privado. Sin embargo, para interpretar el termino de violencia sexual de esta ley, se establecen la siguiente definición de “daño o sufrimiento sexual: consecuencias que provienen de la acción consistente en obligar a una persona a mantener contacto sexualizado, físico o verbal, o a participar en otras interacciones sexuales mediante el uso de fuerza, intimidación, coerción, chantaje, soborno, manipulación, amenaza o cualquier otro mecanismo que anule o limite la voluntad personal. Igualmente, se considerará daño o sufrimiento sexual el hecho de que la persona agresora obligue a la agredida a realizar alguno de estos actos con terceras personas”.

Además, según el Ministerio de Salud y Protección Social, Resolución Número 000459 (2012) las formas más frecuentes de violencia sexual son el abuso sexual, el asalto sexual y la explotación sexual comercial de niños, niñas y adolescentes; las cifras de las que se dispone evidencian solamente una parte de la realidad por el alto subregistro de los casos. Cabe resaltar, que muchas personas desconocen todas las situaciones que pueden ser consideradas como violencia sexual, puesto que creen que solo se limita al acto sexual violento del agresor hacia su víctima en contra de su voluntad; debido a esto y a otros factores como el miedo, la vergüenza y la falta de apoyo entre otras cosas, muchas mujeres no denuncian este tipo de abuso.

Es necesario recalcar que, las consecuencias de violencia sexual son graves, tanto inmediatas, como a largo plazo y según García y Cerda (2010) estas se relacionan con la duración y las modalidades de violencia sexual, pues entre más cercana sea la relación con los agresores (por ejemplo, padre, hermano u otro familiar) habrá mayor impacto y resistencia a revelar el abuso. Por otra parte, los efectos de la violencia sexual en la salud físicas son lesiones o infecciones en el área genital o anal, enfermedades de transmisión sexual, embarazos no deseados, entre otros; Así mismo, se pueden presentar síntomas psicológicos como sentimientos de culpa, enojo, baja autoestima, inseguridad, deterioro laboral, social, escolar, ideación o intento suicida, entre otros;

igualmente, trastornos psiquiátricos como la depresión, ansiedad (trastorno por estrés postraumático), trastornos del sueño, disfunciones sexuales, abuso o dependencia a alcohol y otras sustancias, entre otros.

Cabe mencionar, que algunas mujeres víctimas de violencia sexual han conseguido ser resilientes; pues según Fernández y Vásquez (2013) Menciona que la resiliencia “*consiste en cómo el ser humano es capaz de poder asimilar y poder mantener el estado emocional adecuadamente a pesar de las diferentes situaciones adversas que hayan vivido*”, mencionan que existen diferentes formas de poder desarrollar la resiliencia en las que algunas ciencias como la biología y la psicología agregan diversos aportes, por lo que el ambiente puede proporcionar aportes para apoyar en la situación que está viviendo la persona, así también como las diferentes relaciones con las demás personas como los amigos, la familia, centros educativos y sociales. Por esta razón, es importante estudiar los factores asociados al proceso de resiliencia en mujeres víctimas de violencia sexual, debido a la importante contribución al proceso de intervención y superación de eventos traumáticos.

Formulación del problema

¿Cuáles son los factores asociados al proceso de resiliencia en las mujeres víctimas de violencia sexual entre edades de 42 a 47 años?

Justificación

De acuerdo con el Boletín No. 16 de la Corporación Sisma Mujer (2018) el Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses (INML-CF) reportó sobre el comportamiento de la violencia sexual para los años 2017 al 2018 (enero - octubre) un incremento de 14,15% de mujeres víctimas al pasar de 16.814 casos reportados de enero a octubre de 2017, a 19.193 en el mismo periodo de 2018; esto significó que por lo menos cada 23 minutos una mujer fue agredida sexualmente durante 2018. Teniendo en cuenta las cifras anteriormente mencionadas, se da a conocer que desde hace muchos años la práctica cultural de Colombia se ha distinguido por actos centrados en la violencia, las cuales producen graves violaciones a los derechos humanos en diferentes situaciones, pero sin duda la violencia sexual ha generado más controversias en los

últimos años, por el aumento en las cifras reportadas cada año, teniendo en cuenta que dichas cifras sólo son un pequeño porcentaje de la verdadera problemática.

Se debe agregar que dentro del marco legal colombiano la violencia sexual se define como cualquier contacto, acto, insinuación o amenaza que degrade o dañe el cuerpo y la sexualidad de una niña, niño, adolescente, hombre o mujer y que atenta contra su libertad, dignidad, formación e integridad sexual; concepto que abarca cualquier daño o intento de daño físico, psicológico o emocional (Fiscalía General de la Nación, 2010). De modo, que la violencia sexual en todas sus manifestaciones constituye una de las más graves afectaciones a los derechos fundamentales de las personas. En cuanto a la violencia sexual, cabe resaltar que puede llegar a ser subestimada por muchas personas, debido a que se tiene la creencia que se presenta con mayor probabilidad en escenarios inseguros o situaciones de riesgo como lugares poco transitados, bares nocturnos, zonas de guerra, entre otros; sin embargo, no se tiene en cuenta escenarios como el hogar, centros educativos o religiosos, pero aún más mujeres que no denuncian y soportan dicho maltrato por años.

De tal manera, el presente proyecto se realiza con el fin de analizar los factores asociados al proceso de resiliencia que utilizan las mujeres víctimas de violencia sexual para comprender las estrategias que emplean al superar el evento traumático, según Lydia Salvador (2015) “desde hace algunos años, en el mundo de la psicología y el trabajo social se está trabajando el concepto de resiliencia que supone fijarse en las capacidades internas o externas que una persona puede tener o desarrollar para salir fortalecida de un proceso traumático”. Por lo anterior, es importante un estudio que identifique los factores asociados al proceso de resiliencia que emplean las mujeres sobrevivientes de la violencia sexual, como una estrategia favorable para el tratamiento y prevención de este problema, lo cual aporta líneas de acción encaminadas a reforzar estos factores en otras mujeres, e incluso incentivarlos desde la niñez.

Por consiguiente, según Quesada & Chacón (2003) “Los factores de resiliencia internos o externos: como la actitud para la solución de conflictos, nivel de autoestima, sentido del humor, espiritualidad o fé, preparación académica o técnica, formas de relación interpersonal y/o comunal, servicios institucionales, apoyo (familiar, institucional, comunal), independencia, iniciativa, creatividad”. Es decir, al demostrar la eficacia de los factores resilientes se pueden

contribuir a que las mujeres víctimas de violencia sexual rompan el ciclo de maltrato e inicien su proceso de recuperación ante los eventos traumáticos.

Este proyecto aporta a la comunidad la utilidad de los factores resilientes en el adecuado proceso de recuperación de las mujeres víctimas de violencia sexual para evitar los posibles efectos negativos en la salud mental como depresión, ansiedad, estrés postraumático, entre otras afectaciones; por tal razón, como menciona Antonia Errázuriz psicóloga y académica del Departamento de Psiquiatría (2018), apunta a que los esfuerzos deben dirigirse hacia fortalecer la resiliencia de los más jóvenes para prevenir el malestar psicológico y poder manejar y recuperarse de sus problemas de salud mental; debido a que, la resiliencia se puede implementar desde diferentes situaciones o contextos como la muerte de un familiar, lesiones por un accidente, situaciones de pobreza, diagnóstico de una enfermedad terminal o mental, entre otras.

En cuanto a los aportes de la presente investigación para la psicología se destacan diversos aspectos, primeramente, es fundamental para conocer los factores asociados al proceso de resiliencia que influyen en la superación personal y el bienestar de mujeres víctimas de violencia sexual, logrando proponer información necesaria para mejores procesos de intervención con la población afectada. Seguidamente es trascendental porque se conseguirá proponer los factores de resiliencia con mayor impacto en situaciones de violencia sexual por medio del diseño de una cartilla informativa que sirve como guía para los futuros profesionales en psicología. Por último, desde el ámbito personal, el favorecimiento en la carrera profesional debido al conocimiento que se adquiere con la búsqueda concreta en casos de violencia sexual, ya que estos en la actualidad presentan un mayor índice de afectación en la salud mental y el comportamiento individual de las víctimas, por tal motivo se genera aprendizaje enfatizados en nuevas estrategias psicológicas que fortalecen los factores asociados al proceso de resiliencia.

Objetivos

Objetivo general

Analizar los factores asociados al proceso de resiliencia por medio de un estudio de caso en dos mujeres entre edades de 42 y 47 años víctimas de violencia sexual, para el diseño de una

cartilla informativa sobre los factores resilientes que se presentan con mayor impacto en esta población.

Objetivos específicos

Identificar la presencia de las competencias emocionales, sociales, proyecto de vida y resiliencia a través de una entrevista semiestructura implementada a dos mujeres víctimas de violencia sexual que permita la indagación de factores resilientes desde la perspectiva de la víctima y de un familiar.

Establecer los factores resilientes de mayor impacto en víctimas de violencia sexual mediante una entrevista semiestructurada a un profesional con experiencia en el trato de dicha población, para el análisis de la percepción de víctimas, familiares y experto.

Proponer los factores de resiliencia de mayor impacto en situaciones de violencia sexual por medio del diseño de una cartilla informativa que sirva como guía para procesos de intervención con esta población.

Delimitación Y Limitaciones

El proyecto de grado será realizado únicamente a dos mujeres víctimas de violencia sexual que se encuentran en edades de 42 y 47 años.

La limitación encontrada es el tiempo disponible de las mujeres víctimas de la violencia sexual, de los familiares y del profesional experto que participen en las entrevistas semiestructuradas de la investigación.

Estado Del Arte

Para obtener soporte teórico sobre el tema se encontraron los siguientes antecedentes bibliográficos a nivel local, nacional e internacional que aportan teorías sobre el concepto de resiliencia, factores que determinan la motivación y la resiliencia en mujeres maltratadas, nivel de resiliencia en mujeres maltratadas por su pareja, calidad de vida, resiliencia e ideación suicida en adolescentes víctimas de abuso sexual, factores protectores frente a la violencia sexual,

también reacciones sociales ante la revelación de abuso sexual infantil y malestar psicológico en mujeres víctimas.

A nivel local y regional

Se encontró un proyecto de grado titulado “*factores que determinan la motivación y resiliencia en mujeres víctimas de la violencia intrafamiliar*”, realizado por Ortiz (2016) en Cúcuta, Norte de Santander. Este trabajo fue ejecutado, atendiendo la problemática referente a las denuncias constantes ante la fiscalía CAVIF de Cúcuta, por parte de mujeres víctima de violencia intrafamiliar. Por lo tanto, el objetivo general de este trabajo fue identificar factores motivantes en las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar, que generan resiliencia y mitigación en las consecuencias de la violencia; para ello, se utilizó un tipo de investigación cuantitativa de orden descriptivo, considerando una población de 200 mujeres y una muestra de 132 entre 20 y 35 años, que hubieran instaurado alguna denuncia por violencia intrafamiliar. Se obtuvo como resultados en estas mujeres un nivel bajo de motivación y de resiliencia, concluyendo que la violencia doméstica incide directamente en la estabilidad emocional y psicológica de las mujeres víctimas.

La anterior investigación aporta referentes teóricos con respecto a los conceptos y tipos de violencia, teorías y características de la resiliencia, así como las afectaciones psicológicas en las mujeres maltratadas; también permite conocer el estado emocional, las respuestas alternativas al comportamiento violento y la capacidad de resiliencia de las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar; de tal manera se logra identificar estrategias para el tratamiento de los casos de violencia intrafamiliar.

También, a nivel local se descubre un trabajo de grado titulado “*Las Vivencias De Una Persona En El Conflicto Armado Un Estudio De Resiliencia*”, realizada por Vargas, A. y Bohórquez, N. (2017) en Pamplona, Norte de Santander. La presente investigación tiene como propósito explorar por medio de una historia de vida, una entrevista y análisis documental la vida de una persona que ha sufrido violencia social por desplazamiento forzado. De allí surge una propuesta de resiliencia para personas que vivan situaciones similares; así mismo la metodología es cualitativa con un diseño descriptivo tipo exploratorio y de corte transversal, compuesto por

un análisis documental, historia de vida y entrevista a un experto. Considerando los aportes del previo trabajo de grado, podemos conocer las estrategias de afrontamiento, el desarrollo afectivo emocional, la confrontación de su autoestima, la autoconfianza, el autocontrol y su dimensión sexual, que utilizan las víctimas de desplazamientos forzados; simultáneamente se obtiene un amplio referente conceptual sobre resiliencia y estrategias para el desarrollo de esta.

A Nivel Nacional

Se encontró un estudio titulado: *Nivel De Resiliencia En Mujeres Maltratadas Por Su Pareja*, realizado por Estrada, K. y Tobo, M. (2011) en Bogotá D.C. El presente artículo de investigación presenta un estudio exploratorio, en el cual se observó el nivel de resiliencia de 236 mujeres maltratadas por su pareja, teniendo en cuenta la correlación entre el maltrato y el nivel de resiliencia. Con un diseño no experimental, participaron 236 mujeres de diferentes procedencias, en su mayoría de Bogotá y de Madrid (Cundinamarca), de 23 años o más, principalmente solteras y sin hijos; el 93% manifestaron haber sido maltratadas por su pareja de alguna forma y el 97% afirmaron ser resilientes. Al buscar la correlación entre maltrato en pareja y resiliencia, se encontró que es positiva; es decir que, a mayor maltrato en pareja, mayor nivel de resiliencia; esto significa que la experiencia de estas mujeres en sus relaciones de pareja y con historia de maltrato las ha llevado a desarrollar un aprendizaje positivo, volviéndose resilientes, o sea que buscan alternativas para que no se presente el maltrato.

El anterior antecedente proporciona una diversidad de términos teóricos como violencia, maltrato sexual y resiliencia, también se consiguen cifras que sustentan los tipos de maltrato que viven las mujeres por parte de su pareja, entre los cuales se encuentra la violencia o maltrato sexual con un porcentaje significativo; además, son relevantes los resultados obtenidos en el anterior estudio, puesto que demuestra una correlación positiva entre maltrato en pareja y la resiliencia; es decir la experiencia de maltrato genera un aprendizaje positivo y mayor nivel de resiliencia en las mujeres.

En continuidad con lo anterior se relaciona una investigación denominada “*Calidad de Vida, Resiliencia e Ideación Suicida en Adolescentes Víctimas de Abuso Sexual*”, realizada por Quiceno, J., Mateus, J., Cardenas, M., Villareal, D. Y Vinaccia, M. (2013) en Bogotá, D.C; cuyo

objetivo fue examinar las relaciones de la resiliencia y la ideación suicida con la calidad de vida en 50 adolescentes víctimas de abuso sexual de la ciudad de Bogotá, Colombia. El diseño fue ex post facto correlacional de corte transversal, los participantes cumplieron la escala (ARS), el inventario (PANSI) y el cuestionario (KIDSCREEN-52). El análisis de correlación mostró que la resiliencia se relacionaba negativamente con la ideación suicida y positivamente con la calidad de vida, y la ideación suicida se relaciona negativamente con la calidad de vida. En conclusión, la resiliencia es una variable protectora frente a los pensamientos sobre el suicidio y promueve la calidad de vida en los y las adolescentes víctimas de abuso sexual.

Teniendo en cuenta que los casos de violencia sexual que se aborda en la presente investigación, fueron vivenciados en la adolescencia de ambas víctimas, es necesario el anterior antecedente de investigación, porque ayuda a entender que el abuso sexual puede trascender y vulnerar la percepción de calidad de vida del niño o adolescente incluso hasta la vida adulta, por esta razón, la resiliencia es una variable protectora frente a los pensamientos sobre el suicidio y promueve la calidad de vida en los niños y los adolescentes víctimas de abuso sexual.

Siguiendo con los trabajos de investigación nacional se encuentra uno titulado “*Factores resilientes en mujeres maltratadas*”, realizado por Dania Guerrero (2016) en Bucaramanga; la cual fue abordada a través de un análisis histórico del concepto de resiliencia, en relación con el maltrato para al final identificar los factores resilientes que han abordado estos estudios. Para el desarrollo de esta investigación se utilizó la metodología de monografía de compilación y revisión bibliográfica, en la cual se revisó y estudió material bibliográfico creado entre el año 2003 y 2015; de esta forma, en la búsqueda de la evolución histórica del concepto de resiliencia se hallaron tres elementos que la definen que son: la invulnerabilidad, la adaptación y la transformación. Al investigar la relación entre la resiliencia y el maltrato la mayoría de los estudios conducen a investigaciones desarrolladas con mujeres. Se encontró que en el proceso de resiliencia los principales factores que intervienen son los “Factores Externos” y los “Factores Internos”, así como también los recursos personales, sociales y el apoyo social.

Teniendo en cuenta el anterior antecedente, se puede obtener un análisis histórico sobre el concepto de resiliencia recolectado en diferentes investigaciones durante 12 años de estudio; por lo tanto, se tiene en cuenta las teorías que se encuentran en la anterior investigación para

enriquecer de material teórico el estudio actual que se está realizando, logrando así conseguir bases teóricas solidas desde diferentes perspectivas como el concepto o significado, factores internos y externos de resiliencia.

Por otra parte, se encuentra una investigación titulada “*Factores protectores que constituyen un grupo de mujeres frente a la violencia de pareja, en el municipio de Arjona Bolívar, año 2017*”, Realizada por Rodríguez Mercedes en ciudad de Cartagena; la presente investigación se realizó desde un enfoque cualitativo, donde se pudo evidenciar en las mujeres las trayectorias de vida y los factores del contexto social y cultural que permitieron cambios significativos en su vida. De acuerdo con los resultados de la investigación los principales factores protectores que permitieron superar la violencia de pareja de las cuatro mujeres entrevistadas fueron los vínculos afectivos generados por personas cercanas a cada una de ellas como fue: los hijos, la familia de pareja agresora (suegra) y solo en un caso la madre. Sin embargo, encontraron en una organización no gubernamental las herramientas necesarias para reconocer la importancia del valorarse como mujer, el reconocimiento de sus derechos y la pertinencia de generar espacio de socialización de una problemática latente en su comunidad.

A Nivel Internacional

Se realizo una investigación de grado titulada “*Factores De Resiliencia En Mujeres Jefas De Hogar Víctimas De Violencia Intrafamiliar, Maltrato Y Abuso*”, realizado por Romero J. (2014) en Guatemala de la Asunción. La finalidad de la presente investigación fue determinar los factores resilientes que intervienen en las mujeres jefas de hogar víctimas de violencia intrafamiliar, maltrato y abuso que asisten al Proyecto Educativo Sagrado Corazón, P. Humberto Linckens; para ello el presente estudio se realizó desde el enfoque cualitativo, específicamente a partir del diseño fenomenológico, el cual se enfoca en las experiencias individuales subjetivas de los participantes. Además, se realizó una entrevista semiestructurada con una muestra de seis madres jefas de hogar en un rango de edad entre los 34 y 52 años, las cuales. Finalmente se concluyó que las mujeres que formaron parte de la investigación son resilientes, pues presentaron con mayor frecuencia características como habilidades sociales, sentido de vida, introspección, creatividad y belleza, espiritualidad, y sentido de propósito y futuro.

Por lo tanto, se tiene en cuenta esta investigación debido a los resultados que arroja, ya que mantiene la relevancia de los factores resilientes que se presentan en las mujeres víctimas de violencia, incluyendo en estas la de violencia intrafamiliar y/o abuso sexual, dando un aporte significativo al desarrollo de la investigación que se está llevando a cabo, ya que su contenido tiene como eje principal la resiliencia. Así también, está comprobado que los factores determinantes que se ven afectados ante cualquier presencia de violencia son aquellos en los que se ven relacionados las habilidades sociales, la autopercepción, entre otros.

Así mismo, otra investigación a nivel internacional realizada por: Haffejee, S. & Theron, L. (2017) La investigación tiene como título: *Resilience processes in sexually abused adolescent girls: A scoping review of the literature*. Basándose en una comprensión socioecológica de la resiliencia, el objetivo de esta revisión de alcance fue trazar un mapa exhaustivo de los estudios empíricos existentes sobre los procesos de resiliencia en niñas adolescentes abusadas sexualmente y resumir los nuevos factores habilitantes de la resiliencia; también se consideraron las implicaciones de los hallazgos para la práctica y la investigación, con un total de 11 artículos cumplieron los criterios para su inclusión en la revisión. Los resultados de estos estudios sugieren que los factores internos (es decir, la toma de conciencia, la orientación futura optimista, la agencia y el dominio) y los factores contextuales (entornos familiares, sociales y educativos de apoyo) funcionan de manera interdependiente para permitir la resiliencia de las adolescentes víctimas de abuso sexual.

Precedente al artículo mencionado, se adquiere un conocimiento sobre los factores internos y contextuales que funcionan en la resiliencia, así como referentes teóricos del tema de abuso sexual en adolescentes y se encuentran resultados satisfactorios sobre lo importante que son los procesos de intervención con una mayor participación de las entidades de apoyo estatales para fortalecer las normas sociales y culturales en cuanto al proceso de resiliencia; así mismo resalta la escasez de investigaciones centradas en los procesos de resiliencia de las adolescentes víctimas de abuso sexual, así como de la ausencia de métodos innovadores y participativos de recopilación de datos.

Mientras tanto en São Paulo, SP, Brasil se realiza una investigación denominada “*Conhecer o processo de resiliência em mulheres vítimas de violência sexual*” por el autor Fornari L (2017).

Método: Investigación exploratoria cualitativa, basada en el concepto de resiliencia, realizada con 12 mujeres víctimas de violencia sexual, en un Servicio Especializado y una Comisaría de la Mujer, en un municipio de Paraná, de septiembre de 2013 a febrero de 2014. Los resultados son el sentimiento de cuidado y responsabilidad promovió la movilización interna, el inicio del proceso de resiliencia, la presencia de personas dispuestas a escuchar sin juzgar permitió representar el trauma experimentado por los participantes, la reconexión con Dios y la reactivación de la fe proporcionaron estímulos para creer que la supervivencia era más relevante que ser una víctima. Consideraciones finales: la investigación proporcionó la construcción de conocimientos relacionados con la resiliencia de las mujeres víctimas de violencia sexual, y mostró la importancia de incorporar el tema en la atención de enfermería.

Siguiendo las investigaciones anteriores se encuentra una desarrollada por Noemí Pereda, y Laura Siciliab en España (2017), titulada “*Reacciones sociales ante la revelación de abuso sexual infantil y malestar psicológico en mujeres víctimas*” El objetivo de este trabajo es mostrar la relevancia de las reacciones sociales ante la revelación de abuso sexual infantil en el bienestar psicológico de 12 mujeres ($M = 37$ años; $DT = 10.51$), usuarias de un centro español de atención a víctimas. Los resultados muestran relaciones significativas entre las escalas de reacciones sociales relativas a egocentrismo, ayuda e información, distracción, control, tratar diferente y apoyo emocional y la mayoría de los síntomas psicopatológicos. Algunas de estas reacciones son confusas, ambivalentes, puesto que son entendidas como bienintencionadas tanto por la persona de apoyo como por la víctima, si bien tienen una importante relación con la presencia de síntomas psicopatológicos. Se subraya la necesidad de continuar con la investigación sobre la influencia de las reacciones sociales en el ajuste psicosocial de las víctimas de experiencias abusivas.

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos por esta investigación, da referencia a las relaciones sociales que las víctimas de violencia sexual pueden presentar después de haber sido violentadas sexualmente en el desarrollo de la infancia. Es así como estos determinantes de la conducta como la autoestima, egocentrismo, entre otras, se ven involucradas en los estilos de vida y como estas pueden afectar el bienestar personal y social en el diario vivir de los afectados. Es por esto que esta investigación ayuda al desarrollo del trabajo organizado, porque se

encuentras variables que determinan el control del fenómeno en una etapa desarrollo en la que más se presenta este tipo de acciones.

Por último, se encuentra una investigación que tiene como título: "*Resiliencia En Adolescentes Víctimas De Violencia Sexual*" realizada por Pivaral Kleidy (2015) en Quetzaltenango, Guatemala. La investigación tiene como objetivo determinar el nivel de resiliencia en las adolescentes víctimas de violencia sexual; por lo tanto, la muestra para realizar este estudio fue de 30 adolescentes víctimas de violencia sexual comprendidas entre las edades de 12 a 17 años del Juzgado de la Niñez y Adolescentes, y Adolescentes en conflictos con la ley penal de Mazatenango Suchitepéquez; utilizándose como instrumento de evaluación la prueba psicométrica Test de Resiliencia de Edith Henderson Grotberg y la boleta de opinión. Sin embargo, con base a los resultados las adolescentes más afectadas con violencia sexual son las que comprenden las edades entre 14 y 15 años, y son las que viven en el área urbana. Los victimarios en su mayoría son parte de la familia siendo ellos los padres, tíos, abuelos y primos.

Con base a los resultados se presenta una propuesta con el fin de apoyar el estado emocional y mantener un nivel de resiliencia para que las adolescentes puedan decidir en construir un futuro mejor con diferentes metas para salir adelante y ser mujeres de éxito. La propuesta consistió en: "Talleres para superar la violencia sexual en las adolescentes". De tal manera, se relaciona esta investigación con la importancia de tener en cuenta las etapas de desarrollo, con el fin de abordar correctamente las diferencias individuales de las víctimas de violencia sexual y tener en cuenta los resultados para una comparación y mejor comprensión de los que se recolecten en la investigación que se lleva a cabo. Así también identificar como el fenómeno presentado ante el desarrollo cotidiano de la vida para que la perspectiva al investigador sea más clara al momento de abordarlas.

Marco Teórico

En este apartado se da conocimiento acerca de las perspectivas teóricas que se encuentra estipuladas basadas en el proceso de resiliencia en mujeres víctimas de violencia sexual, por tal motivo se da división al marco teórico en cuatro capítulos, establecidos en las teorías y conceptualización de los temas a abordar; en el primer capítulo se encuentran los aspectos

relacionados con la violencia sexual, las consecuencias, tipos de violencia y fases de la violencia sexual; el segundo capítulo se tendrá en cuenta las bases teóricas de la resiliencia, factores asociados y sus aspectos generales; por otra parte, en el tercer capítulo, se encuentra el desarrollo del ciclo vital desde diferentes perspectivas teóricas; por último, en el cuarto capítulo, se encuentra las alteraciones psicológicas, físicas y conductuales que trae consigo la violencia sexual en las víctimas de este caso.

Capítulo I: Violencia Sexual

La violencia sexual se ha considerado como aquella que atenta contra la dignidad humana y el pudor que existe a nivel individual en cada persona, esto se da mediante actos sexuales como el exhibicionismo, tocamiento o hostigamiento sexual; de esta manera, dentro del marco legal colombiano la violencia sexual se define como cualquier contacto, acto, insinuación o amenaza que degrade o dañe el cuerpo y la sexualidad de una niña, niño, adolescente, hombre o mujer y que atenta contra su libertad, dignidad, formación e integridad sexual; concepto que abarca cualquier daño o intento de daño físico, psicológico o emocional (Fiscalía General de la Nación, 2010).

Definición. Según Colombia Legal Corporación (2018) “las diversas ramas de la investigación sobre este tema han elaborado una definición específica; por ejemplo, se encuentra un enfoque de abuso sexual desde la psicología, otro desde la sociología, la medicina, y también desde el punto de vista legal, este último es el que se abordara, debido a que de acuerdo con su planteamiento se estipulan las penas correspondientes. De tal manera, en el mundo del derecho, el abuso sexual, es una de las modalidades en las que puede ejercerse la violencia sexual sobre una persona. Por consiguiente, se habla de abuso cuando el victimario induce a la víctima hacia conductas sexuales simples o complejas, sin que la persona tenga posibilidad de negarse, ya sea debido a una manipulación psicológica o a una imposibilidad mental; teniendo en cuenta que las conductas simples pueden tratarse de caricias y proposiciones verbales, mientras que las conductas complejas son la penetración vaginal, anal u oral”.

Por otra parte, las Naciones Unidas (2017) definen la violencia contra la mujer como “todo acto de violencia de género que resulte, o pueda tener como resultado un daño físico, sexual o

psicológico para la mujer, inclusive las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la privada”. En efecto la violencia no trae consigo beneficios a la persona que lo recibe, sino que por el contrario incide en hechos lamentables para el desarrollo personal, social y familiar; en la mayoría de los casos de violencia contra la mujer se debe a que son una población vulnerable, pues aún en la actualidad muchas culturas las caracterizan como el sexo débil, por lo que deben obedecer y respetar al sexo masculino, así este vulnere sus derechos.

Según el Ministerio de Salud y Protección Social, Resolución Número 000459 (2012) “La violencia sexual es una problemática mundial que en las últimas décadas ha sido reconocida como una violación de los derechos humanos, sexuales y reproductivos que vulnera la dignidad humana, la integridad, libertad, igualdad y autonomía, entre otros. Se constituye en una problemática de salud pública por su magnitud y las afectaciones que produce en la salud física, mental y social”. De tal manera, la violencia sexual contra la mujer es un tema de trabajo trascendental en la actualidad, debido a su acelerado crecimiento de víctimas cada año; por esta razón es importante que en Colombia se tomen medidas de prevención ante esta problemática.

Así mismo la Organización Mundial de la Salud (2016) en su informe de violencia de pareja y violencia sexual contra la mujer menciona que existen factores de riesgo que se asocian a la ejecución de actos de violencia, otros a la victimización y otros factores a ambos, como los siguientes: Un bajo nivel de instrucción (autores de violencia sexual y víctimas de violencia sexual), la exposición al maltrato infantil (autores y víctimas), la experiencia de violencia familiar (autores y víctimas), el trastorno de personalidad antisocial (autores), el uso nocivo del alcohol (autores y víctimas), el hecho de tener muchas parejas o de inspirar sospechas de infidelidad en la pareja (autores) y las actitudes de aceptación de la violencia (autores y víctimas).

De la misma forma se pueden encontrar factores asociados concretamente a la violencia de pareja como los antecedentes de violencia (autores y víctimas), la discordia e insatisfacción marital (autores y víctimas) y las dificultades de comunicación entre los miembros de la pareja. Por otra parte, factores asociados individualmente a la violencia sexual como la creencia en el honor de la familia y la pureza sexual, las ideologías que consagran los privilegios sexuales del

hombre, la levedad de las sanciones legales contra los actos de violencia sexual, la divergencia de la mujer con respecto al hombre y la normalización de la violencia para solucionar los problemas están estrechamente vinculadas tanto a la violencia de pareja como a la violencia sexual ejercida por cualquier persona.

Según Perela (2010) menciona que: “La violencia de pareja y la violencia sexual son perpetradas en su mayoría por hombres contra mujeres y niñas. Sin embargo, el abuso sexual infantil afecta a niños y niñas; en los estudios internacionales realizados, aproximadamente el 20% de las mujeres y el 10% de los hombres refieren haber sido víctimas de violencia sexual en la infancia; igualmente, la violencia entre los jóvenes, que incluye la violencia de pareja, es otro gran problema”. Como lo menciona el autor, las mujeres no son las únicas afectadas por la violencia sexual, pues los hombres también sufren este tipo de violencia, aunque en ellos se presentan con mayor probabilidad en la infancia, pues es la etapa donde son más vulnerables.

Consecuencias. Garmendia (2011) en su artículo sobre la violencia en América Latina, menciona que, según un informe de la Organización Mundial de la Salud, para el año 2000 las cifras de muertes por causas violentas alcanzaron el 1'659,000 a nivel mundial. Estas cifras son hace 19 años, a las cuales hay que agregarles los conflictos bélicos que se han generado en estos últimos años, la guerra en Irak, la guerra fría que sigue en países del Medio Oriente, los ataques terroristas derivados de estos últimos. Otros problemas que menciona Garmendia (2011) es la dificultad para el acceso a la justicia de una gran parte de personas víctimas de violaciones a los Derechos Humanos. Lo anterior, se puede contextualizar en el conflicto interno que vive Colombia por más de cincuenta años con grupos ilegales como los frentes guerrilleros, paramilitares, carteles de narcotraficantes, bandas criminales, entre otros, donde se han cometido cantidades de delitos entre estos la violencia sexual, por lo que el gobierno desde hace muchos años trata de buscar soluciones a dichos conflictos.

En congruencia con lo anterior y teniendo en cuenta que la mayoría de los casos de violación que se presentan es en la etapa de la niñez y adolescencia, Rodríguez de la Cruz, habla de la violencia sexual o el abuso sexual contra niñas y niños, lo cual la denomina como “toda actividad sexual que un adulto o adulta impone ya sea con engaños, chantaje o fuerza a una persona que no tiene madurez mental o física para entender de lo que se trata. Se presenta en

varias formas: desde las palabras insinuantes, caricias, besos, manipulación física y exhibición de los órganos sexuales, hasta la violación”. Entendiendo así que la violencia sexual es un acto que atribuye a un acto físico forzado, atropello contra la moral, atacando la dignidad humana; siendo este un delito donde se enmarca la penalidad al agresor y se lucha por la salud física y psicológica de la víctima.

Tipos De Violencia Sexual. De acuerdo con los estudios realizados por la Organización Mundial de la Salud (OMS), se han encontrado los diferentes tipos de violencia sexual en contra de la mujer, a raíz de los resultados obtenidos por la OMS determinan cuales son estos factores. Por consiguiente, dentro de los factores que se relacionan son:

La Violencia Sexual Infligida Por La Pareja. Generalmente los datos obtenidos por investigaciones realizadas se demuestran que las violencias sexuales se presentan mayormente en la infancia y por agresores que no son conocidos para la víctima. En este caso la violencia sexual esta perpetrada por la pareja sentimental de la víctima, quien también añade la violencia física, generando consigo un desequilibrio en el estado emocional lo cual hace que los factores de riesgo psicológicos se puedan ver afectados a lo largo de la vida. En congruencia con lo anterior, la OMS arroja los resultados de un estudio en el cual se demuestra la implicación de la violencia sexual en la mujer realizada por su pareja; la prevalencia en el curso de la vida de violencia sexual de pareja informada por mujeres de 15 a 49 años en el Estudio multipaís de la OMS variaba entre 6% en Japón y 59% en Etiopía, con tasas de 10% a 50% en la mayoría de los entornos. Un análisis comparativo de las encuestas realizadas en América Latina y el Caribe encontró que las tasas de violencia sexual infligida por la pareja fluctuaban entre 5% y 15%.

Algunos datos nuevos sobre la prevalencia de violencia sexual infligida por la pareja se basan en información aportada por los agresores. Por ejemplo, en una encuesta transversal en una muestra aleatoriamente seleccionada de hombres en Sudáfrica, 14,3% de estos dijeron haber violado a su actual o anterior esposa o novia. Es decir, las acciones perpetradas por la pareja de la víctima, en su mayoría no son denunciadas ya sea por temor al rechazo de la denuncia debido a que esta puede ser “poco creíble”, a una mayor amenaza contra la vida y/o contra los familiares que apoyen la iniciativa de denunciar los hechos y que no se sigan presentando.

Violencia sexual por personas que no son la pareja. En este tipo de violencia son pocas las investigaciones que arrojen resultados en los cuales las mujeres con pareja sean violadas por desconocidos. En el Estudio multipaís de la OMS, entre 0,3% y 12% de las mujeres dijeron haber sido forzadas, después de los 15 años, a tener relaciones sexuales o a realizar un acto sexual por alguien que no era su pareja. La mayoría de los estudios indican que es probable que las mujeres conozcan a sus agresores (por ejemplo, en 8 de cada 10 casos de violación en los Estados Unidos). La encuesta más reciente de prevalencia de violación en Sudáfrica reveló que más de uno de cada cinco hombres dijeron que habían violado a una mujer que no era su pareja (es decir, una desconocida, una conocida o una integrante de la familia), mientras que uno de cada siete señaló que había violado a su actual o anterior pareja.

La violencia sexual es también común en situaciones de crisis humanitaria en particular durante conflictos y después de ellos, pero, debido a sus características específicas. Es así como la violencia sexual no discrimina grupo social, etnia o estrato socioeconómico, en pocas palabras estas acciones van dirigidas a cualquier individuo que se encuentre en situación de vulnerabilidad, sobre todo aquellas que no encuentran en sus redes de apoyo la atención necesaria en estos casos de violencia sexual, se puede decir que no solo son mujeres que ya tienen una pareja sentimental y que les queda difícil denunciar en su mayoría por temor a la pérdida de su actual pareja y al rechazo de la sociedad debido a los prejuicios sociales; en esto también se encuentran involucrados niños, niñas y adolescente que en la mayoría de los casos son los más perjudicados.

Iniciación sexual forzada. Según la Organización mundial de la salud, la primera relación sexual de una proporción sustancial de mujeres jóvenes ha sido forzada; los datos sugieren que, cuanto menor sea la edad de las mujeres en la ocasión de la primera relación sexual, mayor será la probabilidad de que esa relación haya sido forzada. En el estudio multipaís de la OMS, las tasas de mujeres que informaron que su primera relación sexual había sido forzada variaron entre menos de 1% en Japón y casi 30% en zonas rurales de Bangladesh. En estudios realizados tanto con hombres como con mujeres, la prevalencia de violación o de coacción sexual comunicada era mayor entre las mujeres. En Lima, Perú, por ejemplo, el porcentaje de mujeres jóvenes que informaron que su iniciación sexual había sido forzada (40%) era cuatro veces más alto que entre los hombres (11%).

Además, en las encuestas en que se pregunta a las mujeres sobre una iniciación sexual “no deseada” se suelen encontrar tasas varias veces más altas que las correspondientes a una iniciación “forzada”, con esto se concluye que las mujeres se encuentran vulnerables en cualquier circunstancia ante la violencia o abuso sexual, ya que en su mayoría han tenido prevalencia en acceder de manera forzada a peticiones por sus parejas sentimentales, vecinos, desconocidos, familiares, entre otros, que en ocasiones se aprovechan de la confianza que la víctima tiene ante el individuo para acceder de manera carnal y que en ocasiones la víctima guarde silencio por medio de amenazas que atentan contra el bienestar psicológico.

Violencia sexual en la niñez. Según la Ley 1146 de 2007 “La violencia sexual contra niños, niñas y adolescentes comprende todo acto o comportamiento de tipo sexual ejercido sobre ellos, utilizando la fuerza o cualquier forma de coerción física, psicológica o emocional, aprovechando sus condiciones de indefensión, desigualdad y las relaciones de poder existentes entre víctima y agresor”; asimismo, la violencia sexual se presenta de muchas formas, todas con graves consecuencias. Por eso es importante que se reconozcan sus diferentes manifestaciones: Abuso sexual: El niño, niña o adolescente es tocado (a), acariciado (a) o besado (a) indebidamente o involucra aprovechamiento por la edad, condición de discapacidad o incapacidad preexistente; violación o asalto sexual: Acceso carnal violento (el victimario (a) utiliza la violencia física, fuerza o amenaza); explotación sexual: El niño, niña o adolescente es utilizado con fines sexuales por otra persona, recibiendo la víctima o un tercero (a) pago en dinero o especie.

Así mismo, teniendo en cuenta las investigaciones realizadas por la Organización Mundial de la Salud (OMS), el abuso o violencia sexual dirigido en contra de los niños se establece como investigaciones difíciles de resolver, debido a que existen prejuicios sociales determinantes que imposibilitan generar resultados ante estos, ya que en su mayoría los que están a cargo de los niños se rehúsan a denunciar y dejan de un lado la responsabilidad de hacer valer los derechos de los menores porque en ocasiones quienes cometen la falta son personas cercanas a su núcleo familiar y en ocasiones parejas sentimentales que por temor a perderlos prefieren castigar al menor y hacer caso omiso de a las acciones perpetradas. En congruencia con lo anterior, la OMS atribuye que dentro de los retos metodológicos se incluyen, por ejemplo, la variación de las definiciones de lo que constituye “abuso” y lo que se considera “niñez” y la cuestión de si se deben tener en cuenta las diferencias de edad o de poder entre víctima y victimario.

Cabe resaltar que dentro de las indagaciones que la OMS en el 2004 pudo efectuar, se calculó que la prevalencia mundial de victimización sexual en la niñez era de alrededor de 27% entre niñas y de aproximadamente 14% entre niños varones, más específicamente, esa revisión encontró que la prevalencia media de abuso sexual en la niñez informada por mujeres era de alrededor de 7% a 8% en estudios realizados en América del Sur, América Central y el Caribe, así como en Indonesia, Sri Lanka y Tailandia. La prevalencia estimada llegaba a 28% en partes de Europa oriental, la Comunidad de Estados Independientes, la región de Asia y el Pacífico y África del Norte.

En general, fue más común el abuso sexual de niñas que de niños varones; sin embargo, estudios recientes en Asia han descubierto que los niños varones son tan afectados como las niñas. En el 2009, en una muestra nacional representativa de 1.242 niñas y mujeres de 13 a 24 años en Swazilandia se encontró que 33,2% de las entrevistadas informaron haber sufrido algún incidente de violencia sexual antes de los 18 años. En ese estudio, los agresores más comunes en el primer incidente eran hombres o muchachos vecinos, novios o esposos de la entrevistada; con mayor frecuencia, el primer incidente había tenido lugar en el hogar de la entrevistada y se trataba de violencia sexual de pareja o violencia sexual en citas amorosas.

Acoso y violencia sexuales en escuelas y lugares de trabajo. Siguiendo con la serie de investigaciones que la OMS realiza acerca de la violencia sexual en mujeres, determina este apartado en el que se identifica que las víctimas en algún momento de su vida son coaccionadas a realizar actos sexuales por parte de compañeros de trabajo y escuelas, profesores o docentes que utilizan su cargo para satisfacer sus necesidades; estos actos se ha precisado que son realizados en baños, salones de clase, oficinas de trabajo, entre otras; se aclara que esta violación no solo conlleva a un acto donde existe penetración, sino que incluye todo acto sexual como el manoseo, el roce de las partes genitales, vocabulario incitando a la realización de actos sexuales, acoso sexual, e inclusive “piropos” que están determinados como palabras soeces que atentan contra la dignidad de la persona.

Descrito lo anterior, la OMS integra los resultados de dichas investigaciones las cuales arrojan por ejemplo que en las escuelas primarias del distrito de Machinga, en Malawi, las alumnas dijeron haber sufrido diversos tipos de acoso y abuso sexuales en la escuela, incluidos

comentarios sexuales (7,8%), tocamientos sexuales (13,5%), “violación” (2,3%) y relaciones sexuales “coaccionadas o no deseadas” (1,3%). Ese mismo estudio descubrió que docentes de 32 de las 40 escuelas dijeron haber conocido a un profesor varón de su escuela que había propuesto relaciones sexuales a un estudiante, mientras que docentes de 26 de las 40 escuelas informaron que un profesor varón de su escuela había embarazado a una estudiante.

Como ejemplo de un entorno de ingresos altos, en un estudio nacional representativo (en línea) de estudiantes de escuelas medias y secundarias de los Estados Unidos se descubrió que la mayoría de las 1.002 niñas encuestadas dijeron haber sufrido alguna forma de acoso sexual en la escuela durante el año escolar 2010-2011 (p.18). Las investigaciones sobre acoso sexual en el lugar de trabajo están en sus comienzos, pero los estudios iniciales indican que el problema está muy difundido, especialmente porque más mujeres se incorporan a la fuerza laboral; las encuestas han revelado que de 40% a 50% de las mujeres en la Unión Europea informan sobre alguna forma de acoso o comportamiento sexuales no deseado en el lugar de trabajo.

Capítulo II: Resiliencia

Dado que la presente investigación aborda los factores resilientes en mujeres víctimas de violencia sexual, es importante indagar diferentes aportes teóricos sobre el concepto de resiliencia y todos los procesos asociados a esta capacidad, la cual se utiliza como estrategia de resistencia, adaptación y transformación positiva ante situaciones de adversidad o traumáticas; de esta manera la resiliencia en la actualidad ha tenido grandes avances teóricos debido a los beneficios obtenidos en el estado emocional, interpersonal y social de un sujeto. A continuación, se encontrará definiciones teóricas sobre la resiliencia, factores asociados a esta capacidad y las características de las personas resilientes.

Definición. Es importante conocer diferentes aportes teóricos sobre el concepto de resiliencia y todo lo referente a esta capacidad, por lo tanto, según Grotberg (1995) citado por Salvador (2015) la resiliencia es *“la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, aprender de ellas, superarlas e inclusive, ser transformados por estas”*; también dice que *“la resiliencia forma parte del proceso evolutivo y debe promoverse desde la infancia”*. Teniendo en cuenta lo anterior, el ser humano a través de un proceso evolutivo adquiere

capacidades de dominio ante situaciones adversas que amenazan su integridad, pero sin duda esta capacidad requiere de un proceso de aprendizaje desde temprana edad, para lograr sobrepasar y modificar las adversidades que se presentan a diario.

En otras palabras, Luthar y Cushing (1999, p. 543) citado por Garcia y Dominguez (2013) definen la Resiliencia como *“un proceso dinámico que tiene como resultado la adaptación positiva en contextos de gran adversidad”*; esta definición distingue tres componentes esenciales que deben estar presentes en el concepto de resiliencia: la noción de adversidad o amenaza al desarrollo humano, la adaptación positiva de la adversidad y el proceso que considera la dinámica entre mecanismos emocionales, cognitivos y socioculturales. Es decir, la resiliencia es un proceso activo que trae consigo tres esenciales componentes como lo es el conocimiento de dificultad o daño al desarrollo del ser humano, la adaptabilidad optimista a la situación de dificultad y el desarrollo entre componentes emocionales, cognitivos y socioculturales.

Por otra parte, como lo menciona Estrada y Tobo (2011) los seres humanos son seres dinámicos por lo cual su autoconcepto y autoestima se mantienen en constante cambio, de igual forma la resiliencia se reconoce como un proceso transformador que depende de la capacidad de cada persona para lograr superar las diferentes adversidades de una forma más rápida o lenta; sin embargo, para llegar a conseguir un adecuado desarrollo de resiliencia se requiere contar con las redes de apoyo de cada persona, pues estas serán las que facilite o detenga el proceso.

Por otra parte, Rutter (1990), tomó el término de *“la física, denotando la capacidad de un cuerpo de resistir, ser fuerte y no deformarse; adaptado al ser humano, resiliencia es la capacidad de prevalecer, crecer, ser fuerte y hasta triunfar a pesar de las adversidades”*. Posteriormente, el término fue adoptado por las ciencias sociales para caracterizar a aquellas personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos (Rutter, 1990 en Quispe y Vera, 2017). De este modo, el concepto de resiliencia en el ser humano llega a ser comparado con la capacidad de un cuerpo de ser resistente, pero la clave para comprender los procesos que realiza una persona en momentos de riesgo o vulnerabilidad, es demostrando a través del crecimiento y la fortaleza individual para lograr el éxito manteniéndose psicológicamente sano.

Según García y Domínguez (2013) el enfoque de la resiliencia surge a partir de los esfuerzos por entender las causas de la Psicopatología, estos estudios demostraron que existía un grupo de infantes que no desarrollaban problemas psicológicos a pesar de las predicciones de los investigadores e investigadoras (Masten, 2001; Grotberg, 1999). El primer paso fue asumir que estos niños y niñas se adaptaban positivamente debido a que eran “invulnerables” (Koupernik, en Rutter, 1991); es decir, podían “resistir” la adversidad; el segundo paso fue proponer el concepto de Resiliencia en vez de “invulnerabilidad”, debido a que la resiliencia puede ser promovida, mientras que la invulnerabilidad es considerada un rasgo intrínseco del individuo (Rutter, 1991).

Debido a los resultados obtenidos en numerosas investigaciones realizadas desde hace algunas décadas en poblaciones vulnerables, se logra conocer los beneficios que trae consigo el proceso de resiliencia en diversas poblaciones y el reconocimiento del concepto de resiliencia como un proceso interno de cada ser humano, que puede ser promovido desde los primeros años de vida para garantizar una mejor actitud positiva, proactiva, emotiva y asertiva ante situaciones de riesgo.

También, Cordero y Teyes (2016) mencionan que la resiliencia *“Es la capacidad de evolucionar favorablemente a pesar del sufrimiento y, a veces, la capacidad de sacar partido de ese sufrimiento”*; por tal motivo es un proceso que busca encontrar estrategias de adaptación y con la posibilidad de mentalización, reforzar las competencias individuales y por último ayuda terapéutica que aliente a la víctima a desarrollar capacidades resilientes, sobre todo en los meses posteriores de la situación que generó conflicto; pues en efecto, las posibilidades de resiliencia comienzan a surgir en mediano plazo.

En cuanto a como lo plantea Clark (1999) citado por Garcia y Dominguez (2013) desde una perspectiva cognitivista, los seres humanos construimos “entornos de diseño”, en los que la razón humana es capaz de superar el cerebro biológico en tanto interactúa con un mundo complejo, tanto de estructuras físicas como sociales. Teniendo en cuenta lo anterior, se podría decir que las relaciones con el contexto que le rodea pueden en algunas situaciones restringir, pero también impulsan procesos como afrontamiento a situaciones críticas, manejo de estrés, toma de decisiones, motivación, entre otras.

Por último, la resiliencia distingue dos componentes: la resistencia frente a la destrucción como la capacidad de proteger la propia integridad bajo presión y más allá de la resistencia, es la capacidad de forjar un comportamiento vital positivo pese a circunstancias difíciles (Vanistendael, 1994 en Quispe y Vera, 2017). De esta forma se caracteriza la diferencia de situaciones en las que puede verse involucrada la resiliencia, en las cuales ambas se presentan en ocasiones de adversidad, pero con distinta perspectiva como lo es la protección de integridad propia en estado de presión y el comportamiento optimista ante situaciones difíciles.

Factores asociados a la resiliencia. Para la presente investigación se tiene presente la siguiente teoría de Knight (2007) citado por Cabanyes (2010), el cual ha planteado un constructo tridimensional de la resiliencia que lleva a entenderla como “*un estado (¿qué es y cómo identificarla?), una condición (¿qué se puede hacer sobre ella?) y una práctica (¿cómo llegar a ella?)*”, de esta forma la resiliencia como estado integra la competencia emocional, competencia social y orientación de futuro. De esta manera, la competencia emocional se encuentra conformada por el autoconcepto positivo, la autonomía, el sentido del humor y el autocontrol emocional como determinante en la resiliencia; igualmente la competencia social quedaría definida como la habilidad de establecer relaciones sociales estables mediante la comunicación asertiva, sentido de pertenencia y empatía. Por último, la orientación al futuro es un importante elemento de la resiliencia debido al significado de la vida con un enfoque optimista que se maneja en la resolución de problemas y la adaptación ante situaciones adversas.

Cabe mencionar que en la presente investigación se abordara la categoría de orientación hacia el futuro desde el concepto de proyecto de vida, el cual se distinguiría por su carácter anticipatorio, modelador y organizador de las actividades principales y del comportamiento del individuo, lo que contribuye a delinear los rasgos de su estilo de vida personal y los modos de existencia característicos de su vida cotidiana en todas las esferas de la sociedad (D'Angelo, 2002; Serrano, 2004). De esta manera se busca evaluar las capacidades, expectativas, decisiones, conductas y estilos de vida que emplean las mujeres víctimas de violencia sexual, para cumplir su proyecto de vida, siendo este un agente motivacional y de esperanza para superar el evento traumático, logrando el proceso de resiliencia.

Por otra parte, Zuazua (2007) describe el proyecto de vida como una imagen poderosa que motiva todos los días a buscar la plenitud, teniendo en cuenta los anhelos, o la falta de ellos y los proyectos personales que se establecen, los cuales dan esperanza a como se debe afrontar el futuro. Para el anterior autor el proyecto de vida sirve como proceso de visualización y guía, para encontrar la satisfacción personal mediante la planificación de estrategias que ayuden a dar cumplimiento a las expectativas, objetivos o metas que se propone el individuo, mediante un carácter positivo en el contexto personal, laboral, familiar y social.

Sin embargo, Lawton, Moss, Winter and Hoffman (2002) hablan del constructo proyecto personal, que es entendido como parte de un sistema motivacional abierto, en el cual la posición social, la capacidad cognitiva, la salud física y la salud mental son partes integrantes del mismo y que interactúan entre sí y son interdependientes. En otras palabras, la construcción del proyecto de vida se ve influenciado por componentes de un sistema motivacional el cual se basa en la integración y bienestar de la competencia cognitiva, psicosocial, la salud física y mental, para generar resultados satisfactorios en el cumplimiento de metas y expectativas.

Por lo que se refiere a conocer los factores asociados al proceso de resiliencia, es necesario iniciar abordando las cualidades de la resiliencia individual (basado en Erikson, 1989; Wolin, 1993; Melillo, 2002, citados en Forés y Grané, 2008; Grotberg, 2006 en Salvador 2015) las cuales serían:

La confianza. De la persona en sí misma y en los demás, es la base de los otros pilares y la clave principal para promover la resiliencia.

La autoestima consistente y la identidad. Reconocer los propios logros y aceptarse a una misma.

La introspección, reflexión y sentido crítico. Preguntarse, conversar con una misma y darse una respuesta honesta.

La independencia y autonomía. Saber fijar límites entre una misma y el medio con problemas. También sería la capacidad de mantener la distancia emocional y física.

La capacidad de relacionarse. Se trata de la habilidad para establecer vínculos e intimidad con otras personas, se debe equilibrar la propia necesidad de afecto con la actitud de darse a los demás.

La iniciativa y aplicación. Sería disfrutar de exigirse y ponerse a prueba con actividades accesibles, aunque cada vez más exigentes y llevarlas a la práctica.

El sentido del humor y las emociones positivas. Permiten evitar sentimientos negativos y soportar situaciones desagradables.

La creatividad. La capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden serviría para integrar todo lo que ha pasado.

Considerando lo anterior, se puede conocer los factores asociados al proceso de resiliencia que se han venido identificando a través de los años en muchas investigaciones, los cuales son fundamentales para incentivar la adquisición y el fortalecimiento de la resiliencia en el ser humano ante situaciones difíciles o eventos traumáticos; desde entonces se conseguirá en la persona un autoconocimiento, autocontrol en las emociones negativas, manejo en habilidades sociales, motivación, empatía y estrategias de resolución de conflicto.

Desde otra perspectiva para Cabanyes (2010) la resiliencia puede ser modulada por factores de riesgo y de protección; de esta forma los factores de riesgo representan las variables personales y del entorno como (baja autoestima y violencia intrafamiliar) que aumentan la probabilidad de respuestas negativas en las situaciones adversas. Por su parte, los factores de protección son el conjunto de variables, del sujeto y del contexto como (el autoconcepto y el afecto de la familia) que potencian la capacidad de resistir a los conflictos y de manejar el estrés; el efecto de estos factores se manifiesta cuando el riesgo está presente, actuando como compensadores (modulación, disminución o eliminación).

Pero según el aporte teórico de González y Pardo (2007) entre estos factores protectores destaca a nivel individual las altas habilidades verbales, la existencia de una figura de referencia o apoyo y la capacidad de establecer pautas conductuales orientadas a la obtención de metas mediante la realización de planes concretos. Al margen de estos condicionantes individuales, e

incidiendo directamente en la resiliencia ante una agresión sexual, debe considerarse que la identificación de esta situación traumática por las estructuras sociosanitarias, con establecimiento de intervenciones terapéuticas tempranas, actúa como elemento protector.

Sin embargo, para Cabanyes (2010) la familia tiene un notable papel en la elaboración de la capacidad resiliente de sus miembros al tiempo que se habla de resiliencia de la propia familia desde un planteamiento marcadamente interactivo en el que la resiliencia de los miembros más relevantes contribuye a la capacidad de la familia de afrontar adecuadamente, con unión y afecto, las situaciones adversas. Dado que entre los factores familiares que configuran la resiliencia de la familia destacan la visión positiva, el sentido espiritual, la comunicación y el acuerdo entre sus miembros, la flexibilidad, el tiempo familiar y de compartir diversiones y la existencia de normas y rutinas.

Características de las personas resilientes. Según Villalba (2004) citado por Quispe y Vera (2017), características propias de los niños resilientes: Aptitudes físicas e intelectuales, autoeficacia, autoestima, introspección, metas y aspiraciones, sentido de humor y creatividad, perseverancia, empatía, iniciativa, autonomía y moralidad. Considerando, las características interpersonales como las relaciones significativas con otros, saber mantener su red social, restablecer la autoestima y asertividad. Posteriormente, las características familiares como calidad en la crianza y educación, flexibilidad, bajos niveles de conflictos y colaboración. Por último, las características del ambiente y socioculturales como ambientes seguros, apoyo social, acceso a recursos comunitarios educativos y de ocio.

Lo dicho hasta aquí supone que las personas resilientes llevan consigo características propias que las distinguen como la autoestima, la asertividad en sus relaciones con otros, calidad en la educación familiar, bajos niveles de conflicto, adaptabilidad al cambio, contextos seguros, ayuda social como recursos comunitarios educativos y recreativos. De igual forma las características resilientes presentes en cada persona pueden ir modificándose a lo largo del tiempo, pues se considera como un proceso que dura toda la vida, el cual va atravesando fases de adquisición, de mantenimiento y de progreso o incluso de disminución o de pérdida.

Desde el enfoque de la psicopatología evolutiva (Luthar, 2006; Luthar et al., 2000; Masten, 2001; Rutter, 2000 en Garcia y Dominguez, 2013) se han descrito algunas de las características de la Resiliencia relacionadas, tanto con dimensiones de la personalidad como con un buen desarrollo competencial: buena inteligencia, temperamento fácil, tener control sobre lo que ocurre, alta autoestima y autoeficacia, búsqueda de apoyo social, humor y optimismo vital, afrontamiento adecuado de los problemas, buena gestión de la autonomía personal como tener iniciativas, tomar decisiones y tener un proyecto de vida, lo que requiere, a su vez, una planificación efectiva, capacidad de entusiasmo, motivación e interés por las cosas.

Cabe mencionar también, las fuentes interactivas de la resiliencia de acuerdo con Grotberg (1997) citado por Romero (2014), para hacer frente a las adversidades, superarlas y salir de ellas fortalecido o incluso transformarlo, son cuatro fuentes o recursos internos que se visualizan en las expresiones verbales de los sujetos con características resilientes que son:

“Yo tengo”. En mi entorno social, el cual se refiere a las personas alrededor en quienes se confía y que son incondicional, las que ponen límites para que aprenda a evitar los peligros, personas que muestran por medio de su conducta la manera correcta de proceder, que quieren que aprenda a desenvolverme solo y que ayudan cuando estoy enfermo o en peligro, o cuando necesito aprender.

“Yo soy y yo estoy”. Hablan de las fortalezas intrapsíquicas y condiciones personales, las cuales se refiere a alguien por quien los otros sienten aprecio, cariño y feliz, cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mi afecto; siendo respetuoso con mí mismo y con el prójimo. En cuanto al “estoy” hace referencia a lo dispuesto que estoy para responsabilizarme de mis actos, seguro de que todo saldrá bien.

“Yo puedo”. El cual concierne a las habilidades en las relaciones con los otros, se refiere al hablar sobre cosas que me asustan o me inquietan, buscando la manera de resolver mis problemas, teniendo control cuando tengo ganas de hacer algo peligroso o que no está bien; buscar el momento apropiado para hablar con alguien o actuar y encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito.

Capítulo III: Ciclo Vital

El ciclo vital es el desarrollo del individuo a nivel global, desde antes de su nacimiento hasta la muerte, atendiendo aquellos aspectos que intervienen en los procesos que determinan la vida; de esta manera uno de los autores más influyentes en el tema ciclo vital es Erikson (2000) el cual propone un punto de vista en el que el ciclo vital se observa como una consecución de encrucijadas en las que el individuo tendrá que afrontar ciertos compromisos y demandas de la sociedad (citado en Sancho, 2017). De este modo, el individuo pasará por un proceso de desarrollo donde tendrá que enfrentarse a ciertas situaciones o conflictos de su etapa, fomentando la expansión del yo que lo llevaran al desarrollo de competencias vitales para la superación de la siguiente etapa, o por el contrario se originará el estancamiento que dificultará la superación de futuros conflictos.

Basado en la experiencia humana y en los estudios antropológicos, Erikson (1998) dice que la existencia de un ser humano depende, en todos los momentos, de tres procesos de organización complementarios: a) el proceso biológico: que envuelve la organización jerárquica de los sistemas biológicos, orgánicos y el desarrollo fisiológico; b) el proceso psíquico: que envuelve las experiencias individuales en síntesis del 'yo', los procesos psíquicos y la experiencia personal y relacional; c) el proceso ético social: que envuelve la organización cultural, ética y espiritual de las personas y de la sociedad, expresadas en principios y valores de orden social. En cualquier abordaje clínico, formativo o educacional, estos procesos están integrados unos con otros, facilitando que por diferentes métodos puedan ser estudiados como tensión somática, psíquica o social.

Principales características en el desarrollo de las etapas del ciclo vital. según Papalia, Feldman y Martorell (2012, p. 6,8,9) los científicos del desarrollo estudian tres ámbitos principales: físico, cognoscitivo y psicosocial; por lo cual, el crecimiento del cuerpo y el cerebro, las capacidades sensoriales, las habilidades motoras y la salud son parte del desarrollo físico; el aprendizaje, atención, memoria, lenguaje, pensamiento, razonamiento y creatividad conforman el desarrollo cognoscitivo y las emociones, personalidad y relaciones sociales son aspectos del desarrollo psicosocial. Cabe resaltar que cada aspecto del desarrollo afecta a los demás; así como lo señala un investigador: "Nuestro cerebro funciona mejor, nuestro razonamiento es más agudo,

nuestro ánimo es más luminoso y nuestra vulnerabilidad a las enfermedades disminuye si estamos en buena condición física” (Diamond, 2007, p. 153; citado en Papalia, Feldman y Martorell, 2012, p. 6). Por lo tanto, es importante conocer las siguientes etapas del desarrollo humano:

Prenatal (concepción al nacimiento). En el desarrollo físico se produce la concepción por fecundación natural o por otros medios, la dotación genética interactúa con las influencias ambientales desde el principio, se forman las estructuras y órganos básicos del cuerpo; comienza el crecimiento acelerado del cerebro; también, ocurre el mayor crecimiento físico de la vida; no obstante, es una etapa de gran vulnerabilidad a las influencias ambientales. Por otra parte, en el desarrollo cognoscitivo, se desarrollan las capacidades de aprender, recordar y responder a la estimulación sensorial y en el desarrollo psicosocial el feto responde a la voz de la madre y siente preferencia por ella.

Infancia (nacimiento a tres años). Al nacer, operan en diversa medida todos los sentidos y sistemas del cuerpo; se incrementa la complejidad del cerebro, que es muy sensible a las influencias ambientales y se da rápido el crecimiento físico y desarrollo de las destrezas motrices. Además, en el desarrollo cognoscitivo, están presentes las capacidades de aprender y recordar incluso en las primeras semanas, hacia el final del segundo año se desarrolla la capacidad de usar símbolos y de resolver problemas; así mismo, se desarrolla rápidamente la comprensión y uso del lenguaje. Otro rasgo en cuanto al desarrollo psicosocial es el apego a padres y otros, se desarrolla la autoconciencia, se produce el cambio de la dependencia a la autonomía y aumenta el interés en otros niños.

Niñez temprana (tres a seis años). El crecimiento es constante; el aspecto es más esbelto y las proporciones son más parecidas a las del adulto; se reduce el apetito y son comunes los problemas de sueño, aparece la lateralidad y mejora la coordinación motora gruesa y fina y la fuerza. En cuanto al desarrollo cognoscitivo, en alguna medida el razonamiento es egocéntrico, pero aumenta la comprensión del punto de vista de los demás; la inmadurez cognoscitiva produce ideas ilógicas sobre el mundo, se consolidan la memoria y el lenguaje; la inteligencia se hace más predecible y la experiencia preescolar es común. Por último, en el desarrollo psicosocial el autoconcepto y la comprensión de las emociones se hacen más complejos, la autoestima es global y se aumentan la independencia, iniciativa y el autocontrol. Igualmente, se

desarrolla la identidad de género, los juegos son más imaginativos y elaborados y, por lo común, más sociales; son comunes el altruismo, la agresión y el temor; aunque la familia todavía es el centro de la vida social, otros niños cobran más importancia.

Niñez media (seis a once años). En esta etapa el crecimiento se hace más lento, aumentan la fuerza y las capacidades deportivas y son comunes las enfermedades respiratorias, pero la salud en general es mejor que en cualquier otro momento del ciclo vital. Cabe señalar que el desarrollo cognoscitivo se disminuye el egocentrismo, donde los niños comienzan a pensar en forma lógica, pero concreta; así mismo, se incrementan las habilidades de memoria y lenguaje, de esta forma los avances cognoscitivos permiten a los niños beneficiarse de la escuela formal y algunos niños revelan necesidades y dotes educativos especiales. Por otra parte, el autoconcepto se hace más complejo e influye en la autoestima, se refleja el cambio gradual del control de los padres al hijo y los compañeros adquieren una importancia central.

Adolescencia (11 a alrededor de 20 años). El crecimiento físico y otros cambios son rápidos y profundos, se presenta la madurez reproductiva y los principales riesgos de salud se deben a problemas de conducta, como trastornos alimentarios y drogadicción. En cuanto al desarrollo cognoscitivo se desarrolla la capacidad del pensamiento abstracto y el razonamiento científico, a su vez persiste la inmadurez del pensamiento en algunas actitudes y conductas; donde la educación se enfoca en la preparación para la universidad o el trabajo. Sin embargo, en el desarrollo psicosocial la búsqueda de identidad, incluyendo la sexual, es un objetivo central y en general, las relaciones con los padres son buenas; igualmente el grupo de pares ejerce una influencia positiva o negativa.

Adulthood temprana (20 a 40 años). La condición física alcanza su máximo nivel para disminuir ligeramente; además las elecciones de estilo de vida influyen en la salud. Luego, en el desarrollo cognoscitivo el pensamiento y los juicios morales adquieren mayor complejidad, donde se llevan a cabo elecciones educativas y laborales, a veces después de una etapa de exploración. De igual modo, los rasgos y estilos de personalidad se estabilizan, aunque las etapas y sucesos de la vida generan cambios de personalidad. Aunque, se establecen relaciones íntimas y estilos de vida personales, pero no siempre son duraderos, la mayoría se casan y mucho tienen hijos.

Adulthood media (40 a 65 años). En el desarrollo físico se puede iniciar un deterioro lento de las capacidades sensoriales, así como de la salud, el vigor y la resistencia, pero las diferencias entre individuos son extensas; además, las mujeres sufren la menopausia. Por otro lado, las habilidades mentales llegan a su máximo; donde se eleva la competencia y capacidad práctica para resolver problemas; de la misma forma, la producción creativa declina, pero es de mejor calidad. Sin embargo, algunos alcanzan el éxito profesional y su poder de generar ganancias está en la cima; otros experimentan agotamiento y cambio de profesión. Luego, en el desarrollo psicosocial, permanece el desarrollo del sentido de identidad y se produce la transición de la mitad de la vida; la doble responsabilidad de cuidar a los hijos y a los padres causa tensiones y la partida de los hijos deja el nido vacío.

Adulthood tardía (65 años en adelante). En cuanto al desarrollo físico la mayoría de las personas son sanas y activas, aunque en general disminuyen la salud y las capacidades físicas; donde la disminución de los tiempos de reacción afecta algunos aspectos del funcionamiento. A su vez en el desarrollo cognoscitivo casi todas las personas están mentalmente alerta, aunque algunas áreas de la inteligencia y la memoria se deterioran, la mayoría de las personas encuentra la forma de compensarlas. Finalmente, en el desarrollo psicosocial se da el retiro laboral, abriendo nuevas opciones para aprovechar el tiempo; igualmente las personas desarrollan estrategias más flexibles para enfrentar las pérdidas personales y la inminencia de la muerte; las relaciones con familiares y amigos cercanos proporcionan un apoyo importante y la búsqueda del significado de la vida asume una importancia central.

Desde otra perspectiva, continuando con la teoría de Erikson, reinterpretó las fases psicosexuales elaboradas por Freud y enfatizó, según Engler los aspectos sociales de cada una de ellas en cuatro aspectos principales; primero, incrementó el entendimiento del 'yo' como una fuerza intensa, vital y positiva, como una capacidad organizadora del individuo con poder de reconciliar las fuerzas sintónicas y las distónicas, así como de solucionar las crisis que surgen del contexto genético, cultural e histórico de cada individuo; segundo, explicitó profundamente las etapas de desarrollo psicosexual de Freud, integrando la dimensión social y el desarrollo psicosocial; tercero, extendió el concepto de desarrollo de la personalidad para el ciclo completo de la vida, de la infancia a la vejez; cuatro, exploró el impacto de la cultura, de la sociedad y de la

historia en el desarrollo de la personalidad, intentando ilustrar este estudio como una presentación de historias de personas importantes.

De esta manera, en la formulación de la teoría del desarrollo psicosocial de Erikson, según Cloninger (1999), destaca los siguientes aspectos: a) Diferencias individuales: los individuos difieren en cuanto a las fuerzas internas; hombres y mujeres presentan diferencias de la personalidad debidas a las diferencias biológicas. b) Adaptación y ajustamiento: un ‘yo’ fuerte es la llave para la salud mental; deriva de una buena resolución de las ocho fases de desarrollo del ‘yo’, con predominancia de las fuerzas positivas sobre las negativas (confianza sobre desconfianza, etc); c) Procesos cognitivos: el inconsciente es una fuerza importante en la formación de la personalidad; la experiencia es influenciada por modalidades biológicas que se expresan por medio de símbolos y juegos. d) Sociedad: modela la forma con que las personas se desenvuelven (de ahí el término ‘desarrollo psicosocial’); las instituciones culturales dan soporte a las fuerzas del ‘yo’ (la religión da sustentación a la confianza y a la esperanza, etc).

Asi mismo, Influencias biológicas: los factores biológicos son determinantes en la formación de la personalidad; las diferencias de sexo en la personalidad son fuertemente influenciadas por las diferencias del ‘aparato genital’. f) Desarrollo del niño: se hace a lo largo de cuatro fases psicosociales, cada una de ellas contiene una crisis que desarrolla una fuerza específica del ‘yo’. g) Desarrollo del adulto: los adolescentes y los adultos se desarrollan a lo largo de otras cuatro fases psicosociales; también ahí cada fase envuelve una crisis y desarrolla una fuerza específica del ‘yo’.

El enfoque del desarrollo del ciclo vital de Paul B. Baltes. Según Paul B. Baltes (1936-2006) y sus colegas (1987; Baltes y Smith, 2004; Baltes, Lindenberger y Staudinger, 1998; Staudinger y Bluck, 2001), el ciclo vital se puede delimitar en siete principios fundamentales, los cuales son:

El desarrollo dura toda la vida. Donde cada etapa recibe la influencia de lo que pasó antes y afectará lo que venga, donde se tiene características y valores únicos; ninguna es más o menos importante que otra, todo hace parte de un proceso evolutivo por el cual se tiene que pasar.

El desarrollo es multidimensional. Ocurre en muchas dimensiones donde interactúan las biológicas, psicológicas y sociales, que se desenvuelven cada una con ritmos distintos. En tercer

lugar, el desarrollo es multidireccional, cuando una persona avanza en un área, puede perder en otra; es decir los niños crecen por lo general en una dirección (hacia arriba) tanto en estatura como en capacidades; luego, de manera paulatina, el equilibrio sufre modificaciones. Por lo común, los adolescentes refuerzan sus capacidades físicas, pero pierden facilidad para aprender un idioma; pero algunas capacidades, como la de enriquecer el léxico, aumentan durante toda la etapa adulta; otras disminuyen, como la habilidad para resolver problemas desconocidos. Por tal razón, es posible que con la edad se incrementen algunos atributos nuevos, como la competencia; donde las personas tratan de llevar al máximo sus ganancias concentrándose en lo que hacen bien y de reducir las pérdidas aprendiendo a manejarlas o compensarlas.

La influencia relativa de la biología y la cultura cambia durante el ciclo vital, la biología y la cultura influyen en el desarrollo. Aunque el equilibrio entre estas influencias cambia; por lo cual, las capacidades biológicas, como la agudeza de los sentidos y el vigor y la coordinación muscular, se debilitan con los años, pero las bases culturales, como la educación, las relaciones y los entornos tecnológicos de los mayores, compensan ese deterioro.

El desarrollo implica modificar la distribución de los recursos. Los individuos invierten en diversas maneras sus recursos de tiempo, energía, talento, dinero y apoyo social; los recursos pueden usarse para el crecimiento (por ejemplo, aprender a tocar un instrumento o mejorar una habilidad), para mantenimiento o recuperación (practicar para conservar o recuperar un dominio) o para enfrentar una pérdida cuando el mantenimiento o la recuperación no son posibles; de esta manera, la asignación de recursos a estas funciones cambia durante la vida a medida que se reduce el fondo de recursos disponibles. Por consiguiente, en la niñez y la adultez temprana, el grueso de los recursos se destina al crecimiento; en la vejez, a regular las pérdidas y a mitad de la vida, la asignación se reparte equilibradamente entre las tres funciones.

El desarrollo muestra la plasticidad. Muchas capacidades, como la memoria, la fuerza y la resistencia, mejoran de manera notable con el entrenamiento y la práctica, incluso a edades avanzadas. Sin embargo, aun en los niños la plasticidad tiene límites que dependen en parte de las influencias que se ejercen sobre el desarrollo; por lo tanto, una de las tareas de la investigación del desarrollo es descubrir en qué medida se modifican las clases particulares de desarrollo a diversas edades.

El contexto histórico y cultural influyen en el desarrollo. toda persona se desarrolla en múltiples contextos: circunstancias o condiciones definidas en parte por la maduración y en parte por el tiempo y el lugar; los seres humanos no sólo influyen, sino que también son influidos por su contexto histórico y cultural.

Con respecto a la etapa más vulnerable donde se vive diferentes tipos de maltratos según Papalia, Feldman y Martorell (2012, p. 205), es la etapa de la niñez temprana, en la cual, aunque la mayoría de los padres son cariñosos y cálidos, algunos no pueden proporcionar a sus hijos un cuidado apropiado y otros los agreden deliberadamente. El maltrato, sea que lo perpetren los padres u otras personas, es el riesgo deliberado o evitable que se hace correr a un niño. El maltrato adopta diversas formas específicas y el mismo niño puede ser víctima de más de un tipo de ellas (USDHHS, Administration on Children, Youth and Families, 2008). Estos tipos son los siguientes:

Abuso físico. provocar lesiones corporales por medio de puñetazos, golpes, patadas, sacudidas o quemaduras.

Negligencia. dejar de satisfacer las necesidades básicas de un niño, como comida, ropa, atención médica, protección y supervisión.

Abuso sexual. cualquier actividad sexual que involucra a un niño y a una persona mayor.

Maltrato emocional. incluye el rechazo, amedrentamiento, aislamiento, explotación, degradación, humillación o dejar de proporcionar apoyo emocional, amor y afecto.

Por otra parte, las consecuencias a largo plazo del maltrato pueden incluir mala salud física, mental y emocional; problemas en el desarrollo del cerebro (Glaser, 2000); problemas con el apego y las relaciones sociales (NCCANI, 2004); problemas de memoria (Brunson et al., 2005), y, en la adolescencia, mayor riesgo de un bajo aprovechamiento académico, delincuencia, embarazo, consumo de alcohol y drogas, y suicidio (Dube et al., 2001, 2003; Lansford et al., 2002; NCCANI, 2004). También, los adultos que en su niñez sufrieron abuso sexual tienden a presentar ansiedad, depresión, enojo u hostilidad; a desconfiar de la gente; a sentirse aislados y estigmatizados; a presentar inadaptación sexual (Browne y Finkelhor, 1986); y a abusar del alcohol o de las drogas (NRC, 1993b; USDHHS, 1999a). Sin embargo, muchos niños maltratados muestran una resiliencia notable; pues mediante el optimismo, la autoestima, la

inteligencia, la creatividad, el humor y la independencia se crean factores de protección, así como el apoyo social de un adulto cariñoso (NCCANI, 2004; citado en Papalia, Feldman y Martorell, 2012, p. 208).

Capítulo IV: Alteraciones Psicológicas En Víctimas De la Violencia Sexual

Las alteraciones psicológicas que se ven involucradas con la experiencia de las víctimas de violencia sexual pueden perdurar a lo largo del ciclo evolutivo de una persona llegando afectar su adecuado desarrollo emocional, cognitivo y psicosocial. Por tal motivo, se debe reconocer que el diagnóstico ante eventos traumáticos como lo es la violencia sexual no es nada fácil, debido a que en la mayoría de los casos las víctimas suelen callar durante mucho tiempo su experiencia, la cual deja marcas emocionales y cognitivas, que cuanto más antiguas, más difícil son de tratar.

Reacciones Psicológicas Inmediatas. Según González y Pardo (2007) las reacciones inmediatas al acontecimiento traumático se presentan fundamentalmente en las esferas emocional y cognitiva, dando lugar también a la aparición de otros síntomas psíquicos: pues en la esfera emocional la víctima tiene sensación de irrealidad, de que el hecho “no puede haber ocurrido”, a la que se asocia un miedo intenso que se acompaña de llanto, rabia, en ocasiones vergüenza y culpa que traducen un sentimiento de pérdida de control de la situación que se intenta compensar de este modo. A su vez, e la afectación emocional se le añaden síntomas psíquicos, como desorientación, confusión y disminución de la concentración. También pueden aparecer alteraciones a nivel cognitivo, con déficit en el procesamiento de la información, que incluye la referente al mismo trauma desencadenante, dificultad en la toma de decisiones y percepción de profunda indefensión. Esta sintomatología puede ceder en las primeras semanas tras la agresión sexual, pero aproximadamente el 80 % de las víctimas presentan alteraciones transcurrido un año.

De igual modo, las Dr. García y Cerda (2010) mencionan que en las víctimas de violación sexual hay respuestas psicológicas inmediata e intensa como náuseas, despersonalización, sensación de desmayo, pánico, miedo a morir, sensación de impotencia y parálisis, entre otras. Por tal motivo, es importante la atención inmediata de las víctimas a centros de intervención

médica, donde se evalué las afectaciones físicas y psicológicas que se presentan por el evento traumático, también es importante que no sean revictimizadas durante los procedimientos legales que se llevan a cabo por jueces, fiscales y policías para obtener declaraciones del delito cometido, así como la obtención de pruebas biológicas por parte de los médicos forenses, los necesarios reconocimientos médico ginecológicos a los que debe ser sometida, incluso el cuestionamiento de su testimonio basado en la constitucional presunción de inocencia del victimario (González, Rapún, Altisent & Irigoyen, 2005).

Consecuencias Psicológicas. Según García y Cerda (2010), las consecuencias son graves, tanto inmediatas, como a largo plazo, estas se relacionan con la duración y las modalidades de violencia sexual, pues entre más cercana sea la relación con los agresores (por ejemplo, padre, hermano u otro familiar) habrá mayor impacto y resistencia a revelar el abuso. Por otra parte, las repercusiones físicas de la violencia sexual son el dolor, lesiones o infecciones en el área genital o anal, enfermedades de transmisión sexual (incluyendo VIH Sida), embarazos no deseados, entre otros; Así mismo, se pueden presentar síntomas psicológicos como sentimientos de culpa, enojo, incredulidad, confusión, impotencia, baja autoestima, inseguridad, desconfianza, deterioro laboral, social, escolar, ideación o intento suicida, entre otros; igualmente, trastornos psiquiátricos como la depresión, ansiedad (trastorno por estrés postraumático), trastornos del sueño, disfunciones sexuales (incluyendo aversión sexual y dolor genital recurrente o persistente asociado a la relación sexual), abuso o dependencia a alcohol y otras sustancias, entre otros.

Los efectos a largo plazo son, comparativamente, menos frecuentes que las consecuencias iniciales, sin embargo, el abuso sexual infantil constituye un importante factor de riesgo para el desarrollo de una gran diversidad de trastornos psicopatológicos en la edad adulta (Flitter, Elhai y Gold, 2003). La información actualmente disponible tampoco permite establecer en esta etapa vital un único síndrome específico, o conjunto de síntomas diferenciados, asociado a la experiencia de abuso sexual, afectando éste a diferentes áreas de la vida de la víctima (Cantón y Cortés, 1998); así como no permite confirmar la existencia de una relación determinística entre la experiencia de abuso sexual infantil y la presencia de problemas psicológicos en la edad adulta, existiendo múltiples variables que parecen incidir en esta relación (Browning y Laumann, 2001). Cabe mencionar el aporte de Rodríguez, Aguiar y García (2012) donde se encuentra como

resultado de su investigación, las siguientes consecuencias en las víctimas de abuso sexual infantil, como lo son:

Los problemas emocionales. Los trastornos depresivos y bipolares; los síntomas y trastornos de ansiedad, destacando por su elevada frecuencia el trastorno por estrés postraumático; el trastorno límite de la personalidad; igualmente, las conductas autodestructivas (negligencia en las obligaciones, conductas de riesgo, ausencia de autoprotección, entre otras); por último, las conductas autolesivas, las ideas suicidas e intentos de suicidio y la baja autoestima.

Problemas de relación. Según un estudio sobre las consecuencias psicológicas del abuso sexual infantil, las relaciones interpersonales es una de las que suele quedar más afectada, tanto inicialmente como a largo plazo, en víctimas de abuso sexual infantil, donde se destaca la presencia de un mayor aislamiento y ansiedad social, menor cantidad de amigos y de interacciones sociales, así como bajos niveles de participación en actividades comunitarias. También se observa un desajuste en las relaciones de pareja, con relaciones inestables y una evaluación negativa de las mismas, entre otras; así como dificultades en la crianza de los hijos, con estilos parentales más permisivos, así como un más frecuente uso del castigo físico ante conflictos con los hijos y en algunas situaciones depreciación general del rol maternal (Rodríguez, Aguiar & García, 2012).

Problemas de conducta y adaptación social. Se observan mayores niveles de hostilidad en víctimas de abuso sexual infantil que en grupos control, así como una mayor presencia de conductas antisociales y trastornos de conducta. Kaufman y Widom (1999), por su parte, constataron, mediante un estudio longitudinal (1989-1995), el mayor riesgo de huida del hogar que presentaban las víctimas de maltrato infantil, entre ellas, de abuso sexual infantil, en comparación con un grupo control. A su vez, la conducta de huida del hogar, así como el haber sufrido abuso sexual infantil, incrementan el riesgo de delinquir y de ser arrestado por delitos diversos.

Problemas funcionales. Uno de los problemas que afecta a las funciones físicas de estas víctimas de forma más frecuente son los dolores físicos sin razón médica que los justifique. También se observan algunas cefaleas, fibromialgias y trastornos gastrointestinales, lo que

implica un importante gasto para los sistemas de salud, especialmente si no se diagnostican ni tratan de forma adecuada (Walker, Unutzer, Rutter, Gelfand, Saunders, VonKorff et al., 1999). Son diversos los estudios que demuestran la frecuente presencia de trastornos de la conducta alimentaria en víctimas de abuso sexual infantil, especialmente de bulimia nerviosa.

También se detectan trastornos de conversión, que incluyen la afectación de alguna de las funciones motoras o sensoriales de la víctima; (Rodríguez, Aguiar y García Álvarez, 2012) las denominadas crisis convulsivas no epilépticas, que cambian brevemente el comportamiento de una persona y parecen crisis epilépticas, si bien no son causadas por cambios eléctricos anormales en el cerebro si no por la vivencia de acontecimientos fuertemente estresantes; y el trastorno de somatización, definido como la presencia de síntomas somáticos que requieren tratamiento médico y que no pueden explicarse totalmente por la presencia de una enfermedad conocida, ni por los efectos directos de una sustancia. Se ha observado, a su vez, la frecuente presencia de síntomas y trastornos disociativos en víctimas de abuso sexual infantil, referidos a aquellas situaciones en las que existe una alteración de las funciones integradoras de la conciencia, la identidad, la memoria y la percepción del entorno. (APA, 2002, citado en Rodríguez, Aguiar y García Álvarez 2012)

Destacan, por otro lado, los estudios sobre desórdenes ginecológicos, particularmente dolores pélvicos crónicos, así como también un inicio significativamente temprano de la menopausia en mujeres víctimas de abuso sexual. Los trastornos relacionados con el abuso de sustancias también aparecen frecuentemente en estudios sobre consecuencias del abuso sexual infantil. Otros trabajos han mostrado la relación existente entre la experiencia de abuso sexual infantil y un peor estado de salud física general, tanto mediante síntomas físicos reales como según la percepción de salud subjetiva de las víctimas (Walker, Gelfand, Katon, Koss, Von Korff, Bernstein et al., 1999; Swanston, Plunkett, O'Toole, Shrimpton, Parkinson y Oates, 2003).

Problemas sexuales. Browning y Lauman (2001) defienden que la sexualidad desadaptativa es la consecuencia más extendida del abuso sexual infantil, no obstante, destacan la no existencia de una relación causal entre la experiencia de abuso sexual infantil y el desarrollo de este problema, si bien el abuso sexual infantil actuaría como un importante factor de riesgo a tener en cuenta. Otros estudios también han confirmado la frecuente presencia de problemas de tipo

sexual en víctimas de abuso sexual infantil, como una sexualidad insatisfactoria y disfuncional, conductas de riesgo sexual (como el mantenimiento de relaciones sexuales sin protección, un mayor número de parejas y una mayor presencia de enfermedades de transmisión sexual y de riesgo de VIH). Derivados de estos problemas de tipo sexual y, particularmente de las conductas sexuales promiscuas y del precoz inicio a la sexualidad que presentan estas víctimas, destaca también la prostitución y la maternidad temprana.

La revictimización. también denominada polivictimización, si bien ésta última tiende a aplicarse a aquellos menores que sufren diferentes tipos de maltrato durante su infancia, implica el mayor riesgo que sufren las víctimas de abuso sexual de experimentar otros acontecimientos violentos a lo largo de su vida (Rodríguez, Aguiar y García, 2012).

Transmisión intergeneracional. la hipótesis de la reproducción del maltrato de padres a hijos, confirman su posible existencia (Green, 1998), aunque los autores constatan la enorme variabilidad en los porcentajes entre diversos estudios. Centrado en el tema del abuso sexual infantil, se han obtenido cifras de la posible transmisión intergeneracional situadas entre el 20% y el 30% de los casos (Clarke, Stein, Sobota, Marisi y Hanna, 1999; Glasser, Kolvin, Campbell, Glasser, Leitch y Farrelly, 2001; Oates, Tebutt, Swanston, Lynch y O’Toole, 1998 en Pereda, 2010), si bien la controversia sobre esta posible consecuencia del abuso sexual sigue existiendo y los resultados de las diversas investigaciones no pueden considerarse definitivos. Por otra parte, según González y Pardo (2007) la aparición de sintomatología diferida, en forma de verdaderos cuadros psicopatológicos, debe ser evaluada y convenientemente tratada por sus riesgos de consolidación en la estructura psíquica de la víctima. Así, pueden aparecer:

Trastornos con ansiedad. caracterizados por una expectación aprensiva sobre la agresión sufrida, con dificultad para controlar este estado de constante preocupación, al que se asocian fatigabilidad, dificultades de concentración, irritabilidad y alteraciones del sueño.

Trastornos con ánimo depresivo. caracterizados por una pérdida de la autoestima, desesperanza, ausencia de expectativas de futuro, disminución de las actividades placenteras, cambios en el patrón de sueño y apetito, y en ocasiones riesgo de suicidio. A este respecto Alario Bataller (7) refiere que los intentos autolíticos son casi nueve veces más frecuentes en víctimas

de violencia sexual que en personas que no han sufrido este trauma, citando a Kilpatrick (8) quien describía una muestra en la que el 50 % de los actos suicidas en mujeres ocurrían en víctimas de este tipo de violencia.

Cabe resaltar que, dentro de las consecuencias mencionadas, existen las *secuelas emocionales* que están consideradas entre las más frecuentes. Tal vez exista la posibilidad de que los infantes que son víctimas de la violencia sexual no sean conscientes de los alcances psicológicos que trae consigo el abuso sexual en las primeras etapas del desarrollo, puesto pueden confundir estos actos como el cariño y/o la protección del adulto frente al menor. Por tanto, es importante mencionar cuales son las consecuencias emocionales a corto y largo plazo en las víctimas.

Consecuencias a Corto Plazo. De acuerdo con un estudio realizado por E. Echeburúa y P. de Corra, Al menos un 80% de las víctimas sufren consecuencias psicológicas negativas; pues el alcance del impacto psicológico va a depender del grado de culpabilización del niño por parte de los padres, así como de las estrategias de afrontamiento de que disponga la víctima. En general, las niñas tienden a presentar reacciones ansioso-depresivas; los niños, fracaso escolar y dificultades inespecíficas de socialización, así como comportamientos sexuales agresivos; con respecto a la edad, los niños muy pequeños (en la etapa de preescolar), al contar con un repertorio limitado de recursos psicológicos, pueden mostrar estrategias de negación de lo ocurrido, pues en los niños un poco mayores (en la etapa escolar) son más frecuentes los sentimientos de culpa y de vergüenza ante el suceso

Además, el abuso sexual presenta una especial gravedad en la adolescencia porque el padre puede intentar el coito, existe un riesgo real de embarazo y la adolescente toma conciencia del alcance de la relación incestuosa; a causa de lo anterior algunas víctimas optan por conductas como huidas de casa, consumo abusivo de alcohol y drogas, promiscuidad sexual e incluso intentos de suicidio. De modo que se pueden evidenciar dentro de las secuelas emocionales a corto plazo, el miedo generalizado, la hostilidad y agresividad, culpa y vergüenza, depresión, ansiedad, baja autoestima y sentimientos de estigmatización, rechazo del propio cuerpo, desconfianza y rencor ante los adultos, y el trastorno de estrés postraumático.

Consecuencia a largo plazo. Considerando lo descrito por E. Echeburúa y P. de Corra los efectos a largo plazo son menos frecuentes y más difusos que las secuelas iniciales, pero pueden afectar, al menos, al 30% de las víctimas, sin embargo, los problemas más habituales son las alteraciones en la esfera sexual, pues se presentan disfunciones sexuales y menor capacidad de satisfacción en el acto sexual; también es recurrente la depresión y el trastorno de estrés postraumático, así como un control inadecuado de la ira (en el caso de los varones, inclinada al exterior en forma de violencia y en el de las mujeres, canalizada en forma de conductas autodestructivas). En otros casos, el impacto psicológico a largo plazo del abuso sexual puede ser pequeño (a menos que se trate de un abuso sexual grave con penetración), esto si se tiene en cuenta que la víctima no pase por otras adversidades adicionales, como el abandono emocional, el maltrato físico, el divorcio de los padres, una patología familiar grave, etc.

Acorde con el punto de vista del trauma en sí mismo, lo que predice una peor evolución a largo plazo es la presencia de diversos sucesos traumáticos en la víctima, la frecuencia y la duración de los abusos, la posible existencia de una violación y la vinculación familiar con el agresor, así como las consecuencias negativas derivadas de la revelación del abuso (por ejemplo, romperse la familia, poner en duda el testimonio del menor, etc.); en consideración, toda situación que conlleve un coacción sexual dentro de un núcleo familiar puede dificultar el proceso de resiliencia y de afrontamiento en la víctima, ya que en ocasiones no se encuentra el respaldo, sino la culpabilización creando así la revictimización de la persona. Como resultado al no encontrar una red de apoyo en el momento del acontecimiento traumático, se pueden evidenciar secuelas a largo plazo como depresión, ansiedad, baja autoestima, estrés postraumático, trastornos de personalidad, desconfianza y miedo de los hombres y dificultad para expresar o recibir sentimientos de ternura e intimidad.

Es importante mencionar que existe en la distinción entre los valores psicológicos de cada persona y que por tal las reacciones que se presente ante dicha acción van a ser diferentes. E. Echeburúa y P. de Corra refieren que rente a la experiencia de victimización no todas las experiencias comparten las mismas características. El impacto emocional de una agresión sexual está modulado por cuatro variables: el perfil individual de la víctima (estabilidad psicológica, edad, sexo y contexto familiar); las características del acto abusivo (frecuencia, severidad, existencia de violencia o de amenazas, cronicidad, etc.); la relación existente con el abusador;

por último, las consecuencias asociadas al descubrimiento del abuso. En general, la gravedad de las secuelas está en función de la frecuencia y duración de la experiencia, así como del empleo de fuerza y de amenazas o de la existencia de una violación propiamente dicha (penetración vaginal, anal o bucal). Dicho esto, todo depende de la exposición a la que la víctima ha sido expuesta y por parte de quien fue agredida, pues cuanto más brusca es la agresión, más crónicas pueden ser las secuelas de la persona, pues el sentimiento de indefensión es percibido y genera la aparición de más síntomas.

Marco Legal

El marco legal es considerado un apartado que constituye instaurar aquellas bases legales que existen en cuanto al tema o problema que se entabla en la investigación a realizar; es por ello por lo que se verá reflejado toda la ley que protege a la mujer y sus derechos, para el conocimiento certero de las problemáticas que se presentan a nivel nacional y como el estado colombiano respalda el bienestar de las víctimas cuando sus derechos han sido violentados. Teniendo en cuenta que la mujer juega un papel importante en la sociedad, pero se ha visto condicionado por la problemática de violencia de diversos órdenes, pues si bien es cierto aun en la actualidad se estigmatiza su rol debido a factores de tipo cultural, pues han acostumbrado a que este es el pensamiento tradicional de la sociedad, la poca o nula sensibilización de este problema y la falta de herramientas efectivas y políticas del estado que hagan posible la defensa de los derechos de la mujer.

Teniendo en cuenta, la **Ley 1257** del 2008 por la cual se dictan normas de sensibilización, prevención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres, se reforman los Códigos Penal de Procedimiento Penal, la **Ley 294** de 1996 y se dictan otras disposiciones, la cual establece como objeto garantizar y proteger la vida digna de la mujer y evitar cualquier tipo de discriminación o victimización hacia ellas. Por otra parte, nuestro país que ha sido una sociedad de tendencia machista, donde por mucho tiempo la mujer no tuvo igualdad frente al hombre y ha sido discriminada social y políticamente solo por su género. Tuvieron las mujeres colombianas que esperar la década de los años 50 cuando en su primer lustro el General Gustavo Rojas Pinilla, presidente de los colombianos le permitió a la mujer ejercer su derecho al voto, para elegir a quienes las gobernarían.

No obstante, en Colombia ha existido una normativa que garantiza a la mujer la equidad de género pues la constitución de 1991, acogiendo las demandas del movimiento social de mujeres, consagra: el principio de la no discriminación por razones de sexo, raza, origen nacional o familiar, religión, lengua, opción política o religiosa (art.13); la igualdad de derechos y deberes de la pareja en las relaciones familiares. Cualquier forma de violencia en la familia se considera destructiva de su armonía y de su unidad y será sancionada de acuerdo con la **Ley** (art.42); las autoridades garantizarán la adecuada y efectiva participación de la mujer en los niveles decisorios de la administración Pública (art.40). De manera formal, pretende lograr la Equidad de Género para las mujeres colombianas, para ello ha ratificado por Decreto **Ley** 251 de 1981, la convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer (CEDAW 1979).

Sin embargo, la **Ley** 22 de 1981; ratifica la convención internacional sobre la eliminación de todas las formas de discriminación racial. (Aprobada por Asamblea General de las Naciones Unidas. Resolución 2106A (XX), de 21 de diciembre de 1965), insta a los Estados miembros a erradicar todas las formas de discriminación racial, xenofobia e intolerancia conexas. En relación con las mujeres plantea la urgencia de garantizar los derechos humanos, principalmente los relacionados con el trato igualitario y justo; recibir las mismas oportunidades de formación, capacitación; acceso y distribución a bienes y recursos. Así mismo, la **Ley** 581 de 2000 “Ley de Cuotas”, por la cual se reglamenta la adecuación y efectiva participación de la mujer en los niveles decisorios de las diferentes ramas y órganos del poder Público, de conformidad con los artículos 13, 40 y 43 de la Constitución Nacional y se dictan otras disposiciones.

La resolución 1325 de 2000, del Consejo de Seguridad de las Naciones Unidas, entre otros objetivos, promueve la adopción de medidas especiales para proteger a las mujeres y las niñas de la violencia por razón de género. Subraya también la responsabilidad de todos los Estados de poner fin a la impunidad y tomar medidas para enjuiciar a los culpables. **Ley** 731 de 2002 o Ley de Mujer Rural. Tiene por objeto mejorar la calidad de vida de las mujeres rurales, priorizando las de bajos recursos y consagrar medidas encaminadas a acelerar la equidad entre el hombre y la mujer rural. Ley 823 de 2003, por la cual se dictan normas sobre igualdad de oportunidades para las mujeres. El objeto de esta ley es establecer el marco institucional y orientar las políticas y acciones por parte del gobierno para garantizar la equidad y la igualdad de oportunidades de las

mujeres, en los ámbitos público y privado. La Ley 823 señala en su artículo 3 que “las acciones del gobierno orientadas a ejecutar el plan de igualdad de oportunidades deberán:

a) Promover y garantizar a las mujeres el ejercicio pleno de sus derechos políticos, civiles, económicos, sociales y culturales y el desarrollo de sus aptitudes y capacidades, que les permitan participar activamente en todos los campos de la vida nacional y el progreso de la Nación; b) Eliminar los obstáculos que impiden a las mujeres el pleno ejercicio de sus derechos ciudadanos y el acceso a los bienes que sustentan el desarrollo democrático y pluricultural de la Nación; c) incorporar las políticas y acciones de equidad de género e igualdad de oportunidades de las mujeres en todas las instancias y acciones del Estado, a nivel nacional y territorial”.

La **Ley 1257** de 2008: se dictan normas de sensibilización, prevención, atención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres. Se reforman el código penal, de procedimiento penal, la **Ley 294** de 1996 y se dictan otras disposiciones. El AUTO No. 092 de 2008: Protección de los derechos fundamentales de las mujeres víctimas del desplazamiento forzado por causa del conflicto armado. Por otra parte, se vuelve a citar la **Ley 1257** de 2008 y con sus Decretos Reglamentarios, se ha conseguido un avance real frente al problema de la violencia de género contra la mujer que se aplica en el ámbito familiar y sexual en Colombia, eventos y escenarios donde se manifiestan distintas formas de maltrato físico, psicológico y *sexual*. Debido a estas situaciones de carácter familiar, han motivado a los movimientos feministas y los en pro de la no discriminación contra la mujer para hacer el clamor y llamar la atención en contra del maltrato a los niños y de la violencia contra la mujer.

En la lucha contra la discriminación y la violencia contra la mujer, la Organización Panamericana de la Salud(OPS), desde el año 1993 y la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el 1996, aceptaron que la violencia es un *problema de salud pública*, situación que se corrobora en el Informe de Violencia y Salud ONU; de igual manera, el Fondo de Desarrollo de las Naciones Unidas para la Mujer (UNIFEM) publicó en octubre del 2010 los resultados del estudio denominado "Línea de base de tolerancia social e institucional a la violencia basada en el género en Colombia", en el cual reseña que cada minuto seis mujeres Colombianas son víctimas de algún tipo de violencia y 3 son asesinadas cada mes. La violencia contra las mujeres "es grave y la más extendida forma de violación de derechos humanos en el País".

Igualmente, alude la información del Instituto Nacional de Medicina Legal que para el período 2002-2009 se registran más de 600.000 hechos de violencia contra las mujeres. De esos casos se precisa que 101.000 son de violencia de pareja; 100.000 más de lesiones personales; 40.000 de violencia sexual y 4.000 de mujeres que fueron asesinadas en ese período. Así mismo, el reporte añade también, que, de 60.000 casos por maltrato de pareja en el 2009 en Colombia, casi la totalidad, 53.800, fueron contra las mujeres. Igualmente, en el año 2008, más de 43 mujeres murieron en Colombia a manos de su pareja, y 7 mujeres fueron asesinadas por miembros de su familia diferentes a su pareja, mientras que el promedio de agresión a mujeres por sus parejas fue de 150 casos diarios.

Además, un estudio sobre la tolerancia social e institucional a la violencia contra las mujeres realizado a través de un sondeo difundido recientemente por la UNIFEM, identifica que el 52% de la población encuestada fueron mujeres, de las cuales el 48% manifestó haber sido víctima de la violencia basada en el género, pero sólo el 38% denunció los hechos ante las autoridades. Ahora bien, y para agravar más la situación de la mujer, el informe señala que más del 90% de los casos de violencia basada en el género en Colombia quedan en la impunidad, ya que en gran parte ni siquiera se denuncian, bien por miedo o temor a represalias y por desconocimiento de Las Leyes que las protegen.

Además, define el estudio de la UNIFEM otras causas relacionadas con los servicios de protección para las víctimas, la ausencia de asistencias especializadas las condiciones técnicas en las que los pocos servicios existentes operan, el desconocimiento de su existencia por parte de las víctimas y la ausencia de voluntad política para crearlos, son los principales obstáculos identificados en esta materia. En concordancia y para atender esa situación la Procuraduría General de la Nación en el año 2007 desarrolló un sistema digitalizado de información que permite la captura, el procesamiento, la administración y la consulta de la información que deben suministrar las entidades del orden nacional, local y territorial, en cumplimiento de la vigilancia superior a la garantía de los derechos, desde la perspectiva de género, y que reveló en los primeros resultados de esa vigilancia la precariedad e insuficiencia en el manejo de la información para la restitución de los derechos a las mujeres víctimas de la violencia familiar y sexual,

También, un nivel bajo de conocimiento del marco jurídico internacional y nacional vigente para Colombia relativo al derecho a la igualdad, a la situación de las mujeres y al imperativo de incluir la perspectiva de género en la gestión pública, en los planes de Desarrollo y los recursos y mecanismos de ejecución. De esta manera, existe un marco legal con una legislación amplia que se debe aplicar porque ordena acciones legislativas que tienen por objetivo de corregir y mejorar la situación de las mujeres consiguiendo una igualdad de oportunidades real, que se denominan acciones positivas, y la Corte Constitucional Colombiana las ha avalado, pues las autoridades y el Estado deben promover las condiciones para que la igualdad sea real y efectiva.

De este modo, señalado el estado actual del conocimiento del problema, y lo que es peor, el vacío que existe en materia de divulgación de acciones positivas en pro de las mujeres víctimas de la violencia, se propone adelantar una investigación más profunda de las semejanzas y diferencias de las normas en la ciudad metropolitana, donde funcionan varias Dependencias oficiales y no gubernamentales importantes que acogen a estas víctimas, con el fin de evaluar sus actividades en el ejercicio del restablecimiento del derecho a las mujeres que protege y porque a diferencia de la investigación de la UNIFEM y de la Procuraduría General de la Nación, pretende jurídicamente comprender este problema tomando como referente una acción positiva adelantada por las Alcaldías y Las Gobernaciones, por medio de políticas públicas acertadas con participación ciudadana.

Es responsabilidad del Estado implementar y evaluar políticas públicas para lograr el acceso de las mujeres a los servicios y el cumplimiento real de sus derechos. La sociedad y la familia son responsables de respetar los derechos de las mujeres y de contribuir a la eliminación de la violencia contra ellas. El Estado es responsable de prevenir, investigar y sancionar toda forma de violencia contra las mujeres. De la misma forma al ser violentada la Ley y/o la mujer colombiana el estado debe proporcionar y la mujer recibir orientación, asesoramiento jurídico y psicológico, asistencia técnica legal con carácter gratuito, inmediato y especializado desde el momento en que el hecho constitutivo de violencia se ponga en conocimiento de la autoridad. Se podrá ordenar que el agresor asuma los costos de esta atención y asistencia. Corresponde al Estado garantizar este derecho realizando las acciones correspondientes frente al agresor y en todo caso garantizará la prestación de este servicio a través de la defensoría pública.

A continuación, se enumeran los motivos expuestos en la legislación colombiana para garantizar los deberes y derechos de las mujeres en nuestro país: Constitución Política le impone al Procurador General de la Nación los deberes de «proteger los derechos humanos y asegurar su efectividad» y de «vigilar el cumplimiento de la Constitución, las leyes, las decisiones judiciales y los actos administrativos» (artículo 277 numerales 1 y 2). Igualmente, **Ley 152 de 1994** (Ley Orgánica del Plan de Desarrollo) establece los procedimientos y mecanismos para la elaboración, la aprobación y el seguimiento, la evaluación y el control de los Planes de Desarrollo, así como la regulación de los demás aspectos contemplados por el artículo 342 y en general por el capítulo 2º del título XII de la Constitución Política y demás normas constitucionales que se refieren al plan de desarrollo y la planificación.

Así mismo, la **Ley 1450 de 2011** expidió el Plan Nacional de Desarrollo 2010-2014, el cual tiene como objetivo consolidar la seguridad con la meta de alcanzar la paz, dar un gran salto de progreso social, lograr un dinamismo económico regional que permita desarrollo sostenible y crecimiento sostenido, más empleo formal y menor pobreza y, en definitiva, mayor prosperidad para toda la población.

Ley 734 de 2002 (Código Disciplinario Único) en su artículo 34 numerales 3º establece como deber de todo servidor público: «Formular, decidir oportunamente o ejecutar los planes de desarrollo y los presupuestos, y cumplir las leyes y normas que regulan el manejo de los recursos económicos públicos, o afectos al servicio público». El artículo 35, numeral 8º ibídem, establece que a todo servidor público le está prohibido: «Omitir, retardar o no suministrar debida y oportuna respuesta a las peticiones respetuosas de los particulares o a solicitudes de las autoridades, así como tenerlas o enviarlas a destinatario diferente de aquel a quien corresponda su conocimiento»; así mismo, el artículo 50 de la misma disposición prescribe que: «Constituye falta disciplinaria grave o leve, el incumplimiento de los deberes, el abuso de los derechos, la extralimitación de las funciones, o la violación al régimen de prohibiciones, impedimentos, inhabilidades, incompatibilidades o conflicto de intereses consagrados en la Constitución o en la ley».

Finalmente se establece la resolución 003 de 2015 del Comité Nacional de Priorización de Situaciones y Casos, en el cual se conformó el subcomité de articulación para la investigación y

judicialización de la violencia sexual en el marco del conflicto armado conformado por las direcciones nacionales estratégicas y misionales con competencias sobre estos temas en la Fiscalía General de la Nación. Los objetivos de dicha resolución son: Adoptar el protocolo de investigación de violencia sexual; definir el ámbito de aplicación y los criterios orientadores para la implementación del protocolo de investigación de violencia sexual; ordenar la difusión, implementación y evaluación del protocolo de investigación de violencia sexual en una dependencia y establecer un proceso de evaluación a la implementación del protocolo de investigación de violencia sexual.

Metodología

Teniendo en cuenta el planteamiento del problema y los objetivos expuestos en la presente investigación, se utilizó una metodología de investigación cualitativa de tipo descriptivo de corte transversal, mediante un estudio de caso con dos mujeres víctimas de violencia sexual, para analizar los factores asociados al proceso de resiliencia que emplean estas mujeres para superar el evento traumático, lo anterior para proponer mediante una cartilla informativa los factores de resiliencia que se presentan con mayor impacto en esta población.

Metodología de investigación cualitativa de tipo descriptiva

La metodología de la presente investigación es de tipo cualitativa, ya que permite analizar e interpretar a profundidad los factores asociados al proceso de resiliencia en dos mujeres víctimas de violencia sexual, teniendo en cuenta las diferentes experiencias subjetivas de cada participante; así mismo, la investigación cualitativa según Rodríguez, Gil y García (1996) “Estudia la realidad en su contexto natural, tal y como sucede, intentando interpretar los fenómenos de acuerdo con los significados que tienen para las personas implicadas; por lo tanto, implica la utilización y recogida de una gran variedad de materiales como entrevista, experiencia personal, historias de vida, observaciones, textos históricos, imágenes, sonidos, que describen la rutina y las situaciones problemáticas y los significados en la vida de las personas”. (Pag, 32).

Población

La investigación se desarrolló con mujeres víctimas de violencia sexual, según cifras de medicina legal durante el año 2018 se reportaron 281 casos y tasas de exámenes médicos legales por presunto delito sexual en la ciudad de Cúcuta.

Muestra

La muestra para esta investigación son dos mujeres las cuales han presentado violencia sexual, el tipo de muestreo utilizado para la selección de participantes es por conveniencia no probabilístico. Esta muestra se selecciona considerando lo referido por (Pineda et al 1994: 119) en el cual determina este tipo de muestra como toda unidad que compone una población y que no tienen la misma posibilidad de ser seleccionada a la que también denominó como “muestreo por conveniencia, no aleatorio, razón por la que se desconoce la probabilidad de selección de cada unidad o elemento de la población”. En otras palabras, es donde los investigadores identifican los objetivos relacionados con el problema a desarrollar y de acuerdo con la percepción de los elementos a investigar, se escogen las unidades típicas que se contemplen de acuerdo con la necesidad del investigador.

Tabla 1. Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión	Criterios de Exclusión
Mujeres con edades entre los 40 y 50 años	Mujeres con edades menor a 40 y mayor de 50 años.
Víctimas de violencia sexual en la adolescencia	víctimas de violencia sexual recientemente.
Participación voluntaria	Participación obligatoria

Tabla 2. Sujeto A.

Datos	Participante
Edad	47 años
Escolaridad	Profesional en ingeniería civil

Nivel socio económico	2
Lugar de residencia	Barrio Aeropuerto

Tabla 3. Sujeto B.

Datos	Participante
Edad	42 años
Escolaridad	Bachiller
Nivel socio económico	2
Lugar de residencia	Libertad

Proceso de intervención

Método de recolección de información (estudio de caso)

Por otro lado, la investigación se abordará mediante un estudio de caso, para poder comprender a profundidad los factores asociados al proceso de resiliencia en las mujeres víctimas de violencia sexual; dado que los estudios de caso tienen como característica básica que abordan de forma intensiva una unidad, ésta puede referirse a una persona, una familia, un grupo, una organización o una institución (Stake, 1994). Puede ser algo simple o complejo, pero siempre una unidad; aunque en algunos estudios se incluyen varias unidades, cada una de ellas se aborda de forma individual (citado en Muñiz, 2010).

Técnica de evaluación

Este apartado constituye la técnica cualitativa, por la cual se llevará a cabo la recolección de datos, mediante una triangulación de poblacional para resolver los objetivos planteados en la investigación y poder identificar correctamente las dimensiones que se quieren evaluar; lo anterior, mediante entrevistas semiestructuradas a las dos mujeres víctimas de violencia sexual, un familiar cercano y un profesional experto en procesos de intervención con dicha población.

Entrevista semiestructurada. La entrevista es una técnica de gran utilidad en la investigación cualitativa para recabar datos; según Díaz & García (2013) se define como una

conversación que se propone un fin determinado distinto al simple hecho de conversar; es un instrumento técnico que adopta la forma de un diálogo coloquial. Por consiguiente, el investigador se encarga de recolectar información a través de una comunicación interpersonal con su sujeto de investigación, de modo que pueda encontrar respuestas a los interrogantes planteados por el problema de investigación.

Así mismo, para Díaz & García (2013) las entrevistas semiestructuradas: presentan un grado mayor de flexibilidad que las estructuradas, debido a que parten de preguntas planeadas que pueden ajustarse a los entrevistados. Su ventaja es la posibilidad de adaptarse a los sujetos con enormes posibilidades para motivar al interlocutor, aclarar términos, identificar ambigüedades y reducir formalismos. Siguiendo estos parámetros la entrevista semiestructurada se llevará a cabo por medio de preguntas que serán validadas por jueces, el cual ayudarán a identificar los factores de resiliencia que se presentaron en cada una de las mujeres, para analizar y proponer los factores de resiliencia que se presentan con mayor impacto en las víctimas.

Igualmente, se llevará a cabo una entrevista semiestructurada a un experto en el tema de violencia sexual en mujeres, para que este determine en cuanto a sus conocimientos, como las víctimas de esta situación se han empoderado y han enfrentado el diario vivir, las preguntas estarán dirigidas en cuanto al tema de resiliencia y los factores asociadas a esta. Cabe mencionar que las preguntas que se hacen en las entrevistas fueron evaluadas por expertos para cumplir con el aval correspondiente para la aplicación de esta y poder llevar a cabo los resultados pertinentes.

Categorías de la investigación

La presente investigación será evaluada a través de cuatro categorías seleccionadas para evaluar los factores asociados al proceso de resiliencia en dos víctimas de violencia sexual.

Primera categoría: resiliencia. La resiliencia según Grotberg (1995) citado por Salvador (2015) es *“la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, aprender de ellas, superarlas e inclusive, ser transformados por estas”*. También dice que *“la resiliencia forma parte del proceso evolutivo y debe promoverse desde la infancia”*. Teniendo en cuenta lo anterior, el ser humano a través de un proceso evolutivo adquiere capacidades de dominio ante situaciones adversas que amenazan su integridad, pero sin duda esta capacidad

requiere de un proceso de aprendizaje desde temprana edad, para lograr superar y modificar las adversidades que se presentan a diario.

Segunda categoría. La competencia emocional, según Knight (2007) citado por Cabanyes (2010) la competencia emocional se encuentra conformada por el autoconcepto positivo, la autonomía, el sentido del humor y el autocontrol emocional como determinante en la resiliencia. Por tal razón, es fundamental realizar un análisis de los componentes que conforman la competencia emocional en la población víctima de violencia sexual, puesto que es un factor muy influyente en el proceso de resiliencia.

Tercera categoría. La competencia social, según Bisquerra (2019) “es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas; esto implica dominar las habilidades sociales básicas, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes prosociales, asertividad, etc”. De tal manera, el mantenimiento de relaciones sociales en una mujer víctima de violencia sexual es una fuente de apoyo en el proceso de resiliencia, pues ayuda a desarrollar capacidades de expresar sentimientos, opiniones, deseos o necesidades en diferentes situaciones sin experimentar tensión o emociones negativas.

Cuarta categoría. El proyecto de vida, teniendo en cuenta a D’Angelo (2002) el proyecto de vida se define como “Un proceso que estructura tanto las expectativas vitales como las estrategias para lograr dichos objetivos en el marco de un contexto social. Representa la relación del individuo consigo mismo y con la comunidad a la que pertenece, definiendo las posibilidades para lograr esas aspiraciones”. Según lo anterior, es importante resaltar la necesidad de tener establecido un proyecto de vida para poder superar eventos traumáticos como la violencia sexual, pues cuando una persona tiene establecido unos objetivos a futuro, puede tener una razón o motivación para superar las adversidades que se le presente y centrarse en conseguir sus metas.

Análisis de la información recolectada

La información recolectada se realizará por medio de una triangulación población; la cual según Aguilar & Barroso, (2015), hacen referencia acerca de la triangulación de investigadores que: “En este tipo de triangulación se utilizarán varios observadores en el campo de investigación. De esta forma incrementamos la calidad y la validez de los datos ya que se cuenta

con distintas perspectivas de un mismo objeto de estudio y se elimina el sesgo de un único investigador”. En otras palabras, en este tipo de triangulación se emplea una técnica de evaluación, en este caso se utilizan tres entrevistas semiestructuradas, donde una entrevista se realizará a dos mujeres víctimas de violencia sexual, la otra entrevista a familiar cercano de cada víctima y una entrevista a un profesional experto en procesos de intervención con dicha población, para obtener información veraz respecto a los factores asociados al proceso de resiliencia con mayor impacto en la población.

Recursos disponibles

Materiales. Aula de clase o laboratorio, grabadora de audio, fotocopias o impresiones, lápices, computador, impresora, tinta y cartilla.

Humanos. Brenda Nikoc Estevez Ibarra psicóloga en formación.

Dos (2) Mujeres víctimas de violencia sexual

Dos (2) familiares cercanos de las mujeres victimas

Un (1) profesional experto en procesos de intervención con dicha población.

Andrea Isabel Bacca Vega – directora de tesis

Jhonattan Zapata Garzon y Eliana Ibañez Casadiegos docentes asesores de seminario y trabajo de grado.

Institucionales. Universidad de Pamplona

Cronograma

Tabla 4. Cronograma.

Actividad	Marzo				Abril				Mayo				Junio				Octubre				Nov.	
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2
Reconocimiento del problema.																						
Planteamiento de objetivos.																						
Descripción y planteamiento del problema.																						
Construcción del marco teórico y estado del arte.																						
Metodología.																						
Aplicación de las técnicas																						
Análisis de la información - Resultados																						
Realización de la cartilla informativa																						

**DIAGRAMA DE MATRICES
ANÁLISIS PARTICIPANTES Y FAMILIAR**

PRIMERA CATEGORÍA. Resiliencia

Definición con cita Cordero y Teyes (2016) mencionan que la resiliencia “Es la capacidad de evolucionar favorablemente a pesar del sufrimiento y, a veces, la capacidad de sacar partido de ese sufrimiento”.

PREGUNTAS	UNIDAD DE ANÁLISIS DE CADA SUJETO	PALABRAS CLAVES	ANÁLISIS
<p>1. Mencione sus fortalezas y debilidades</p>	<p>Participante 1: <i>“Mis fortalezas pues buscar el lado positivo de todo, sonreír siempre y tratar de ver lo más bonito de la vida y debilidades a veces el miedo, la impotencia”.</i></p> <p>Participante 2: <i>“una de las fortalezas, es que me considero una mujer emprendedora, porque toda mi vida he trabajado, he sido independiente, me gusta trabajar, me gusta ayudar a las personas o sobre todo a cualquier ser vivo que se pueda ayudar se ayuda, tengo más inclinación por decirlo así con los animales indefensos, sobre todo los que están en las calles como perritos y gaticos, ehh me considero una buena líder, pues tengo una miniempresa y trato que los</i></p>	<p>Optimismo, esperanza, felicidad, miedo e impotencia (Participante 1).</p> <p>sociable, bondadosa, servicial y exceso de confianza (familiar Participante 1).</p> <p>emprendedora, buena líder, independiente, servicial, perfeccionista, estrés y mal genio (Participante 2)</p>	<p>Según Acosta (2013), plantea que el desarrollo y la utilización de las fortalezas permite a los individuos crecer psicológicamente y adaptarse a las situaciones de estrés. Es decir, el incremento de fortalezas hace parte del proceso de adaptación de un sujeto ante situaciones difíciles; por lo cual, es importante la implementación de estas en mujeres víctimas de violencia sexual, para obtener resultados positivos durante el proceso de recuperación; por lo tanto, las fortalezas que</p>

empleados estén bien y que se sientan a gustos por trabajar y pertenecer a esa empresa”; una de las debilidades que tengo de las muchas, yo creo que la principal es el estrés yo me estreso mucho porque a veces las cosas no salen como yo quiero, pero es más porque trato que las cosas salgan bien, sin hacerle daño a nadie y a veces tengo estrés porque manejo mucha responsabilidad y también el mal genio a veces se me sale un poco pero es más controlable”.

Familiar Participante 1: *“una de las fortalezas más linda que ella tiene, es la forma de socializar con las personas, ella es muy carismática, ella es muy bondadosa, muy servicial, ella es muy presta a la ayuda de la persona necesitada”; “la debilidad más grande que le veo a ella es que ella confía mucho en las personas y a veces la hieren, la lastiman, entonces yo le he dicho a ella que tiene que ser más desconfiada”.*

Familiar Participante 2: *ella es una buena líder, porque en el trabajo ella sabe escuchar y motivar a sus empleados, también se ha caracterizado por ser muy persistente para conseguir lo que se propone, siempre busca*

Buena líder, persistente, resolución de conflictos, prudente, honesta, bondadosa, perfeccionista, afanada y estrés **(familiar Participante 2).**

caracterizan a las dos mujeres participantes de la presente investigación son el optimismo, la bondad, la empatía, el emprendimiento, el liderazgo y resolución de conflictos; por otra parte, las debilidades más comunes en dichas mujeres, es el miedo, la impotencia, perfeccionismo y estrés.

soluciones a los problemas que se le presente, es muy prudente, es honesta y muy bondadosa, porque siempre trata de ayudar a las personas que la rodean y más con los perritos de la calle”; “las debilidades es que a veces tiende a ser perfeccionista y afanada quiere hacer o tener las cosas rápido, por eso se estresa a veces”.

2. ¿Qué actividades realiza en su tiempo libre?

Participante 1: *“deporte, oficios varios yo siempre digo que hago de todito, lo que se presente, como belleza, como costura, como algo de decoración, cualquier cosa que sea para mantener la mente ocupada”.*

Participante 2: *“en mi poco tiempo libre, me gusta descansar y dormir, me gusta también ver películas, ir a cine, ver películas ahí en la casa, caminar aparte del ejercicio que hago todos los días, pero hacer ejercicios hace parte de mi rutina diaria”.*

Familiar Participante 1: *“ella es una mujer, muy, ella le encanta cuidarse físicamente, en sus tiempos libres ella le encanta ir al gimnasio, se dedica a su cuidado físico en sus tiempos libres”.*

Familiar Participante 2: *“pues a ella le gusta disfrutar tiempo con sus*

Deporte, oficios varios, belleza, costura y decoración **(Participante 1).**

Cuidado propio e ir al gimnasio. **(familiar Participante 1).**

Descansar, ver películas, ir a cine, realizar ejercicio y caminar **(Participante 2).**

Disfrutar con familia y mascotas, ir a cine, pasear y descansar **(Familiar Participante 2).**

Para contextualizar el significado de tiempo libre se refiere al tiempo disponible para realizar actividades por puro placer (Batista 1994); las cuales contiene aquellas actividades de expansión, diversión y consumo cultural que precisan de un espacio público como ir al cine o al teatro; así como aquellas que se desarrollan en el espacio privado como descansar, relajarse o hacer ejercicio (Ramos 1990, citado en Enciso 1999). Por lo cual los resultados que se obtuvieron en la presente pregunta demuestran las actividades que por voluntad y satisfacción propia realizan las participantes en su

mascotas y con su familia, también le gusta ir a cine o salir a pasear, y cuando está muy cansada le gusta quedarse un fin de semana descansando en la casa”.

tiempo libre, como lo es realizar deporte, cuidado propio, belleza, decoración, costura, ver películas, descansar, disfrutar con la familia y mascotas. De modo que dichas actividades aportan a mantener un estado de bienestar físico, mental y social en su diario vivir.

3. ¿Qué actitudes o situaciones del entorno, hacen que sea una persona independiente?

Participante 1: *“pues yo creo que, el saber que al estar solo todo lo tiene que hacer usted así se ponga difícil, así sea eh fácil o difícil pues, al sentirse que de una u otra manera, usted cuenta es con usted misma”.*

Participante 2: *“pues la verdad yo trato de hacer las cosas por mí misma, ya dado el caso que no pueda pediré ayuda o contratare a alguien, pero la verdad siempre dejo de última opción buscar ayuda, porque siempre hago todo por mí misma y también he salido adelante por mí misma, por ejemplo, a mí me gusta aprender para después estar realizando uno las cosas”.*

Familiar Participante 1: *“pues, ella de la misma forma que le gusta confiar en las personas, cuando a ella,*

Eficiencia, autonomía, independencia económica, emprendedora
(Participantes y Familiares 1 y 2)

Es importante la actitud independiente para ser resiliente, por tal motivo una mujer independiente, es un estereotipo de mujer fuerte y madura (a pesar de su relativa juventud), con ideas fijas y valores sociales y personales muy definidos, que no necesita la presencia de un compañero del otro sexo para salir adelante con su vida (García Reyes, 2003 citado en Mallea, Paglia, Rimoldi, Ruata, Sastre, Touza, 2016). Lo anterior puede verse plasmado en las respuestas de las mujeres que fueron víctimas de violencia sexual, pues mencionan actitudes como autonomía y

digámoslo así la traiciona o recibe una forma contraria a la ayuda de la persona que la hiere o algo, ella se aleja y si es que depende de algo de esa persona, se hace independiente ella de sus cosas para no necesitar de esa persona que la lastimo, esa es la forma que ella actúa”.

Familiar Participante 2: *“ella es muy independiente, si porque siempre desde muy joven es muy emprendedora, ósea siempre busca la manera de hacer su propio dinero sin necesitar que otra persona la mantenga, también ella busca soluciones a los problemas que se le presente, por ejemplo, ella sabe hacer muchas cosas, y si en la casa se le daña el tapizado de una silla, ella misma la arregla, ehhh, claro que hay cosas que no sabe cómo arreglarlas y contrata a una persona que si sepa, pero siempre y cuando ella pueda hacer las cosas por su cuenta las hace”.*

eficiencia en las tareas que realizan en su diario vivir, así como independencia económica pues trabajan y buscan sus propios ingresos económicos, son emprendedoras pues buscan aprender nuevas cosas, lo cual las ha enseñado a ser más fuertes en momentos difíciles de la vida, pues para ellas no es de gran necesidad el apoyo constante de otra persona para continuar con sus proyectos o sueños en la vida.

4. Ante una situación difícil o una eventualidad de la vida, normalmente ¿cuáles son las acciones que usted toma, positivas o negativas?

Participante 1: *“pues cuando es algo difícil que siento que se me va a salir de pronto de control, ehh primero pedirle mucho a Dios, sabiduría y que lo ayuden a uno a entender, porque pasan esas cosas y que le da a uno como la fuerza y la fortaleza para poder superarlas y enfrentarlas”.*

Participante 2: *“yo digo que lo primero que uno hace es reaccionar ante esa eventualidad que le esté pasando a uno, digamos que sea una muerte de un familiar, obviamente eso no es que no duela aunque uno ya sabe que todos nos vamos a morir, pero eso es un dolor que aunque quieras hacerte la dura, ehh vas a sentirte débil y sentir dolor; pero si es un acontecimiento como que se dañó el carro entonces lo primero que uno hace es tomar serenidad y mirar a ver cómo puede uno salir de ese problema”.*

Familiar Participante 1: *“no ella, es una persona positiva, yo la veo como una persona positiva porque, ella le gusta analizar mucho los pros y las contras, entonces a ella le gusta cómo sacarle el jugo a la situación, para agarrar lo mejor, entonces eso es lo que yo veo”.*

Orar a Dios, sabiduría, entender, fortaleza, enfrentarlas y superarlas
(Participante 1).

Reaccionar, tomar serenidad y buscar solución
(Participante 2).

Positiva, analiza y busca lo mejor
(Familiar Participante 1).

Analizar, buscar soluciones y confrontar tranquilamente
(Familiar Participante 2).

En la solución de problemas se combinan dos procesos complejos: uno es la comprensión, la cual genera un espacio del problema y otro la solución que explora el espacio del problema para de esta forma, intentar resolverlo. La representación que el sujeto construye del problema determina la forma como se planteará resolverlo (Rojas, 2010). Teniendo en cuenta el anterior aporte, es necesario comprender lo que genera el problema para luego buscar la forma de solucionarlo, de este modo cada persona toma diferentes acciones ante situaciones difíciles, algunas de ellas positivas o negativas; por lo cual, las respuestas más comunes de las mujeres entrevistadas ante una eventualidad de la vida, es reaccionar emocionalmente, tomar serenidad, analizar o entender lo que está sucediendo para luego confrontar la situación y buscar una solución, cabe

Familiar Participante 2: *“pues positivas, porque ella siempre busca solucionar los problemas o inconvenientes que se le presente, por ejemplo, hablar con la persona involucrada o analizar la situación para buscarle una solución, pero siempre confronta las situaciones de una manera tranquila, aunque si la situación merece tener un carácter fuerte lo hace, pues porque a veces le toca ser firme para tener autoridad”.*

mencionar que en ciertos casos recurren a la parte espiritual para buscar fortaleza y sabiduría al momento de actuar.

5. Debido a la experiencia vivida, ¿Considera que es una persona diferente a los demás o que merece un trato especial, por qué?

Participante 1: *“No para nada, no me gusta la lastima, pues la verdad, de pronto tocaría el tema, si es algo para dejarle a la gente, algo positivo, pero no la uso de una manera negativa, no porque todo pasa por algo, y cada cosa que le pasa a uno en la vida, por mala que sea, tiene que ser para fortalecerlo, no para destruirlo y pues si uno le puede ayudar a la gente, con la experiencia positivamente, pues se puede utilizar”.*

No le gusta la lastima, fortalecimiento y ayuda a otros con la experiencia positivamente **(Participante 1).**

Considerando que la experiencia vivida por las participantes puede generar estigmatización social, como lo menciona la Amnistía Internacional Argentina (2015) Cuando mujeres y niñas que han sido agredidas sexualmente se encuentran con actitudes de sospecha, censura o culpabilización, o cuando los hombres sobrevivientes de agresión sexual son estigmatizados, culpabilizados u hostigados. Lo anterior, favorece la estigmatización o desigualdad social de las víctimas, pues las

Participante 2: *“No la verdad no, la verdad yo no considero que me tengan por decir lastima o que me tengan preferencia por eso no, fue alguna condición de la vida que sucedió y no sé cómo explicarlo, pero gracias a Dios,*

No, ni lastima, ni preferencia, fortalecimiento y no se siente menospreciada **(Participante 2).**

No, superación poco a poco, se convirtió bondadosa, servicial

soy fuerte y eso me ha dado, no es eso, sino que ósea no tengo porque sentirme menospreciada, por lo que me paso”.

Familiar Participante 1: *“No, porque, ella, yo creo que esto es una etapa de la vida de ella, que ha ido superando poco a poco y pues esto la ha hecho crear esa bondad en su corazón, porque ese sufrimiento que ella tuvo, no quiere que nadie lo tenga y por eso es que ella es así tan servicial, tan llevada ayudar a la gente con ese corazón bonito, yo creo que eso es una de las razones más fuertes porque como ella sufrió, ella sabe que significa sufrir, entonces ella no quisiera ver a otra persona en su situación, por eso ella ayuda mucho a las personas”.*

Familiar Participante 2: *“No, porque lo que le paso a ella no la hace diferente, sino la ha vuelto más fuerte, siendo una mujer emprendedora y bondadosa con los demás”.*

y empática con otros
(Familiar Participante 1).

No es diferente, es más fuerte, emprendedora y bondadosa con otros
(Familiar Participante 2).

categorizan negativamente y son menospreciadas por la sociedad; sin embargo, algunas mujeres sobrevivientes a este hecho llegan a sobrepasar esas discriminación y pueden volverse resilientes, esto lo podemos evidenciar en las respuestas de las participantes, las cuales resaltan que no se consideran diferentes a los demás, por lo cual no les gusta despertar lastima en las personas, pues sienten que son mujeres fuertes que han podido superar la situación que les ocurrió y si es posible servir de ejemplo para ayudar a otras personas. Igualmente, los familiares de las participantes no las consideran diferentes a los demás, sino mujeres fuertes, emprendedoras, bondadosas y empáticas con otras personas, pues comprenden el dolor por el cual pasaron y no quieren que esto mismo les suceda a otras.

SEGUNDA CATEGORÍA. Competencia Emocional

Para Knight (2007) la competencia emocional se encuentra conformada por el autoconcepto positivo, la autonomía, el sentido del humor y el autocontrol emocional como determinante en la resiliencia.

PREGUNTAS	UNIDAD DE ANÁLISIS DE CADA SUJETO	PALABRAS CLAVES	ANÁLISIS
<p>6. ¿Cuáles son las emociones y sentimientos que más presenta en su diario vivir?</p>	<p>Participante 1: <i>“las emociones, pues la verdad soy una persona muy alegre, eh pues porque la tristeza no, toma mucha parte de mi vida porque soy de las que pienso que para vivir triste no, la vida es muy bonita hay personas que, que si usted va a un hospital o algo, quisiera tener un poquito de vida entonces yo creo que hay cosas, que hay que estar hay como, dándose látigo, si no levantarse cada día con ganas de vivir y poner todo en mano de Dios y hay vivir con una sonrisa a toda hora, y pues, si cuando las cosas se complican de pronto pues tratar de, de.... Verlas con carácter y eso, pero no si acaso cinco minutos de mal genio, pero de resto que sea alegría (risas)”.</i></p> <p>Participante 2: <i>“bueno, yo en el día a día trato, bueno trato no lo hago de cómo le dije trabajo en una empresa, en la cual se atiende muchas personas y yo siempre trato de sonreír de estar alegre, de saludar y tratar bien a las personas y</i></p>	<p>Alegría, sonrisa, optimismo, felicidad y enojo (Participantes 1 y 2)</p> <p>Alegre, tranquila, bondad e impaciente (familiar Participante s 1 y 2)</p>	<p>Es necesario conocer que las mujeres que han sido víctimas de violencia sexual reportan sentimientos permanentes de tristeza, rabia, impotencia, incapacidad, cambio en sus actividades, sin encontrar sentido al presente y al futuro (SISMA, 2011). Por lo cual, es importante evaluar la competencia emocional de las participantes para identificar como el desarrollo de la resiliencia las ayuda a tener sentimientos y emociones positivos en su diario vivir; por consiguiente en las respuestas de dichas mujeres resaltan emociones y sentimientos como la alegría, la felicidad, optimismo y enojo en algunas situaciones estresantes en su día a día; así mismo, sus familiares</p>

la verdad, eh me siento bien trabajando ahí y me siento pues feliz de estar ahí trabajando y compartir con personas, y muy poco estoy malgeniada porque trato siempre de estar con una sonrisa”.

Familiar Participante 1: “*Ella es muy alegre, cien por ciento alegre, ella la ve a usted triste y se acerca a regalarle una sonrisa, ella es muy alegre, pero ella de la mismo alegre que es la hieren con facilidad, por eso uno sabe cuándo ella está herida por la actitud que ella toma, de la misma forma que ella es tan alegre, entonces por eso uno se da cuenta rápido cuando está herida”.*

Familiar Participante 2: “*pues lo que más percibo en ella es tranquilidad, alegría y bondad por ayudar a sus seres queridos, aunque algunas veces es impaciente y se estresa porque las cosas no salen como lo espera”.*

contribuyen mencionando que perciben alegría, tranquilidad, bondad e impaciencia en ellas. De este modo, la felicidad favorece la recepción e interpretación positiva de los diversos estímulos ambientales. (Delgado, 1992). Es decir, los sentimientos o emociones positivas son favorables al proceso de adaptación de un sujeto en sus diferentes contextos, contribuyendo a su proceso de resiliencia.

7. ¿Cómo expresa sus emociones y sentimientos ante otras personas?

Participante 1: “*yo creo que yo soy una persona, que si me ven, piensan que no me ha pasado absolutamente nada en la vida, porque mi mirada y todo eso como de alguien, con mucha fuerza, muy fuerte, que ósea no quien va a pensar que ha sufrido con esa sonrisa en la cara y con esa manera de ver, mi hijo el mayor el de 26 años me dice que*

Alegría, fuerza, seguridad y positivismo
(Participante 1).

Espontanea
(Participante 2).

Cariñosa,

La forma como se expresa las emociones es primordial para poder identificar la estabilidad emocional de una persona; para ello es necesario conocer el concepto de regulación emocional, el cual según Gross (1999) citado en

admira mucho que yo hasta lo más malo le veo el lado positivo (risas), que como hace para hacer eso, yo le digo mi amor algún día aprende, algún día aprende”.

Participante 2: *“pues la verdad soy muy espontanea, ósea en el lugar de trabajo y en mi casa si estoy feliz, pues nada estoy feliz, y obvio la persona que este al lado de uno, saben que uno está bien y se siente bien y lo mismo cuando ahí tristeza o cuando uno está malgeniado, también es fácil de notar”.*

Familiar Participante 1: *“ella es cariñosa porque ella lo abraza lo besa lo acaricia le dice cosas bonitas, ella siempre como que le dice a la persona lo que esa persona quiere escuchar, no sé cómo lo hace ella, pero ella mirándole su cara ella de una vez se da cuenta la palabra que usted necesita y ella se la dice, ella es muy alegre”.*

Familiar Participante 2: *“Como le decía ella es muy tranquila, ehh ella expresa sus emociones cuando son cosas que la sorprenden, ehh en fechas importantes o situaciones difíciles”.*

bondadosa y alegre
(Familiar Participante 1)

Tranquila
(Familiar Participante 2)

García (2018), lo define como aquellos procesos en los cuales las personas ejercen una influencia sobre sus emociones, en el momento en que las perciben y sobre cómo las experimentan y las expresan. Esto quiere decir, que cada persona puede identificar las emociones que experimenta y ejercer un control en como las expresa ante otras personas o en su entorno; en cuanto a la forma de expresión de las emociones y sentimientos de las participantes se destacan la fuerza, seguridad, espontaneidad, felicidad y positivismo; a su vez, los familiares perciben en ellas al momento de expresarse alegría, tranquilidad, bondad y cariño.

8. ¿Cuáles son las emociones	Participante 1: <i>“pues a veces me, me estreso un poco porque cuando me</i>	Estrés, impotencia y	Si bien es cierto, los seres humanos nos encontramos en
-------------------------------------	---	----------------------	---

y sentimientos más frecuentes, en situaciones difíciles?

da impotencia, cuando veo una situación muy difícil, me siento ehh impotente pues me da un poquito, pero sinceramente son como 5 minutos que hago como de receso para pensar y pedirle a Dios cual es la manera de superarlo y pues yo creo que el me escucha mucho, porque lo logro entonces todo en la vida se tiene que enfrentar por muy malo que sea, (si) entonces uno no puede, estar ahí, si claro hay cosas difíciles pero no imposibles de superar, todo va en el amor propio en lo que aprenda a quererse en lo que aprenda que vale usted, que usted vale mucho y la vida vale mucho, y cada oportunidad que mi Dios le dé a uno. Para vivirla ya solo por eso uno tiene que armarse de valor y siempre van a ver momentos difíciles lo importante es, este superarlos de buena manera y mirarles el lado positivo, no le digo que es que mi hijo me dice yo no sé yo no entiendo risas (risas) como hace usted para verle el lado positivo a todo (risa)”.

Participante 2: *“pues yo considero que el estrés, yo me estreso, pero eso no quiere decir que alguien pague por ese estrés que yo siento, nada es un estrés por acumulación de trabajos, pero si tú me preguntas una emoción seria como*

tranquilidad
(Participante 1).

Estrés e ira
(Participante 2).

Tristeza y temor
(Familiar Participante 1).

Enfado, impotencia y tristeza
(Familiar Participante 2).

constante cambio e interacción con el mundo exterior, por ello podemos encontrarnos con algunas situaciones estresantes o difíciles, donde se pueden experimentar emociones o sentimientos, los cuales tiene como finalidad según Pallarés (2010, p. 35) “superar los cambios detectados, e intentan preservar nuestra integridad y facilitar nuestra adaptación al medio que nos rodea o que ha producido estos cambios”. Teniendo en cuenta lo anterior y las opiniones de las participantes corroborado con las de sus familiares, quienes manifiestan que experimentan emociones y sentimiento como ira, impotencia, estrés, tristeza, temor y enfado, cuando se encuentran en situaciones difíciles; sin embargo, resaltan que después de cierto tiempo, manejan sus emociones y sentimientos y encuentran tranquilidad para aprender y corregir o solucionar lo que genera

ira, pero a la vez se me pasa también, yo creo que somos seres humanos que tenemos nuestros defectos, pero yo trato de corregirlos”.

malestar.

Familiar Participante 1: *“como una tristeza y como temor a veces sí, porque hay cosas que a uno le dan temor de que se salgan de las manos y puedan prolongarse a algo más delicado o algo así; ehh ella se concentra mucho en pensar, ella más bien como que se aísla y comienza analizar a pensar cómo puede salir de la situación sin herir si ella analiza mucho la forma de utilizar su sentimiento, la forma negativa lo que hace ella es analizar pensar como sentarse en un momento de como como quien dice de analizar todo para sacar provecho o una forma de solucionar el problema sin ocasionar más problemas porque a veces suele pasar eso, claro”.*

Familiar Participante 2: *“ehh en situaciones difíciles, es común percibir en ella enfado ehh impotencia porque las cosas no le salen como lo espera, algunas veces tristeza, pero ella siempre trata de que eso no le afecte a la hora de buscar soluciones”.*

9. ¿Cuáles son las estrategias que utiliza para controlar sus emociones negativas?

Participante 1: ehh 10 minutos o 15 minutos en mi cuarto, ehh abrazando una almohada mordéndola y llorando con todas las ganas, pero que nadie me escuche gritando así brozándola duro y gritándole a la almohada, pero que nadie lo oiga y luego salgo voy al baño y me lavo la cara humm me sonrió, y sigo.

Participante 2: *“si estoy muy enojada yo me retiro, espero calmarme y a veces uno se llena tanto que produce llanto, porque uno a veces como que se encierra, pero no lloro delante de la gente, espero que se me pase para hablar con la persona, pero yo soy una de las personas que oro mucho y creo mucho en Dios y sé que la oración me ayuda para que se me pase”*.

Familiar Participante 1: *“pues ella busca como compañía, cuando ella esta así como muy deprimida ella tiene muchas amistades de la misma forma de ser ella, ella tiene muchas amistades, entonces ella como vive tan rodeada de personas, entonces las personas ya más o menos la han ido conociendo y cuando la ven así se acercan a ella y le hacen un chiste se ríen, le brindan un helado, le traen un jugo, la acompañan, recibe visita, entonces esa es la forma de ella aislar tantico esos sentimientos*

Tiempo de receso, abrazar y gritar una almohada (**Participante 1**).

Tiempo de receso y oración con Dios para calmarse (**Participante 2**).

Buscar compañía (**Familiar Participante 1**).

Espacio en soledad, buscar soluciones o ayuda (**Familiar Participante 2**).

Con respecto a las estrategias que emplean las participantes para controlar sus emociones, podemos encontrar que emplean un tiempo de receso o de espacio en soledad para poder desahogarse y reflexionar sobre la situación que le está afectando, para luego buscar soluciones o compañía; también utilizan la oración con proceso espiritual para calmar sus emociones. Lo anterior lo podemos complementar, mediante el aporte de Martínez, Piqueras y Cándido (2016), los cuales mencionan que *“las personas con altos niveles de inteligencia emocional adoptan estrategias de afrontamiento basadas en la reflexión, evaluación y planificación”*.

Es necesario recalcar, la importancia de implementar estrategias para el control emocional, debido a que estudios revelan que la existencia de déficits en el procesamiento y regulación

	<p><i>buscando compañía”.</i></p> <p>Familiar Participante 2: <i>“pues yo veo que ella busca un espacio en soledad y en silencio para controlar sus emociones y pensar bien que es lo que tiene que hacer ante la situación que se encuentre y si necesita ayuda de alguien la busca”.</i></p>		<p>de las emociones puede generar trastornos clínicos de personalidad, consumo de sustancias y baja autoestima (Hervás, 2011). De ahí, la importancia de la autorregulación emocional para evitar afectaciones a nivel psicológico, emocional y social.</p>
<p>10. ¿Se siente satisfecha consigo misma, con lo que es y conoce de usted, por qué?</p>	<p>Participante 1: <i>“demasiado muchísimo porque si volvería a nacer no cambiaría, nada de mi vida nada, sería la misma porque gracias a eso eh aprendido mucho ósea, eh no vivir en una burbuja ya es un regalo, ya es un regalo porque, porque sabe usted manejar muchas cosas entonces no, viviría exactamente lo mismo porque me encanta tener la sabiduría que tengo y me encanta el ser humano que soy ahorita porque si no, ni yo misma me fuera dado cuenta la la gran persona que soy y lo fuerte que soy entonces”.</i></p> <p>Participante 2: <i>“sí, porque yo me considero una emprendedora que he pasado por muchas situaciones, he trabajado y he salido adelante y obviamente de la mano de Dios primeramente de la mano de mi esposo, de mi familia, mi familia quiere decir también hermanos, mamá, sobrinos,</i></p>	<p>No cambiaría nada y sería la misma (Participante 1)</p> <p>Sí, soy una emprendedora. (Participante 2)</p> <p>Autoestima alta, amor propio y alegre (Familiar Participante 1)</p> <p>Segura de sí misma (Familiar Participante 2)</p>	<p>Si bien es cierto, la violencia sexual afecta directamente la autoestima de las mujeres víctimas, pues según un estudio realizado por Castillo (2018) “Las mujeres, víctimas de violencia se sienten frustradas, fracasadas y desvalorizadas ante la sociedad, por lo que, a mayor violencia de tipo física, psicológica, sexual y económica, menor autoestima”. de esta manera queda claro que la autoestima es un factor sumamente importante para que una mujer que fue víctima de violencia sexual pueda superar el evento traumático y recupere el valor de sí misma.</p>

todos”.

Familiar Participante 1: *“si yo la considero con autoestima alta, porque ella aparte de todo ella se quiere mucho, ella se cuida, ella así la hieren ella no se deja achicopalar por las palabras que a veces dicen personas sin saber y ella no se deja, sigue con su actitud de buena persona, de dar consejos, de alegría, porque yo creo que a ella la representa el sentimiento de la alegría, ella le gusta estar alegre ella es muy alegre”.*

Familiar Participante 2: *“Si, porque ella es muy segura de sí misma, no le importa lo que las demás personas piensen de ella, por ejemplo, si alguien le dice que esta gorda a ella no le afecta, claro que ella es consciente del cuidado que debe de tener con su cuerpo y con su salud, pero no permite que los comentarios de otras personas le afecten”.*

Por otra parte, Mézerville (2004, p. 61) menciona que *“La autoestima es la percepción valorativa y confiada de sí misma, que motiva a la persona a manejarse con propiedad, manifestarse con autonomía y proyectarse satisfactoriamente en la vida”.* Teniendo en cuenta lo anterior, las mujeres entrevistadas mencionaron sentirse satisfecha y seguras de sí mismas, pues consideran que son emprendedoras y fuertes ya que han superado muchas situaciones difíciles; igualmente, los familiares de dichas mujeres resaltan en ellas la autoestima alta, el amor propio, la resistencia a las críticas y con actitud positiva.

11. ¿Tiene una relación de pareja actualmente? y ¿Cómo la describiría?

Participante 1: No, en la actualidad.

Participante 2: *si, ya hace 31 años de habernos conocidos, nos hemos casado dos veces, eh la verdad ese hombre para mí ha sido un apoyo, no tanto sentimental sino también para el*

No (**Participante 1**).

Si, hace 31 años, casados, apoyo, comprensión, polos opuestos, resolución

Según un estudio sobre las consecuencias psicológicas del abuso sexual infantil se observa un desajuste en las relaciones de pareja, con relaciones inestables y una evaluación

trabajo, es una persona que me ha apoyado siempre en mis decisiones, que ha estado ahí diciéndome que entre los dos yo soy la más fuerte, que yo soy como dice la luchadora la guerrera, pero él ha sido ese ángel que siempre ha estado ahí para apoyarme siempre y por decirlo así él es mi polo opuesto y a diferencia de mi él es más calmado, él toma las cosas más pacíficamente, y obviamente tenemos nuestros inconvenientes como toda pareja pero siempre tratamos de solucionarlas y de salir adelante”.

Familiar Participante 1: *“no, no, ósea ella ha tenido pareja, pero no es así estable sino pasajera”.*

Familiar Participante 2: *“Si, ella se casó hace año y medio con la pareja que ha tenido desde que era joven, ehh pues esa relación la describiría como de mucho amor, respeto, comprensión, apoyo mutuo y muy buena convivencia, porque ellos se la llevaban muy bien, se apoyan el uno al otro, como si fueran muy buenos amigos, ehh por ejemplo si uno se enferma el otro esta pendiente de que este bien, ehh que si necesita ayuda económica igualmente ambos se apoyan mucho y todo eso es de admirar”.*

de problemas y salir adelante
(Participante 2).

No, pasajeras
(Familiar Participante 1).

Sí, casados, mucho amor, respeto, comprensión, apoyo mutuo y muy buena convivencia
(Familiar Participante 2).

negativa de las mismas (Rodríguez, Aguiar & García, 2012). Por consiguiente, es necesario evaluar cómo se desarrollan las relaciones de pareja de las mujeres que fueron víctimas de violencia sexual en la actualidad para identificar como la resiliencia influye en ellas. Ante esto, una participante menciona tener una relación estable desde hace 31 años, de la cual actualmente se encuentran casados y conllevan una muy buena convivencia, apoyo mutuo, respeto, amor y comprensión. Por otra parte, la otra víctima no tiene una relación de pareja actual y su familiar menciona que son pasajeras.

12. ¿Cómo fue su última relación de pareja?

Participante 1: *“pues buena buena pero, creo me volví una persona muy exigente, exigente en que ya por lo menos, si yo siento que una persona no me valora entonces no, no pierdo mi tiempo hay, porque pienso que si dos personas están juntas es para valorarse para quererse para, entonces hoy en día eso es complicado, (si) entonces no, No, es mejor terminar la relación normal, normal sin necesidad de que haya conflicto igual no sirvió y ya, porque uno tiene que valorarse mucho no puede permitir que alguien venga a cortarlas las alas al contrario tiene que dejarlas libres para que pueda volar esa es la persona que en realidad lo ama a uno”.*

Participante 2: solo ha tenido una pareja.

Familiar Participante 1: *“pues en la última relación que ella tubo, no sabría decirle, porque han sido, ósea fue muy pasajera sí, no duro mucho entonces no; pues en las relaciones así que ha durado, ehh a veces ella como en el anhelo de ella compartir una vida como sentimental, ella entrega mucho esperando lo mismo y no es así, entonces a veces ha salido herida por eso, por la forma de que ella espera tanto de esa persona y esa persona no*

Buena, pero soy exigente, me valoro y no pierdo tiempo
(Participante 1).

Solo ha tenido una pareja
(Participante 2).

Pasajeras, entrega sentimental y herido
(Familiar Participante 1).

Solo ha tenido una pareja
(Familiar participante 2).

Debido al anterior aporte teórico, se conoce que el desarrollo de las relaciones de pareja en mujeres que fueron víctimas de violencia sexual, se ven afectadas por el evento traumático que vivieron; por lo cual, es considerable indagar como fue la última relación de pareja que tuvieron las víctimas; en las cuales, una de ellas solo ha tenido una relación de pareja, donde actualmente se encuentra casada, la otra participante refiere que su última relación fue buena pero cree que se volvió una persona exigente al momento de elegir pareja, pues ella busca una persona que la valore como mujer y la ame como ella es.

sale con nada o le queda mal o la engaña o algo y entonces ella le da tristeza, entonces yo creo que eso es una de las razones más fuertes, por las que ella en este momento no tiene una relación estable así con una persona, porque la han herido”.

Familiar Participante 2: Solo ha tenido una pareja.

TERCERA CATEGORÍA. Competencia Social

Según Bisquerra (2019) la competencia social es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas; esto implica dominar las habilidades sociales básicas, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes prosociales, asertividad, etc.

PREGUNTAS	UNIDAD DE ANÁLISIS DE CADA SUJETO	PALABRAS CLAVES	ANÁLISIS
13. Argumente según su criterio propio, ¿que son las relaciones sociales?	Participante 1: <i>“las relaciones sociales son complicadas, porque pues hay personas conflictivas hay personas difíciles, hay personas muy agradables, y hay personas que uno tiene que hacer un... para uno entablar una conversación de 10 minutos porque le toca pero, igual pues todo se puede no; todo se puede todo es cuestión de usted saber manejar toda la situación y aceptar a las personas tal cual como son porque uno no puede estar</i>	Complicadas, tolerancia y aceptación (Participante 1). Forma de interacción con otros (Participante 2).	Al momento de indagar la competencia social de las participantes, es importante conocer el concepto que dichas mujeres tienen sobre las relaciones sociales, pues esto facilitara la comprensión de la presente categoría. Por lo cual, según Porporatto (2015) “las relaciones sociales son las múltiples interacciones que se dan

queriendo cambiar a cada persona que conoce porque cada cual tiene su forma de ser y su forma de ver la vida y de pensar, y todo eso es respetable y si todos los seres humanos hiciéramos eso respetar a cada persona tal cual pues yo creo que la sociedad fuera diferente no!”.

Participante 2: *“es como la forma de interacción con otras personas, con familiares, amigos y personas cercanas”.*

entre dos o más personas en la sociedad, por las cuales los sujetos establecen vínculos laborales, familiares, profesionales, amistosos, deportivos”.

En contraste con el criterio propio que tienen las participantes sobre el concepto de relaciones sociales, son para una de ellas la forma de interacción con otras personas como familiares, amigos y personas cercanas; pero para la otra participante son complicadas, debido a que se existen variedad de personas, que se deben aprender aceptar y tolerar para poder entablar una conversación o relación.

14. Defina la importancia que tiene para usted/familiar el mantenimiento de relaciones sociales.

Participante 1: *“si claro, si imagínese claro que, si uno debe socializarse porque si no entonces como, créame que cada persona a su manera le deja a uno una enseñanza entonces yo creo que esa es la importancia de relacionarse de cada persona uno aprende”.*

Participante 2: *“pues la verdad, para mí, no es que sean tan importantes,*

Si, importante socializar y aprender de otros
(Participante 1).

Son necesarias, pero no primordial, ajena a tener muchos amigos.
(Participante 2)

Las participantes y sus familiares mencionan la importancia del mantenimiento de relaciones sociales, ya que se encuentran en un constante proceso de interacción o socialización con otras personas, en el trabajo o en el día a día, donde se puede adquirir un aprendizaje de

pero debido a estos siglos y ha como todo está surgiendo, que todo es por internet, que todo es por Instagram, que todo es por Facebook, pero ósea, si es importantes obviamente, para muchas personas y eso, pero no es que para uno no sea importante, ¡sí!, sino que si es primordial para subsistir, ósea si es una pregunta para mí ¡no!, porque yo soy muy ajena a eso, pero debido al mundo como está evolucionando y para el medio ¡sí!”.

Familiar Participante 1: *“ehh tiene mucha importancia para ella porque su carisma, su forma de ayuda, de ser con la gente de colaborar, de alegría, ella es muy, comparte mucho socializa mucho con las personas por esa forma de ella ser”.*

Familiar Participante 2: *“pues ella no es de muchos amigos, poco es de compinches, pues para ella no es ehh fundamental estar rodeada de gente; sin embargo, las relaciones sociales para ella son importante, porque en su trabajo, ella tiene que conocer y socializar con muchas personas”.*

Mucha importancia, socializa y ayuda a otros **(Familiar Participante 1).**

Poco amigos, importante socializar en el trabajo **(Familiar Participante 2).**

cada persona y brindar un apoyo. Cabe resaltar que una de las víctimas, no considera las relaciones sociales primordial para subsistir, debido a que se encuentra ajena a mantener grupos grandes de amigos. Si bien es cierto, relaciones sociales surge del descubrimiento de esta denominada necesidad de pertenencia o afiliación que es común a todo ser humano; en este sentido, la necesidad de pertenencia es concebida como un motivo humano que impulsa a establecer contacto social con los demás, formando y manteniendo relaciones personales duraderas, positivas y con gran contenido de significado (Kassin, Fein & Rose, 2010; citado de Moyano, 2014).

15. ¿Cómo describe las relaciones interpersonales

Participante 1: *“pues yo creo que hay muchas buenas hay otras pues regulares y como todo ¡no!, ya hay si*

Buenas o regular y amor por la familia

Es necesario saber que los seres humanos de todas las edades son más felices y

y afectivas que maneja en la actualidad?

pero yo creo que son más la buenas, porque a mi manera yo los amo a todos tal cual son y si a mí me toca dar hasta la vida por ellos la doy de cada uno yo amo a cada uno de mis familiares como si yo a ellos siempre les doy lo mejor de mí o trato de dar lo mejor de mí”.

Participante 2: *“pues son buenas, porque en el caso de la familia siempre estamos pendiente de los hermanos, de la mamá, de los sobrinos, siempre y cuando respetando sus espacios y eso, y en cuanto amigos también mantenemos una amistad y un trato bien”.*

Familiar Participante 1: *“ella en todo tipo de relaciones siempre es entregada sea como madre sea, como tía, como hermana, como ella es muy entregada a la pareja ella entrega mucho al cien por ciento, esperando siempre lo mismo entonces ella es muy entregada a las relaciones”.*

Familiar Participante 2: *“las describiría como buenas, porque ella siempre emplea el respeto, la tolerancia y la solidaridad con las personas que la rodean y por eso hay muchas personas que la aprecian”.*

(Participante 1).

Buenas, buen trato, respeto y amistad

(Participante 2).

Entregada a las relaciones **(Familiar Participante 1).**

Buenas, respeto, tolerancia y solidaridad **(Familiar Participante 2).**

pueden desarrollar mejor sus capacidades cuando piensan que, tras ellos, hay una o más personas dignas de confianza que acudirán en su ayuda si surgen dificultades (Buber, 1996; citado de Mendez & Ryszard, 2005). Por lo cual, es inevitable conocer el desarrollo de las relaciones interpersonales y afectivas de las víctimas al momento de abordar la competencia social; las cuales son descritas por las participantes y sus familiares como buenas porque se desarrollan con respeto, tolerancia, solidaridad, amistad y amor por la familia, aunque reconocen que en algunas situaciones son regulares.

16. Describa,	Participante 1: <i>“la verdad nunca en</i>	Agradable, feliz	Las	participantes
----------------------	---	------------------	-----	---------------

¿cómo se siente en reuniones sociales, compartiendo con sus amistades y hablando en público ante un grupo en específico?

mi vida me imagine que eso iba a ser tan agradable para mí, porque en un tiempo no era capaz, no me sentía capacitada y hoy por hoy a mí me encanta a mí me fascina llegar y mejor dicho dar mi opinión en público y expresarse y hay no, yo soy feliz en eso, pues trato de dar lo mejor de mí, pero sí, creo que si lo he logrado, me siento rico es como, es como romper un límite como como, se siente rico ósea ushh soy capaz, se siente como un triunfo”.

Participante 2: *“pues en relaciones sociales me siento bien y si porque soy de pocas amistades y de poco salir, pero las pocas veces que salgo de verdad trato de pasarla bien y de hablar de público bien, porque siempre domino los temas, nunca llego hablar de algo que no se entonces, siempre estoy preparada para salir y hablar en público durante cualquier cosa que se presente”.*

Familiar Participante 1: *“pues yo vi siempre que ella es la vida de la fiesta, porque como ella es tan alegre, ella se ríe, ella canta, ella si ve a todos sentados busca la manera de que se paren de que baile de que se diviertan de que se ríen, entonces yo siempre he dicho que ella es la vida de la fiesta,*

y triunfante
(Participante 1).

Bien y segura de sí misma
(Participante 2).

Alegre y feliz
(Familiar Participante 1).

Tranquila, alegre, sociable y segura de sí misma
(Familiar Participante 2).

mencionan que para ellas es agradable estar en reuniones sociales compartiendo tiempo de calidad con sus amistades o familiares; por otra parte, al momento de hablar en público ante un grupo en específico, se sienten seguras de sí mismas y felices por poder expresar sus opiniones ante otras personas, ya que le genera satisfacción. Sin embargo, lo anterior no siempre fue así, pues una de las participantes manifestó que en un tiempo no se consideraba capacitada para hablar en público.

cuando ella llega y estoy en la reunión ya llego la vida de la fiesta porque ella llega es alegrar”.

Familiar Participante 2: *“pues el comportamiento de ella en reuniones sociales con amigos es tranquilo, ehh alegre y muy sociable, porque se le facilita hablar con personas nuevas, y cuando habla en público, ella es muy segura de sí misma”.*

17. ¿Se le facilita interactuar con personas desconocidas, por qué?; ¿antes de la situación de violencia sexual se le dificultaba?

Participante 1: *“si pues, porque a veces soy muy dada que, a decir buenos días, buenas tardes, si voy en el colectivo y pasa algo eso es facilito para entablar una conversación, ósea es natural para mí, si yo creo que forma parte de la educación o algo así no sé y me gusta, eso sí siempre fue así yo siempre de las que se me facilitaba hablar”.*

Participante 2: *“si, la verdad si, siento que me es fácil, porque yo me considero que tengo como un don de llegarle a la gente y se mas o menos por donde entrar y tratar de comprender, entonces sí; la verdad desde que estaba en el colegio y en la universidad siempre me gustaba salir a exponer”.*

Familiar Participante 1: *“sí a ella*

Sí, cordial, amable, facilidad para hablar con desconocidos siempre
(Participante 1).

Sí, facilidad para hablar con personas desconocidas y en público siempre
(Participante 2)

Sí, sociable, cordial, carismática, cuando niña callada
(Familiar Participante 1).

Sí, muy sociable
(Familiar

La capacidad de interactuar con personas desconocidas hace parte de las habilidades sociales que maneja una persona, las cuales según Dongil & Cano (2014) se pueden definir como “un conjunto de capacidades y destrezas interpersonales que nos permiten relacionarnos con otras personas de forma adecuada, siendo capaces de expresar nuestros sentimientos, opiniones, deseos o necesidades en diferentes contextos o situaciones, sin experimentar tensión, ansiedad u otras emociones negativas”. Es necesario recalcar que en el

se le facilita mucho, porque ella es muy social, por lo menos si usted va en la calle y usted se calló ella va y la levanta, ella si la ayuda entonces ya la persona siente confianza hacia ella y ya comienza a hablar y así en diferentes situaciones y como ella es así se le facilita mucho hablar con las personas. pues ella siempre ha sido como carismática y alegre, aunque ehh cuando uno es más joven y es niño la inocencia uno es más bien como callado como pero no ella no ósea en mi forma de ver normal”.

Familiar Participante 2: *“si, como le he dicho el trabajo de ella requiere hablar con personas desconocidas y ser muy sociable; pues ella siempre ha tenido la facilidad de hablar con las personas a su alrededor así sean desconocidas”.*

Participante 2).

contexto social se requiere un manejo apropiado de habilidades sociales para facilitar la interacción social y la convivencia con otras personas así sean desconocidas o nuevas. Por otra parte, las participantes mencionan que son personas sociables, a las cuales se le facilita hablar con personas desconocidas, debido a su cordialidad, amabilidad y carisma que las caracterizan ante otras personas; aunque el familiar de una mujer considera que esta facilidad de hablar con otras personas no la tenía cuando era una niña, sino por el contrario que la desarrollo con el tiempo.

18. ¿cómo actúa cuándo se encuentra en medio de una discusión ya sea con familiares o personas de su círculo social?

Participante 1: *“pues primero pongo cuidado y hago silencio y si veo que se va a salir de control entonces hay si como que pongo el límite o por lo menos trato de cómo es que se llama esto de sí para que no discutan trato de como de que se calmen como que ya así porque es que a veces uno se pone a ver pueden tener razón las dos personas que están en discusión pero de todas formas*

Analizar, intervenir, calmar la situación y no discuto
(Participante 1).

Ignoro, busco calma y dialogo con la persona implicada y no discuto

Si bien es cierto, en cualquier contexto donde se desarrollen las relaciones sociales, es inevitable que se presenten discusiones o conflictos; no obstante, la forma como se actúa ante ellos demuestra la forma de respuesta que tiene una persona; en la cual según

no le puedo dar la razón a ninguna de las dos si no tratar de que se tranquilicen, de calmarlas porque esto se sale de control todo entonces, ehh si, no me gusta eso de que peleen no me gusta”.

Participante 2: *“Bueno yo la verdad, para discutir, yo soy muy mala para eso, como le dijo apenas algo me cae mal o me está haciendo daño, por decir si llega una persona a la empresa donde trabajo y me alza la voz y eso, yo soy de las personas que no le alza la voz simplemente lo ignoro, y espero calmarme y espero que pase las cosas y ahí si llamo a esa persona y ahí se aclara las cosas; bueno con mis familiares y esposo es igual yo trato de mantener la calma, porque para pelear se necesitan dos y yo poco peleo y la verdad no me gusta discutir”.*

Familiar Participante 1: *“pues ehh depende de la situación ella actúa, si hay situaciones que ella explota porque son situaciones que ya ameritan que sí, pero cuando hay una situación así que no involucra tanto furor, como tanto hay ella más bien se calma, ella habla, pero si es una situación que hace dar ira ella pufff explota totalmente entonces depende de la situación de la disputa”.*

(Participante 2).

Depende de la situación explota o se calma (**Familiar Participante 1**).

Observa, interviene, opina con respeto, mantiene la calma y soluciona sus problemas sin discutir (**Familiar Participante 2**).

Bustamante y García (2015) se puede gritar, intentar hablar sobre la situación o simplemente, abandonarla. De esta manera, el propio sistema de actitudes y creencias personal, a menudo, lleva a reaccionar de la misma manera ante distintos conflictos; este hecho puede decir mucho sobre cada persona y los patrones de respuesta en las situaciones de conflicto. Dicho lo anterior, la forma de actuar de las participantes ante una discusión, según lo mencionado por ellas y por sus familiares, es en la mayoría de los casos de observación, análisis, intervención mediante el respeto y la calma, para luego dialogar y buscar soluciones a la situación.

Familiar Participante 2: *“pues ella se queda en silencio observando lo que pasa y después interviene la situación para dar su opinión, pero siempre con respeto, sin groserías ni gritando, porque ella siempre mantiene la calma para solucionar sus problemas, pero si ve que de pronto la otra persona quiere discutir más y se pone grosera, ella simplemente se aleja y no sigue discutiendo con esa persona”.*

CUARTA CATEGORÍA. Proyecto de vida

Teniendo en cuenta a D'Angelo (2002) el proyecto de vida se define como “Un proceso que estructura tanto las expectativas vitales como las estrategias para lograr dichos objetivos en el marco de un contexto social. Representa la relación del individuo consigo mismo y con la comunidad a la que pertenece, definiendo las posibilidades para lograr esas aspiraciones”.

PREGUNTAS	UNIDAD DE ANÁLISIS DE CADA SUJETO	PALABRAS CLAVES	ANÁLISIS
19. Describa los planes o metas que tiene para el futuro.	Participante 1: <i>“claro tengo el super sueño por el que lucho cada día, que es ser una súper diseñadora de lencería, de ropa, de accesorios, de bolsos, quiero tener mi propia marca, que incluso ya le tengo nombre y todo, eh no solo me falta la plata tengo todo clarito (risa), solo me falta la plata y si Dios quiere no me doy por vencida, porque es lo que quiero y me encanta</i>	Ser diseñadora de moda (Participante 1). Fortalecimiento empresa, comprar finca y ayudar animales abandonados (Participante 2).	Al momento de abordar el proyecto de vida es necesario conocer cuáles son las metas o planes que tiene las participantes para el futuro; una de ellas menciona que quería ser una diseñadora de moda y su familiar agrega que también tiene como meta ver a sus hijos realizados;

me fascina, y que ese sueño a futuro y es por lo que lucho”.

Participante 2: *“planes muchos, metas también, pero un plan es que ojala la empresa que tengo que está fortaleciendo que cada día sea mejor que se puedan ayudar a muchas personas y animalitos, yo sueño que algún día pueda tener plata para comprarme una finca y poder adoptar los perritos de la calle, gaticos, lo que sea cualquier animal o ser vivo que se pueda tener en la finca, eso sería una gran meta para mí y un proyecto que tengo”.*

Familiar Participante 1: *“pues yo creo que una de las metas más grandes que ella tiene es ver a sus hijos realizados, como madre entregada total que ha sido, yo creo que esa es una de las aspiraciones más grandes que ella tiene; también, ella es una mujer que ella siempre ha sido dedica a lo que es la belleza, vestirse bien, verse bien, estar a la moda, ahorita ella quiere como adquirir unas máquinas de coser, empezar a crear como moda en cuestión de ropa, entonces como crear como un diseño o un estilo de ropa, según la moda de ella, eso es lo que está en los planes de ella”.*

Ver Hijos
realizados y
diseñadora de moda
**(Familiar
Participante 1).**

Crecer negocio,
fundación animalista
y viajar **(Familiar
Participante 2).**

por otra parte, la otra participante quiere seguir fortaleciendo la empresa que actualmente tiene, así como comprar una finca para ayudar animales abandonados. Todo lo anteriormente nombrado, es importante porque las personas eligen las metas que se relacionan con la satisfacción de sus necesidades; la aspiración y la búsqueda de metas son parte central del proceso de la vida misma, mediante un proceso motivacional (Mitchell, 1997; citado de Molina, 2000).

	<p>Familiar Participante 2: <i>“ella quiere seguir creciendo en su negocio, también quiere seguir ayudando a los perritos de la calle, de modo que se pueda hacer una fundación animalista, y viajar mucho para conocer otros lugares”.</i></p>		
<p>20. ¿Qué estrategias utiliza actualmente para cumplir las metas que se plantea hacia el futuro?</p>	<p>Participante 1: <i>“muchos sacrificios, muchos sacrificios en cuestión de rumbas, ropa, de vanidades de muchos sacrificios para poder llegar a cumplir esos sueños todo requiere de sacrificios y pues no tampoco llegar al extremo, pero sí bastante sacrificio para poder llegar a cumplirlos”.</i></p> <p>Participante 2: <i>“yo trato en la empresa donde trabajo abrir promociones, de que la persona que vaya se sienta bien, este bien, porque si tú vas a una empresa y te sientes bien atendido, porque no llevar a otra persona”.</i></p> <p>Familiar Participante 1: <i>“pues ella cuando se centra en algo comienza como ahorrar, como adquirir lo que necesita, por ejemplo, la maquina y así para ella poderse seguir realizando, entonces yo creo que en este momento esta es en eso, ahorrando para adquirir lo que necesita, si para su sueño</i></p>	<p>Sacrificios (Participante 1).</p> <p>Creatividad, estrategias de marketing (Participante 2).</p> <p>Ahorrar (Familiar Participante 1).</p> <p>Planeación, perseverancia, ahorrar, estrategias de marketing y prestamos (Familiar Participante 2).</p>	<p>Según Zuazua, (2007) “El proyecto es una imagen poderosa que nosotros creamos para que nos aliente en el día a día desde su promesa de plenitud” (citado en Gualtero, 2016). Es decir, el proyecto de vida se vuelve en una visualización que se crea para motivarnos a continuar con nuestros planes o metas; pero se debe tener presente las estrategias que se utilizan para dar cumplimiento a dicho proyecto; de esta manera una de las participante aportan la estrategia de realizar sacrificios y ahorrar para comprar los materiales que se necesitan; a su vez, la otra participante complementa mencionando que las estrategias que utiliza es hacer una planeación sobre</p>

hablándolo así”.

Familiar Participante 2: *“pues ella cuando tiene un meta se plantea siempre como unos pasos a seguir a corto plazo, pues ella es muy persistente al momento que quiere algo, por ejemplo, si quiere remodelar su negoció, ella ahorrar lo más que puede y busca nuevas formas de hacer más dinero como vendiendo productos de belleza, ropa y calzado, entre otras cosas y así ella reúne más rápido la plata que necesita, también en algunos casos busca prestamos, pero siempre es muy responsable con sus deudas y las paga lo más antes posible, por eso muchas personas cercanas a ella le prestan dinero”.*

ahorros y prestamos, así como la creatividad en estrategias de marketing en la empresa y perseverancia para cumplir todos los objetivos propuestos.

21. Mencione las capacidades y habilidades que tiene para dar cumplimiento a sus metas

Participante 1: *“pues primero no me rindo tan fácil por muy difícil que se me pongan las cosas no me rindo tan fácil soy muy perseverante y segundo pues soy muy creativa, yo siempre lo que no puedo me lo invento pero algo hago, entonces siempre desde que uno le pida a Dios el siempre como que le da a uno lo ilumina y todo para que uno siga y yo soy una persona que no me rindo tan fácil”.*

Participante 2: *“pues la verdad yo soy muy persistente en las cosas, soy*

Perseverante, creativa, solución de problemas y fe **(Participante 1).**

Persistente, arriesgada, proactiva y solución de problemas **(Participante 2).**

Perseverante **(Familiar Participante 1).**

Según El diccionario de la Real Academia Española define los términos capacidad, habilidad y destreza como sinónimos y para referirse a cada uno de ellos describe la disposición, la propiedad, la pericia, el talento o la aptitud para ejecutar algo correctamente (citado de Schmidt, S. 2006). Por lo cual, las habilidades y capacidades más sobresalientes en las

una de esas personas que si me propongo algo yo me lanzo con toda, ósea yo persisto mucho en hacer las cosas y hacerlas bien, y también yo no me quedo ahí esperando que las cosas lleguen, sino que toca buscarlas y saber por dónde es y hacer las cosas bien”.

Familiar Participante 1: *“pues ella se entrega, ella cuando se pone una meta ella comienza a luchar por ellas, pero entonces a veces se deja llevar por algunas circunstancias y corta con su ilusión, en estos momento aspiro de todo corazón de verdad no se deje achicopalar por algunas situaciones y no rompa con ese impulso que lleva, porque ella ha tenido otros impulsos de ahí quiero esto, pero como que los frustra por algo, alguna situación, alguna cosa que pase, entonces ahorita en este momento aspiro y voy hacerle fuerza para que no fallezca y siga con su lucha”.*

Familiar Participante 2: *“pues habilidades y capacidades que ella tiene es que es muy optimista, responsable, dedicada, ehh también persistente, emprendedora, buena administradora y proactiva”.*

Optimista, responsable, dedicada, persistente, emprendedora, buena administradora y proactiva (**Familiar Participante 2**).

participantes son la perseverancia, creatividad, proactividad, optimismo, responsabilidad, emprendimiento, buena administración y solución de problemas. Sin embargo, una de las familiares menciona que en ciertas situaciones es difícil continuar perseverando por algunos sueños, debido a eventualidades que se presentan durante la vida, pero esto no detiene el proyecto de vida de dicha mujer.

22. ¿Generalmente	Participante 1: <i>“depende yo siempre</i>	Depende de la	Es necesario conocer la
--------------------------	---	---------------	-------------------------

al tomar decisiones o planear su proyecto de vida, tiene en cuenta las opiniones de los demás?

he dicho que usted debe tomar en serio las palabras depende de quien se las diga, porque no todo el mundo le va aportar cosas positivas a usted, entonces siempre tiene que uno, ehh primero lo que uno piensa y con lo que uno se siente bien y lo que uno quiere y de ahí, si claro escuchar algún consejo, una opinión o de repente pedirla, pero depende de la persona que se le pida o depende de la persona que se la dé, yo siempre he dicho eso que las palabras se toman depende de las personas porque no todo el mundo quiere el bien para usted, por lo general cuando una persona es así como muy echada para adelante y eso, como que llama mucho la atención y eso genera mucha envidia para muchas personas, entonces todo eso hay que saberlo manejar y uno tiene que saber depende de quien venga las palabras las toma en cuenta”.

Participante 2: *“si obvio, porque por ejemplo en las empresa donde yo estoy como brinda un servicio, obvio yo digo voy hacer tal cosa, pero tengo en cuenta, las opiniones negativas y positivas, pero no es que haga caso a eso, sino que simplemente digo ahí si tienen razón por esto y esto, porque usted sabe que hay muchas personas que le gusta sembrar el mal y yo poco*

persona
(Participante 1)

Si, opiniones constructivas y propia toma decisiones
(Participante 2).

Si, demasiado
(Familiar Participante 1).

Pocas veces, escucha opiniones constructivas y toma decisiones propias
(Familiar Participante 2).

capacidad de toma de decisiones propia que tiene las participantes al momento de elegir objetivos o aspectos importantes para el futuro. De este modo, según Martínez (2016, p.234) “Tomar una buena decisión consiste en trazar el objetivo que se quiere conseguir, reunir toda la información relevante y tener en cuenta las preferencias del que tiene que tomar dicha decisión”. Es por esto que, en las respuestas obtenidas por las participantes y sus familiares, resaltan que al momento de tomar decisiones tienen en cuenta las opiniones de otra persona, pero solo si son aportes constructivos o positivos, sin embargo, esto no quiere decir que no tomen sus propias decisiones, pues consideran que pocas veces tienen en cuenta las opiniones de otras personas.

caso hago a eso, pero si me gusta sacar un poco de lo bueno y de lo malo pasa saber cómo progresar”.

Familiar Participante 1: *“sí demasiado, creo mucho que más de la cuenta, porque por eso a veces es que rompe sus sueños”.*

Familiar Participante 2: *“pues pocas veces tiene en cuenta las opiniones de los demás, ella habla de los proyectos que tiene planeados hacer, pero más para escuchar opiniones y ver cuales le sirve y cuáles no, pero al final siempre toma las decisiones por su cuenta”.*

23. ¿Cuáles son los principales motivos para conseguir sus metas?

Participante 1: *“primero eh mi beneficio propio sentirme bien conmigo misma ehh ser como un ejemplo para poder ayudar a muchas personas que lo necesitan y mis hijos ese es el motor primero yo porque para que ellos estén tengo que estar primero yo y este que y ellos, mis sueños y todo y segundo ellos”.*

Participante 2: *“pues la verdad, en cuanto a la empresa lo que me motive para conseguir una meta es estar siempre ahí trabajando y prestar un buen servicio, en cuanto a los*

Beneficio propio, ser un ejemplo, ayudar personas e hijos (**Participante 1**).

Trabajar, prestar buen servicio, ayudar y adoptar animales de la calle (**Participante 2**).

Hijos y crecimiento personal (**Familiar**

Los principales motivos que incentivan a las participantes para conseguir sus metas son por su crecimiento personal y laboral, para servir como ejemplo a sus hijos o las personas que las rodea, también las impulsa tener un buen porvenir para llegar a la vejez tranquilas y poder ayudar a otros seres vivos como animales abandonados.

animalitos, que de verdad que me impulse para conseguir esa meta es trabajar duro para ver si algún día, puedo lograr y conseguirme una finca en la cual pueda adoptar muchos perritos y tener el apoyo, porque la verdad me conmueve mucho ver tantos animalitos aguantando hambre y frio y no poder decir nada para que los ayuden”.

Familiar Participante 1: *“uno de los motivos a parte de los hijos yo creo que es ella misma, porque ella sueña con verse realizada de alguna manera ese es su sueño, entonces yo creo que es una de las razones más fuertes que tiene ella”.*

Familiar Participante 2: *“pues creo que es por crecimiento personal para cuando llegue a cierta edad tener un buen porvenir y estar tranquila, sin preocuparse por dinero y disfrutar con las personas que ama y por ayudar a los animalitos que pueda”.*

Participante 1).

Crecimiento personal, tener un buen porvenir a cierta edad y ayudar a los animales **(Familiar Participante 2).**

24. ¿Qué cosas a conseguido a lo largo de su vida que la hacen sentir orgullosa en este

Participante 1: *“en este momento ehh ser buena mamá es una de las cosas que hago con más pasión y que me han dado más alegrías y ser un ejemplo para mis hijos ser un ejemplo de, de perseverancia de lucha de no nos*

Ser mamá y ejemplo de perseverancia para los hijos **(Participante 1).**

Como se ha mencionado el establecimiento de metas a futuro es una fuente de motivación para que las mujeres construyan sus sueños y vida, sintiéndose

momento?

podemos quedar acá tenemos que seguir”.

Participante 2: *“bueno, he conseguido muchas cosas, yo le doy gracias a Dios, porque desde pequeña he sido muy emprendedora, me considero una buena líder y desde pequeña he trabajado toda mi vida honradamente nunca le he quitado un peso a nadie, ejercido mi carrera durante cinco años y durante mi carrera nadie puede decir que le robe un peso; entonces para mí eso es lo primordial, también he conseguido muchas cosas materiales que no quisiera ponerme a nombrar, también he conseguido paz espiritual y tengo un hogar que ni con toda la plata del mundo la cambiaría, tengo una paz interna; me siento muy satisfecha, me considero que he sido muy afortunada y muy disciplinada y gracias a Dios nunca me he alejado de él y siempre he estado por el camino de él”.*

Familiar Participante 1: *“pues ella ha conseguido por ejemplo que muchas personas la quieran, en el momento que ella necesita ayuda ella consigue fácilmente alguien quien le de la mano, por lo menos en lo generosa y servicial que ella ha sido, ósea ella ha cultivado*

Emprendedora,
buena líder,
trabajadora,
honrada, paz
espiritual y hogar
(Participante 2).

Cariño de
muchas personas
**(Familiar
Participante 1)**

Negocio propio,
casa, carro,
estabilidad
económica y rescate
de animales
**(Familiar
Participante 2).**

orgullosas de lo que van logrando con el tiempo; ahí que mencionar que para las participantes muchas cosas las hace sentir orgullosas, pero una de ellas considera que la más importante es ser una buena madre y ser ejemplo de perseverancia para sus hijos y otras personas; de la misma manera, la otra participante se siente orgullosa de las cosas que ha conseguido como ser emprendedora desde temprana edad, ser buena líder, una persona honrada durante toda su vida, también se siente orgullosa por el hogar que tiene, el cual le genera una paz y crecimiento espiritual con Dios.

un gran aprecio en medio de muchas personas, tanto así que aun la familia del exesposo de sus hijos la apoyan al máximo a ella, entonces eso es algo que no se ve muy seguido y ella lo tiene y entonces yo creo que eso es una de las cosas más grandes que ella ha logrado en su vida”.

Familiar Participante 2: *“A ella la hace sentir orgullosa tener su negocio propio, su casa, carro y su estabilidad económica que se la ha ganado con muchos sacrificios, también el poder ayudar a rescatar perritos de la calle y que poco a poco ha sensibilizado a mucha gente a que la apoyen en su causa”.*

25. Describa ¿cómo se visualiza en cinco y diez años?

Participante 1: *“primero una señora, una señora así muy guapa y porque los arreglitos aquellos y con mi sueño cumplido y siendo uff una de las mejores diseñadoras del país así me visualizo en 5 años y Dios quiera que sea así; y en 10 comiéndome el mundo por completo (risas) ya, mejor dicho”.*

Participante 2: *en cinco años me visualizo con esa empresa que tengo, que quiero mejorarla cada día más, que no quiero estar en la zona de confort, a veces mi esposo me dice que pare ya,*

Guapa y diseñadora
(Participante 1).

Empresa más grande, y finca para descansar
(Participante 2).

Si bien es cierto, cuando las personas se plantea metas o sueños a futuro, es común realizar una visualización de cómo se verán cuando alcancen esa meta. De acuerdo con esto, una de las mujeres se visualiza como una señora guapa y convertida en una de las mejores diseñadoras del país. Igualmente, la otra participante se visualiza con una empresa más grande y

**DIAGRAMA DE MATRICES
ANALISIS PROFESIONAL EXPERTO**

pero yo no, yo digo que mientras tenga fuerzas para seguir luchando y transformando esa empresa y haciendo que esa empresa crezca cada día más, una cosa quiero que sepa, que no estoy obsesionada con la plata, ni con el trabajo, sino que simplemente quiero no quedarme en la zona de confort, muchas empresas han fracasado porque se queda en la zona de confort, yo trato de renovar, de avanzar, no de quedarme siempre ahí; y en 10 años ya quiero estar en mi finca con mis perritos, descansando con mi esposo, estar más relajados y que alguno de mis sobrinos diga tía yo le manejo la empresa y usted vaya se para su finca”.

con una finca para descansar con su esposo y animales rescatados.

Tabla 5. Matriz de Análisis Víctima y Familiar

PRIMERA CATEGORÍA. Resiliencia

Definición con cita Cordero y Teyes (2016) mencionan que la resiliencia “Es la capacidad de evolucionar favorablemente a pesar del sufrimiento y, a veces, la capacidad de sacar partido de ese sufrimiento”.

PREGUNTAS	UNIDAD DE ANÁLISIS DE CADA SUJETO	PALABRAS CLAVES	ANÁLISIS
<p>1. Desde su experiencia profesional, ¿Cuáles son los factores resilientes más empleados por las mujeres víctimas de violencia sexual?</p>	<p>Experto: <i>“Teniendo en cuenta que la mujer casi siempre va estar expuesta a todos los peligros sabemos que cualquier atentado de esta índole que pasa con la mujer, le pasa a la mitad de la población del mundo, son hombres y mujeres, la mitad le pasa esta situación, lo más que he podido a través de la experiencia ver, es que como las mujeres que son víctimas de esta problemática de la forma resilientes, lo primero que ellas necesitan es el apoyo en un contexto social teniendo como prioridad la sociedad primaria, que sería la familia; cuando la familia empieza a cobijar al saber que fue una víctima desde ahí empieza hacer resiliencia si ella ve que la están acusando, la están señalando y la van etiquetar por este procedimiento, uhh que ella no quería y simplemente fue víctima empieza el problema a la no resiliencia. Ehh desde mi experiencia personal, trabaje con la secretaria de</i></p>	<p>Apoyo familia y contexto social, no acusar, valor de la vida, autoestima y proyecto de vida.</p>	<p>según Quesada & Chacón (2003) “Los factores de resiliencia internos o externos: como la actitud para la solución de conflictos, nivel de autoestima, sentido del humor, espiritualidad o fé, preparación académica o técnica, formas de relación interpersonal y/o comunal, servicios institucionales, apoyo (familiar, institucional, comunal), independencia, iniciativa, creatividad”. Es decir, al demostrar la eficacia de los factores resilientes se pueden contribuir a que las mujeres víctimas de violencia sexual rompan el ciclo de maltrato e inicien su proceso de recuperación ante los eventos</p>

salud y precisamente atendiendo esta problemática, una de las cosas principales es ver que la mujer inmediatamente se desvalore y pierda el valor ya no quiere vivir, ya no tiene sentido su vida, sabe que fue algo que llego a su vida sin querer pero inmediatamente la gente la va a señalar todos los que conozcan el suceso, por eso ella se siente que perdió el valor simplemente, de ahí que encontrar ese punto de equilibrio para empezar ella absorber todas las cosas positivas que brinda el entorno y empezar a tomar, lo primero es equilibrarla que es una persona valiosa, cuando ella encuentre sentido del valor de que si ella empieza a clarificar su futuro, su proyecto de vida, empieza a planear estratégicamente como va ella a funcionar dentro de un entorno social, si ella no lograba valorizarse de inmediatamente pierde el sentido de su proyecto de vida, desde ahí es como lo primario lograr encontrar el valor de su vida, si lo encontró fantástico”.

traumáticos. Por esta razón, según lo mencionado por el profesional experto en casos de violencia sexual, los factores resilientes con mayor impacto en las mujeres víctimas son el apoyo familiar y social, donde no se juzgue a la víctima por la situación de violencia que vivió; también, es importante fortalecer la autoestima y el valor de la vida, porque esto contribuirá a la adecuada construcción del proyecto de vida en dicha población.

2. Teniendo en cuenta el cargo laboral que desempeña, realice una breve descripción de ¿cuáles son las mejores estrategias

Experto: “Lo primero es siempre escuchar, todo lo que ella quiere decir por qué no podemos hacer preguntas al respecto, si ella quiere sacar toda la información que ella nos entregue nos sirve para nuevas experiencias como una prevención a esos eventos, de

Escucha activa, no hacer preguntas, grupos de apoyo y la gravedad de la situación.

Según lo mencionado por el profesional experto, las mejores estrategias de intervención que aporta al proceso de resiliencia en las mujeres víctimas de violencia sexual son la

de intervención con mujeres víctimas de violencia sexual, que aportan a su proceso de resiliencia?

acuerdo al proceso de intervención que he podido observar , una de las cosas que más, digamos así uno puede avanzar son los grupos de apoyo, cuando uno tiene claro que todos los factores ah que llevan a que se cause ese delito son diferentes, he podido ver como suceden esos eventos dentro de una familia, donde no hay maltrato, hay otra parte donde la mujer llega golpeada, aparte de tener ese contacto sexual traumático, ehh aparece laceraciones con cortes , cara hinchada, de acuerdo al evento como es traumático se puede manejar diferente, entonces uno busca que la persona que ya allá logrado ser resilientes apoye los otros procesos de las otras mujeres, he podido ver como a unas niñas menor de edad o las adolescentes son como las presas más apetecidas por los depredadores sexuales, ehh sufren más, pero hay otras personas mayores que han sobre pasado estos sucesos y ya son resilientes, apoyan directamente, porque como las entienden, porque de cierta forma fueron víctimas, pero llamémosla magnitud, pero son como las que van a prestar más la ayuda, entonces apoyándose como en esas personas, se puede hacer una excelente intervención”.

escucha activa, sin realizar preguntas específicas del caso, donde la mujer por voluntad propia informe todo lo que sucedió; también es necesario conocer la gravedad de cada caso, pues las características de cada uno, influye en el proceso y tiempo de recuperación de cada víctima. Por otra parte, los grupos de ayuda contribuyen satisfactoriamente al proceso de resiliencia de las víctimas, pues en ellos las mujeres que lograron recuperarse del evento traumático, dan testimonio de vida a otras víctimas, las cuales se sienten identificadas con ellas. Por último, según Cordero y Teyes (2016) mencionan que la resiliencia “Es la capacidad de evolucionar favorablemente a pesar del sufrimiento y, a veces, la capacidad de sacar partido de ese sufrimiento”; por tal motivo es un proceso que

busca encontrar estrategias de adaptación que ayude a reforzar las competencias individuales y por último, intervención terapéutica que aliente a la víctima a desarrollar capacidades resilientes, sobre todo en los meses posteriores de la situación que generó conflicto; pues en efecto, las posibilidades de resiliencia comienzan a surgir en mediano plazo.

SEGUNDA CATEGORÍA. Competencia Emocional

Para Knight (2007) la competencia emocional se encuentra conformada por el autoconcepto positivo, la autonomía, el sentido del humor y el autocontrol emocional como determinante en la resiliencia.

PREGUNTAS	UNIDAD DE ANÁLISIS DE CADA SUJETO	PALABRAS CLAVES	ANÁLISIS
3. Explique ¿cuál es la importancia de la autorregulación emocional en las mujeres víctimas de violencia sexual, para llegar a ser resiliente?	Experto: <i>“Yo diría eso es prácticamente hacer un duelo, teniendo en cuenta que el duelo se asocia a una pérdida de algo que yo quiero, las mujeres están perdiendo el pudor, está perdiendo la valoración como ser, está perdiendo la dignidad esta frente a un sin número de perdidas, entonces hay que entender que el primer paso o primera etapa de este procedimiento es llenarse de mucha angustia, de mucho</i>	Ayuda hacer catarsis, ir liberando las emociones y sentimientos negativos para regularlos.	La forma como se expresa las emociones es primordial para poder identificar la estabilidad emocional de una persona; para ello es necesario conocer el concepto de regulación emocional, el cual según Gross (1999) citado en García (2018), lo define como aquellos

odio, de cualquier cantidad de factores dadas por la situación, la importancias es que a medida de que ella valla haciendo catarsis, ella valla sacando y valla sintiendo que la sociedad la está apoyando, teniendo como la sociedad primaria la familia, entonces empiezan ya a ver desde otras perspectivas y ahí pueda autorregular las emociones, que lo más importante poco a poco, ve que la familia me está aceptando y está entendiendo que no fue la causante de eso, aunque a veces la sociedad si la señala que, gracias a las minifaldas, gracias a tal cosa, hizo que el depredador sexual abusara de ella, pero eso obviamente no es así, pero cuando ella logre autorregular todo ese proceso ya empieza a mirar como otra óptica su procesos de seguir adelante”.

procesos en los cuales las personas ejercen una influencia sobre sus emociones, en el momento en que las perciben y sobre cómo las experimentan y las expresan. Esto quiere decir, que cada persona experimenta emociones en diferentes contextos o situaciones, como por ejemplo en casos de violencia sexual, las víctimas experimentan un proceso de regulación emocional antes de ser resilientes, pues según lo mencionado por el profesional experto, primero se experimentan emociones y sentimientos negativos como angustia, dolor y odio; sin embargo, con el tiempo se va haciendo catarsis y la víctima empieza a liberar y regular dichas emociones, para seguir adelante en su proceso de resiliencia.

4. Mencione ¿de qué manera la autoestima	Experto: <i>“Ese es un factor bastante fuerte, estoy hablando de casos diferentes, desde distintas situaciones</i>	Depende de la gravedad del caso, nivelar el	Teniendo en cuenta un estudio realizado por Castillo (2018) “Las
---	---	---	--

contribuye al proceso de resiliencia en una mujer víctima de violencia sexual?

en donde la gravedad del evento uno puede entender hasta donde esa persona puede empezar a trabajar con su autoestima ¡no!, algunas son menos otras son más de acuerdo al trauma causado, de ahí es donde empieza el trabajo del psicólogo a nivelar, no le puedo decir a una persona ¡tenga la autoestima alta!, cuando está pasando por un proceso que desea es la muerte que ya no quiere, entonces es como empezar a trabajar, trabajar a buscarle nuevamente, pues como el equilibrio, y ahí por eso siempre señalo el apoyo de las familias ciento por ciento definitivo, para una recuperación de una persona, tanto en sus valores como en su autoestima; y eso no estamos hablando de días, muchas personas llevan años e incluso empiezan a ver a todos los hombres como agresores sexuales y hay que cambiar ese chip, entonces eso no es de un día, meses, sino a veces es de cinco, seis años, cuando ella ya empiezan de pronto a equilibrar su autoestima y dice si, ellos no tienen la culpa, son diferentes y empiezan a ver que ay hombre que de verdad las quieren, las aman y las quieren ayudar a construir su vida a base de amor y respeto”.

valor propio, seguridad, confianza propia y en los demás.

mujeres, víctimas de violencia se sienten frustradas, fracasadas y desvalorizadas ante la sociedad; por lo tanto, a mayor violencia de tipo física, psicológica, sexual y económica, menor autoestima”. De esta manera queda claro que la autoestima es un factor sumamente importante para que una mujer que fue víctima de violencia sexual pueda superar el evento traumático y recupere el valor de sí misma. Por consiguiente, según el criterio del profesional experto, es importante conocer que, según la gravedad del caso, se puede fortalecer la autoestima y que este proceso algunas veces conlleva un proceso largo de tiempo, por lo cual es primordial las redes de apoyo y el trabajo terapéutico de las víctimas.

TERCERA CATEGORÍA. Competencia Social

Según Bisquerra (2019) la competencia social es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas; esto implica dominar las habilidades sociales básicas, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes prosociales, asertividad, etc.

PREGUNTAS	UNIDAD DE ANÁLISIS DE CADA SUJETO	PALABRAS CLAVES	ANÁLISIS
5. Describa la importancia de las relaciones sociales y redes de apoyo en el proceso de recuperación de las mujeres víctimas de violencia sexual.	<p>Experto: <i>“lo primero que ellas necesitan es el apoyo en un contexto social teniendo como prioridad la sociedad primaria, que sería la familia; cuando la familia empieza a cobijar al saber que fue una víctima desde ahí empieza hacer resiliencia si ella ve que la están acusando, la están señalando y la van a etiquetar por este procedimiento, uhh que ella no quería y simplemente fue víctima empieza el problema a la no resiliencia”.</i></p> <p><i>“Generalmente como se conoce que la primera etapa de una relación de pareja , es el galanteo como esa etapa primaria donde solamente se trata de hacer un acercamiento dentro de las miradas van miradas vienes, sonrisas va y sonrisas viene, esta etapa de galanteo es definitiva para la mujer porque si solamente se conoce y ya quieren llevarla a la cama y empiezan a odiar a esa persona y porque saben</i></p>	Importante el apoyo social, familiar y relaciones amorosas de calidad.	Es importante las redes de apoyo para lograr un proceso de resiliencia, pues cuando las víctimas cuentan con la comprensión y apoyo constante de su familia y entorno social, es más fácil iniciar el proceso de resiliencia, pues no se sienten juzgadas ni recriminadas por el suceso que les paso, lo cual si se llegase a presentar en algún caso esto generaría un mal proceso de resiliencia; cabe mencionar que en las relaciones de pareja las víctimas se vuelven más selectivas, pues ellas no se sentirán seguras con una persona que solamente las quieran

que la van a violentar y la van a provechar y que quieren es su cuerpo y no la van a ver como una persona para querer ni amar, solo el propósito es sexo y sexo en esa etapa del galanteo ella determina la calidad del hombre que es como si no la aprecio, si la acompaña , sacarla adelante y si esa persona la acompaña va a decidir por él para el resto de la vida , donde ella se vuelve más selectiva al momento de conseguir su pareja, definitivamente con cualquier persona que le haga una sonrisa ellas no lo van a ver como el príncipe azul, sino ellas ya tiene el chip en la mente, donde todos los hombres les van hacer daño ya empiezan hacer un proceso para elegir bien a la pareja”.

por un deseo sexual, sino por el contrario buscaran una pareja que le transmita amor, respeto y apoyo en su proceso de recuperación. Por otra parte, las relaciones sociales surgen del descubrimiento de esta denominada necesidad de pertenencia o afiliación que es común a todo ser humano; en este sentido, la necesidad de pertenencia es concebida como un motivo humano que impulsa a establecer contacto social con los demás, formando y manteniendo relaciones personales duraderas, positivas y con gran contenido de significado (Kassin, Fein & Rose, 2010; citado de Moyano, 2014).

<p>6. ¿Qué tipos de estrategias se pueden implementar para el fortalecimiento de relaciones</p>	<p>Experto: <i>“Es como el trabajo de autoayuda de las personas que han pasado por el mismo proceso es definitivo, porque ellas ven como salen como se divierten como gozan, como empiezan a dejar un trauma atrás para</i></p>	<p>Grupos de apoyo, apoyo familiar y acompañamiento psicológico durante el</p>	<p>Desde la perspectiva del profesional experto en procesos de intervención con población víctimas de violencia sexual, es necesario implementar</p>
--	--	--	--

**sociales, en mujeres
víctimas de
violencia sexual?**

percibir una vida adelante, si una mujer tiene 20 años y ya es víctima de un abuso sexual ya tiene un trauma y en la vida le pide que tenga 60 años más para vivir, ellas dirán me faltan 60 años para vivir ya se de felicidad de paz, tranquilidad, ahí es donde ellas empiezan a ver otras víctimas que ya pasaron por ese proceso, ese espejo para ella es definitivo saber de qué si se puede y entendiendo la gravedad del evento y definitivamente se empezaría por la casa, la familia, teniendo encuentra que hay familia disfuncional y lo que van hacer es atacarlas más y ya no es que es una víctima si no que la califican de otra forma o no la califican la descalifican y entonces sería un problema, porque esa persona ya no busca como salir, si al contrario lo que hace es hacerse auto daño y acabar con su vida, es definitivo la ayuda, siempre ay que buscar las redes de apoyo, por lo tanto cuando ocurre el evento ay que seguir esa ruta, generalmente la mujer lo piensa muchísimo y si lo miramos jurídicamente, también cuando una mujer se enfrenta a un juez , ella es la que debe que demostrar que ocurrió el evento ella, mientras la persona que dejo el evento o el delito permanece callado, entonces ella es la que tiene que contar todo el suceso , desde allí es

proceso judicial.

estrategias para fortalecer las relaciones sociales, mediante los grupos de apoyo con mujeres que pasaron por el mismo proceso y lograron superar el evento traumático, para encontrar historias que inspiren a dichas mujeres a ser resilientes; también, el apoyo familiar y social es muy importante para que dicha población, no se sienta juzgada o rechaza. Por último, el acompañamiento psicológico durante el proceso judicial y de recuperación es primordial.

donde empieza el trauma y que durante la ruta allá un acompañamiento psicológico”.

CUARTA CATEGORÍA. Proyecto de vida

Teniendo en cuenta a D’Angelo (2002) el proyecto de vida se define como “Un proceso que estructura tanto las expectativas vitales como las estrategias para lograr dichos objetivos en el marco de un contexto social. Representa la relación del individuo consigo mismo y con la comunidad a la que pertenece, definiendo las posibilidades para lograr esas aspiraciones”.

PREGUNTAS	UNIDAD DE ANÁLISIS DE CADA SUJETO	PALABRAS CLAVES	ANÁLISIS
7. ¿Qué aspectos del proyecto de vida se puede trabajar con mujeres víctimas de violencia sexual para ser resiliente, por qué?	Experto: <i>“Se vuelve con lo mismo la importancia de las redes de apoyo frente a esto, dada la gravedad de la situación de violencia presentada es donde uno ve que el proyecto de vida puede tomar directrices puede quedar trocado en el camino incluso hay víctimas de violencia sexual que a veces quedan a veces ni quieren hablar y ni quieren comentarle a nadie quedan totalmente como si estuvieran en otro mundo y aunque son conscientes de todo y no quieren decir ni una palabra, hasta que ellas puedan sobreponerse poco a poco, debido al trauma porque eso generalmente se cumple ciertos criterios pues crea estrés</i>	Redes de apoyo, fundaciones o asociaciones de ayuda a mujeres víctimas, productividad laboral y personal.	Teniendo en cuenta que el proyecto de vida es un factor primordial en el proceso de resiliencia, el cual es definido por Zuazua, (2007) como “el proyecto es una imagen poderosa que nosotros creamos para que nos aliente en el día a día desde su promesa de plenitud” (citado en Gualtero, 2016). Por tal razón, los proyectos que cada persona se propone para el futuro sirven como fuente de motivación para encontrar

postraumáticos ay es donde hay que trabajar muchísimo más en la aplicación del proyecto de vida se ve desde muchas directrices sobre la importancia de las redes de apoyo para el momento de una afectación y de asociación para prestarle el servicio a la víctima, por esto es importante las redes de apoyo de cómo se puede ayudar y cómo lograr a canalizar su proyecto de vida y una actitud productiva en laboral y personal, con el apoyo de las fundaciones que están al tanto de la víctimas de violencia sexual”.

sentido a la vida; de esta manera el profesional experto menciona que los aspectos del proyecto de vida que contribuyen al proceso de resiliencia son inicialmente las redes de apoyo, las fundaciones o asociaciones de ayuda a mujeres víctimas, las cuales potencializan la productividad laboral y personal de esta población.

8. Desde su experiencia, ¿conoce casos donde el proyecto de vida le ha funcionado a una mujer víctima de violencia sexual?

Experto: *“De hecho hay varios casos no es tan fácil, pero no sé si usted recuerde hace muchos años, el caso del violador de una moto que todos le tenían pánico porque llegaba a las casas y veía la puerta abierta y entraba con el casco y sometía a cualquier mujer y la violaba, entonces tuve ese caso de esa mujer al principio fue traumático le hicieron exámenes, ella salió positivos para una enfermedad venérea y quedo toda desubicada a través de asociación ella fue muy apoyada, no fue algo crónico la enfermedad fue manejable, con un procedimiento médico y algunos antibióticos ella en ese momento*

Caso de violencia sexual traumático y con enfermedad venérea, asociación de apoyo, hijo motor de su vida para crear su propio negocio.

Es importante conocer casos donde mujeres que fueron víctimas de violencia sexual lograron ser resilientes, pues esas historias de vida motivan a otras mujeres a salir adelante y encontrar sentido a su vida. Lo anterior, es mencionado a través de un corto relato del profesional experto, el cual relata la historia de una mujer que fue agredida sexualmente por un hombre desconocido el cual le transmitió una

empezó hablar de la importancia que tenía para ella, nos comentaba que ella por su hijo iba a vivir, voy luchar por mi hijo voy a seguir adelante y que el pasado ya quedo en la historia y que mi hijo es el motor, se canalizo todo fue por el hijo y ella luego se proyectó en el que dijo que iba a montar una empresa el niño era pequeño, pero empezó amontar una heladería, después de un tiempo la vi porque teníamos rato de no saber de ella durante el proceso, bueno cuando la vi pues monto la heladería y le pregunte que como le estaba yendo, como le va con la heladería, ella comentaba que le va excelente que tenía dos heladería que el motor para seguir fue el hijo y que le dio ese sentido de salir adelante y hacer ese nuevo proyecto de vida destruí el evento que paso, vi que el esfuerzo que hice todo era para mí y por mi hijo y lograr muchísimas cosas y mire que lo está logrando hasta el momento”.

enfermedad venérea; sin embargo, mediante medicamentos se logró tratar dicha enfermedad; después la mujer encontró en su hijo el motor que necesitaba para luchar y crear un negocio propio.

Tabla 6. Matiz de Análisis Experto.

Análisis de la triangulación poblacional

Los factores resilientes tenidos en cuenta en la presente investigación se dividen en cuatro categorías como lo es la resiliencia, la competencia emocional, social y proyecto de vida. Los cuales se tomaron como referencia de la teoría de Knight (2007) citado por Cabanyes (2010), el cual ha planteado la resiliencia como un estado que integra la competencia emocional, competencia social y orientación al futuro. De la misma manera, se logra identificar y establecer dichos factores mediante el análisis de tres entrevistas semiestructuradas a dos mujeres víctimas de violencia sexual, a un familiar cercano y un profesional experto en el proceso de intervención con dicha población.

En la primera categoría “resiliencia”, se definió como la capacidad de superar y crecer favorablemente a pesar del sufrimiento o las circunstancias traumáticas vividas por una persona como la muerte de un ser querido, una enfermedad, un accidente, cualquier tipo de violencia, pobreza extrema, entre otros. Sin embargo, según la información recolectada por las entrevistas, para poder desarrollar resiliencia en mujeres víctimas de violencia sexual es necesario los siguientes factores: primero, no ser juzgada por la familia o la sociedad; segundo, encontrar sentido a la vida mediante la potencialización de las fortalezas de cada mujer como el optimismo, la bondad, la empatía, el emprendimiento, el liderazgo, resolución de conflictos, entre otras; tercero, desarrollar actividades de placer como cuidado físico mediante ejercicios al aire libre, realizar manualidades, ir a cine, pasar tiempo en familia, entre otros; cuarto, ser una persona autónoma, eficiente e independiente; quinto, tener una conducta asertivamente ante situaciones difíciles, utilizando siempre el dialogo y la resolución de conflicto; sexto, no considerarse diferente o inferior a los demás, sino por el contrario ser una mujer fuerte que utilice su experiencia para dar testimonio de superación a otras personas; por último, el fortalecimiento del vínculo espiritual aporta en las mujeres esperanzas hacia el futuro.

En cuanto a la segunda categoría sobre la “competencia emocional”, según Knight (2007) se encuentra conformada por el autoconcepto positivo, la autonomía, el sentido del humor y el autocontrol emocional como determinante en la resiliencia (citado por Cabanyes, 2010). Por tal razón, es fundamental conocer los siguientes factores que conforman la competencia emocional en la población víctima de violencia sexual, los cuales son influyentes en el proceso de

resiliencia: primero, el fortalecimiento de la autoestima mediante el amor, la seguridad, la aceptación y el valor propio; segundo, es importante experimentar emociones y sentimientos positivos la mayor parte del día como alegría, optimismo, tranquilidad, bondad, entre otros; tercero, el desarrollo de autorregulación emocional para controlar las emociones y sentimientos como ira, miedo, enojo, tristeza, entre otros; cuarto, la implementación de estrategias de control emocional como tomar un tiempo de receso, respirar y exhalar profundo, buscar paz espiritual, compañía o ayuda de otra persona y soluciones al problema; quinto, los vínculos afectivos estables a través de relaciones amorosas o interpersonales satisfactorias, donde se empleen el respeto, la aceptación y el apoyo incondicional.

Por otra parte, la tercera categoría está conformada por la “competencia social”, la cual según Bisquerra (2019) “es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas; esto implica dominar las habilidades sociales básicas, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes prosociales, asertividad, entre otras”. De tal manera, el mantenimiento de relaciones sociales en una mujer víctima de violencia sexual es una fuente de apoyo en el proceso de resiliencia, pues ayuda a desarrollar capacidades de expresar sentimientos, opiniones, deseos o necesidades en diferentes situaciones sin experimentar tensión o emociones negativas; por lo tanto, los factores que más influyen en esta competencia son:

En primer lugar, las redes de apoyo principalmente el círculo familiar o amigos cercanos para que la víctima encuentre la ayuda que necesita; en segundo lugar, los grupos de ayuda con personas que han pasado por el mismo proceso y lograron superarlo, de modo que sirvan de guía en el proceso de recuperación y de resiliencia; en tercer lugar, el mantenimiento de relaciones interpersonales desde todos los contextos como el familiar, laboral, académico y social para lograr un bienestar psicosocial; en cuarto lugar, relaciones sanas y de calidad, mediante el respeto, la aceptación, apoyo, amor, solidaridad, entre otras; en quinto lugar, el desarrollo de habilidades sociales como hablar en público, con personas nuevas o en reuniones sociales con seguridad, asertividad, resolución de conflictos, regulación emocional, entre otros; por último, es importante la conducta prosocial por medio de las interacciones positivas como la solidaridad, cooperación y ayuda con otras personas o seres vivos.

Por último, la cuarta categoría abarca el “proyecto de vida”, el cual según D’Angelo (2002) se define como “Un proceso que estructura tanto las expectativas vitales como las estrategias para

lograr dichos objetivos en el marco de un contexto social; representando la relación del individuo consigo mismo y con la comunidad a la que pertenece, definiendo las posibilidades para lograr esas aspiraciones”. Según lo anterior, es importante resaltar la necesidad de tener establecido un proyecto de vida para poder superar eventos traumáticos como la violencia sexual, pues cuando una persona tiene establecido unos objetivos a futuro, puede tener una razón o motivación para superar las adversidades que se presente y centrarse en conseguir sus metas, por esta razón es importante los siguientes factores para tener en cuenta al momento de construir el proyecto de vida:

Inicialmente es fundamental establecer planes o metas para el futuro que se relacionan con la satisfacción de las necesidades o aspiraciones de cada persona; luego, es necesaria la implementación de estrategias para alcanzar metas como planeación, visualización, sacrificios, buena administración financiera sobre ahorros y prestamos, creatividad, estrategias de marketing, perseverancia para cumplir todos los objetivos propuestos, entre otros. También, el desarrollo de capacidades o habilidades que aporte positivamente a cumplir metas como perseverancia, creatividad, proactividad, optimismo, responsabilidad, emprendimiento, buena administración y solución de problemas; además, es importante la Motivación para conseguir satisfacción, autorrealización, reconocimiento social, crecimiento personal, por el amor a sus seres queridos, entre otros. Por último, la autonomía en toma de decisiones, al momento de planear el objetivo que se quiere conseguir.

Discusión

Esta investigación buscaba analizar y determinar los factores resilientes con mayor impacto en mujeres víctimas de violencia sexual, para ello fue necesario conocer teorías que abarcaran la resiliencia y los componentes que se necesitan para conformarla; de este modo Cordero y Teyes (2016) mencionan que la resiliencia “*Es la capacidad de evolucionar favorablemente a pesar del sufrimiento y, a veces, la capacidad de sacar partido de ese sufrimiento*”; teniendo en cuenta el anterior aporte, la resiliencia es un proceso de adaptación positivo que viven muchas personas en momentos difíciles o de sufrimiento como lo es la violencia sexual; de este modo, el individuo pasa por un proceso de aprendizaje antes de buscar las estrategias necesarias para continuar con su vida y convertirse en un ser fuerte, independiente, bondadoso, con mayor seguridad en sus habilidades y capacidades.

También es importante, reconocer que la resiliencia es un proceso que conlleva tiempo para desarrollarla y que dependen de la capacidad que tiene cada persona para adaptarse positivamente en situaciones difíciles; de ahí la importancia de las redes de apoyo como la familia o amigos cercanos y de la ayuda terapéutica que aliente a la víctima a desarrollar capacidades resilientes, sobre todo en los meses posteriores de la situación que generó sufrimiento; pues en efecto, las posibilidades de resiliencia comienzan a surgir en mediano plazo.

Con relación a las categorías de los factores resilientes para la actual investigación, se basan en la teoría de Knight (2007) citado por Cabanyes (2010), el cual ha planteado un constructo tridimensional de la resiliencia que lleva a entenderla como un estado que integra la competencia emocional, competencia social y orientación del futuro. Por lo cual, para dicho autor la competencia emocional se encuentra conformada por el autoconcepto positivo, la autonomía, el sentido del humor y el autocontrol emocional como determinante en la resiliencia; dichos factores se lograron evidenciar en las entrevistas realizadas a las víctimas, pues dichas mujeres tienen un concepto positivo de ellas, pues se consideran personas fuertes, emprendedoras, independientes y optimistas; cabe resaltar que el sentido del humor fue una característica principal de una de ellas, así como el autocontrol emocional en las dos mujeres, quienes mencionaron diferentes estrategias para regular sus estados emocionales en situaciones difíciles.

Sin embargo, en los resultados obtenidos sobresale otro factor importante en la competencia emocional de las víctimas, el cual se trata de los vínculos afectivos estables, pues según un estudio sobre las consecuencias psicológicas del abuso sexual infantil se observa un desajuste en las relaciones de pareja, con relaciones inestables y una evaluación negativa de las mismas (Rodríguez, Aguiar & García, 2012). Lo anterior solo se cumple en ciertos casos pues en las mujeres entrevistadas una de ellas no tiene una relación de pareja actual, porque se considera una persona exigente al momento de elegir pareja, pues no permite que otra persona le frustre sus sueños y libertad, por ello su familiar menciona que las parejas que ha tenido actualmente son pasajeras. No obstante, la otra mujer víctima refirió tener una relación amorosa estable de 31 años, de la cual actualmente se encuentran casada y conllevan una muy buena convivencia, con apoyo mutuo, respeto, amor y comprensión.

Por otra parte, en el proceso de resiliencia es importante la competencia social, la cual según Bisquerra (2019) “es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas; esto implica dominar las habilidades sociales básicas, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes prosociales, asertividad, etc”. Cabe mencionar que dichas capacidades de interacción social se desarrollan con el tiempo en las personas que son resilientes y que requiere de una constante interacción con el medio que les rodea; aunque para una de las víctimas no es indispensable la constante interacción social con amigos o personas de su alrededor, reconoce que son necesarias para su diario vivir y que es más importante el vínculo familiar.

En relación con los grupos de apoyo como proceso de intervención y de resiliencia en las mujeres víctimas de violencia sexual, según Dra. María Palacín (2017), quien hace la siguiente descripción sobre los grupos de apoyo: Son convocados y liderados por un profesional (de la salud o las ciencias sociales, con previo entrenamiento para tal fin) con el propósito de “crear un ambiente acogedor donde gestionar los recursos de los miembros para afrontar la situación de cambio conflictiva o amenazante” (citada en Rodríguez, 2018), y están conformados por personas que comparten situaciones o problemas similares.

Por último, teniendo en cuenta a D'Angelo (2002) el proyecto de vida se define como “Un proceso que estructura tanto las expectativas vitales como las estrategias para lograr dichos objetivos en el marco de un contexto social”. Pero si bien es cierto, las capacidades, expectativas,

decisiones, conductas y estilos de vida que emplean las mujeres víctimas de violencia sexual, para cumplir su proyecto de vida, son un agente motivacional y de esperanza para superar el evento traumático; lo anterior se vio reflejado en las mujeres entrevistadas, las cuales tenían proyectos establecidos a futuro para tener una autorrealización y un bienestar para ellas y su familia o seres queridos.

Conclusiones

Se logra identificar la presencia de las competencias emocionales, sociales, proyecto de vida y resiliencia a través de las entrevistas semiestructuras a dos mujeres víctimas de violencia sexual y un familiar cercano permitiendo la indagación de los factores resilientes con mayor impacto en esta población, donde las respuestas obtenidas fueron coherentes y acordes al tema de investigación.

Se consiguió establecer los factores resilientes de mayor impacto en mujeres víctimas de violencia sexual mediante una entrevista semiestructurada a un profesional con experiencia en el trato de dicha población, para el debido análisis de la percepción de víctimas, familiares y experto; donde se entrelazan las respuestas de los participantes a través de la triangulación de datos y se encuentra congruencia en el resultado final del análisis.

Se proponen los factores de resiliencia de mayor impacto en situaciones de violencia sexual por medio del diseño de una cartilla informativa que sirva como guía para procesos de intervención con esta población, la cual fue elaborada de forma didáctica con ilustraciones y con un léxico claro y sencillo para ser entendida por cualquier persona.

Se obtuvieron los resultados esperados en las cuatro categorías propuestas mediante el análisis de la información recolectada con dos mujeres víctimas, un familiar cercano y profesional experto; donde se resaltan aspectos como las redes de apoyo en especial la familia y amigos cercanos; también la importancia de los grupos de ayuda con otras mujeres que en su momento fueron víctimas de violencia sexual, pero con el tiempo lograron ser resilientes y dan testimonio de vida.

Se descubre nuevos factores que no se mencionaron en la teoría propuesta como los vínculos afectivos estables y la espiritualidad, los cuales se emplean según cada situación o interés de la mujer víctima, pero que algunas veces no son tenidos en cuenta en el proceso de resiliencia.

Esta investigación aporta al campo de la psicología un análisis de los factores asociados al proceso de resiliencia con mayor impacto en las mujeres víctimas de violencia sexual, logrando proponer información necesaria para mejores procesos de intervención con la población afectada; por medio del diseño de una cartilla informativa que sirve como guía para los futuros profesionales en psicología.

A nivel personal, el presente trabajo de grado presenta un logro para la formación profesional y personal de la psicóloga en formación, debido al amplio conocimiento adquirido con la búsqueda concreta de temas como la violencia sexual y las afectaciones en la salud mental y el comportamiento individual de las víctimas, por tal motivo se genera aprendizaje enfatizados en nuevas estrategias psicológicas que fortalecen los factores asociados al proceso de resiliencia en dicha población.

Recomendaciones

Se recomienda a futuros psicólogos en formación o profesionales de psicología continuar investigando a fondo los factores asociados al proceso de resiliencia con mayor impacto en la población víctima de violencia sexual, en especial los dos factores que no se mencionaron en la teoría propuesta, pero que se identificaron en la información recolectada, como lo son los vínculos afectivos estables y el vínculo espiritual; de la misma manera es conveniente al momento de seleccionar futuras muestras de población, tener en cuenta las diferentes edades, géneros, estados socioeconómicos o escolaridad; para evaluar en que situaciones la resiliencia se da con mayor impacto y aporta a mejores procesos de recuperación. También, es importante trabajar la resiliencia desde diferentes contextos o problemáticas con poblaciones vulnerables como víctimas del conflicto armado, violencia intrafamiliar, con pacientes de VIH/SIDA, cáncer, problemas en la salud mental, entre otros.

Es importante crear estrategias para incentivar a niños, jóvenes y adultos a desarrollar los factores necesarios para llegar a ser resilientes al momento de enfrentar situaciones difíciles o de

adversidad en su diario vivir; pues, aunque la mayoría de la población conocen el concepto, no saben qué hacer para llegar a ser resilientes.

Se sugiere a las mujeres participantes de la presente investigación continuar fortaleciendo su capacidad de resiliencia, la cual aporta buenos resultados en su proyecto de vida como el cumplimiento de metas y sueños; así mismo, en la competencia social como la calidad en las relaciones interpersonales y el desarrollo de habilidades sociales; igualmente, en la competencia emocional como la autoestima alta, la autorregulación emocional y la estabilidad en relación de pareja.

Se recomienda el uso y la difusión de la cartilla informativa dirigido a mujeres víctimas de violencia sexual, la cual fue diseñada por la psicóloga en formación como herramienta para un mejor proceso de intervención y superación del evento traumático mediante el desarrollo de resiliencia con dicha población.

Se recomienda a futuros investigadores indagar las diferentes fundaciones, asociaciones o grupos de apoyo a mujeres víctimas de violencia sexual para poder contar con una población amplia al momento de realizar una investigación; gestionando el debido permiso con los funcionarios a cargo de cada entidad y disponiendo con el tiempo necesario para los debidos tramites.

Referencias Bibliográficas.

- Aguilar, S. & Barroso, J., (2015). La triangulación De Datos Como Estrategia En Investigación Educativa. Universidad de Sevilla. Facultad Ciencias de la Educación. Dpto. Didáctica y Organización Educativa. Sevilla (España). Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=36841180005>
- Amnistía Internacional Argentina (2015). *Estigma y control*. Recuperado de: <http://www.midecision.org/modulo/estigma-y-control/>
- Bados, A. y García, E. (2014). *Resolución de problemas*. Recuperado en: <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/54764/1/Resoluci%C3%B3n%20problemas.pdf>
- Bisquerra, R. (2019). Competencia social. Recuperado de: <http://www.rafaelbisquerra.com/es/competencias-emocionales/competencia-social.html>
- Alzugaray, C. & García, F. (2015). Relaciones de pareja y bienestar psicológico. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/294891178_Relaciones_de_pareja_y_bienestar_psicologico
- Bordignon, N. (2005). *El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto*. Revista Lasallista de Investigación, vol. 2, núm. 2, pp. 50-63 Corporación Universitaria Lasallista Antioquia, Colombia. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/695/69520210.pdf>
- Bustamante, S. & García, S. (2015). *Resolución pacífica de conflictos*. Recuperado de: <https://www.ucm.es/data/cont/media/www/pag-50196/documentos/Gu%C3%ADa%20duIN.pdf>
- Cabanyes, J. (2010). *Resiliencia: una aproximación al concepto*. Recuperado de: <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-psiquiatria-salud-mental-286-articulo-resiliencia-una-aproximacion-al-concepto-S1888989110000741>
- Castillo, E., Bernardo, J. & Medina, M. (2018). *Violencia de género y autoestima de mujeres del centro poblado Huanja – Huaraz, 2017*. Recuperado de: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-558X2018000200008

- Carvajal, A. (2010). *Modelo De Atención Integral En Salud Para Víctimas De Violencia Sexual*. Recuperado de: <http://bdigital.unal.edu.co/45579/1/laviolenciasexualencolombia.pdf>
- Cifuentes, S. (2018). Exámenes médico legales por presunto delito sexual, Colombia, año 2018 (pg. 237). Recuperado de: <http://www.medicinalegal.gov.co/documents/20143/386932/Forensis+2018.pdf/be4816a4-3da3-1ff0-2779-e7b5e3962d60>
- Colombia Legal Corporación (2018). “*Abuso sexual y violencia de género en Colombia*”. Recuperado de: <https://colombialegalcorp.com/abuso-sexual-y-violencia-de-genero-colombia/>
- Congreso de la Republica (2007). “Ley 1146 de 2007”. Recuperado de: https://www.oas.org/dil/esp/LEY_1146_de_2007_Colombia.pdf
- Contreras J et al. (2010) *Violencia sexual en América Latina y el Caribe: una revisión de escritorio*. Recuperado de: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=3341:2010-sexual-violence-latin-america-caribbean-desk-review&Itemid=0&lang=es
- Cordero, V. & Teyes, R. (2016). *Resiliencia de mujeres en situación de violencia doméstica*. Omnia, vol. 22, núm. 2, pp. 107-118 Universidad del Zulia Maracaibo, Venezuela. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/737/73749821009.pdf>
- Corporación Sisma Mujer (2018). *Comportamiento de las violencias contra las mujeres y niñas en Colombia durante 2017 y 2018*. Recuperado de: https://www.sismamujer.org/wp-content/uploads/2018/11/24-11-2018-Bolet%C3%ADn-25-de-Noviembre-de-2018_SISMA-MUJER.pdf
- Chóliz, M. (2005): *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Recuperado de: <https://www.uv.es/choliz/Proceso%20emocional.pdf>
- D’angelo, O. (2002). Proyecto De Vida Y Desarrollo Integral Humano. *Revista Internacional Creemos*, I(Año 6), 31. Recuperado de: <http://biblioteca.clacso.edu.ar/ar/libros/cuba/cips/caudales05/Caudales/ARTICULOS/ArticulosPDF/07D050.pdf>
- De Mézerville, G. (2004). Ejes de salud mental. Los procesos de autoestima, dar y recibir afecto y adaptación al estrés. México: Trillas. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/447/44770311.pdf>

- Díaz, L., García, U., Hernández, M. & Varela, M. (2013). “*La entrevista, recurso flexible y dinámico*”. Recuperado el 22 de abril de 2019, de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-50572013000300009
- Escribens, P. (2012). *Proyecto de Vida de Mujeres Víctimas de Violencia Sexual en Conflicto Armado Interno*. Recuperado de: https://www.verdadyreconciliacionperu.com/admin/files/libros/730_digitalizacion.pdf
- Fiscalía General de la Nación. (2010). *Centros de Atención Ciudadana*. Recuperado de: <https://www.fiscalia.gov.co/colombia/wp-content/uploads/2012/01/InformeRendici%C3%B3ndeCuentas2009-2010.pdf>
- Fornari L. (2017) “*O Processo De Resiliência Em Mulheres Vítimas De Violência Sexual: Uma Possibilidade De Cuidado*”. Recuperado de: <http://www.saude.ufpr.br/portal/revistacogitare/wp-content/uploads/sites/28/2018/02/52081-222583-1-PB.pdf>
- García, A. (2018). *El Desarrollo de la Estabilidad Emocional en Patología Dual: una Propuesta de Intervención Breve*. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/1806/180657436004/html/index.html>
- García, L. y Cerda, B. (2010). “Proyecto Igualdad entre Mujeres y Hombres, Violencia Sexual”. Recuperado de: http://www.inprf.gob.mx/transparencia/archivos/pdfs/violencia_sexual_2012.pdf
- García, M. & Domínguez, E. (2013). *Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica*. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4220133.pdf>
- García-Moreno C et al. Estudio multipaís de la OMS *sobre salud de la mujer y violencia doméstica contra la mujer: primeros resultados sobre prevalencia, eventos relativos a la salud y respuestas de las mujeres a dicha violencia*. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 2005. Recuperado de: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/43390>
- González, J., Rapún, A., Altisent, R., & Irigoyen, J. (2005). *Principios éticos y legales en la práctica pericial psiquiátrica. Cuadernos de Medicina Forense*. Recuperado de: <https://doi.org/10.4321/s1135-76062005000400005>
- Gualtero, P. (2016). *Importancia Del Proyecto De Vida Como Eje Motivacional Para El Ingreso A Estudios Superiores En Los Estudiantes De Los Grados 10°Y 11°, De La Institución*

- Educativa Técnica Chamba Del Guamo -Tolima.* Recuperado de: <http://repository.ut.edu.co/bitstream/001/1668/1/IMPORTANCIA%20DEL%20PROYECTO%20DE%20VIDA.pdf>
- Guardo, L. (2017) *Factores Protectores Que Construyen Un Grupo De Mujeres Frente A La Violencia De Pareja, En El Municipio De Arjona Bolívar, Año 2017.* Recuperado de: <http://repositorio.unicartagena.edu.co:8080/jspui/bitstream/11227/5749/1/FF%20TRABAJO%20DE%20GRADO%20FINAL%20SUSTENTADO%2013%20OCTUBRE%2017.pdf>
- Guillén, S., Villarraga, G., Pachón, R. & Roncan, E. (2013) *Resiliencia En El Fenómeno De Violencia Intrafamiliar Desde La Terapia Narrativa: Una Nueva Perspectiva.* Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815163>
- Gualtero, M. (2016). *Importancia Del Proyecto De Vida, Como Eje Motivacional Para El Ingreso A Estudios Superiores.* Recuperado de: <http://repository.ut.edu.co/bitstream/001/1668/1/IMPORTANCIA%20DEL%20PROYECTO%20DE%20VIDA.pdf>
- Haffejee, S. & Theron, L. (2017). *Resilience processes in sexually abused adolescent girls.* Recuperado de: http://www.scielo.org.za/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0038-23532017000600011
- Martínez, A., Piqueras, J. & Cándido, J. (2016). *Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento ante el Estrés.* Recuperado de: <http://www.javiercastilloformacion.com/wp-content/uploads/2016/11/Relaciones-entre-Inteligencia-Emocional-y-Estrategias.pdf>
- Martínez, P. (2016). *La importancia de la toma de decisiones.* Recuperado de: https://www.academia.edu/8030901/La_Importancia_de_la_toma_de_decisiones
- Mallea, J., Paglia, A., Rimoldi, A. y colaboradores (2016). *La Independencia De La Mujer En El siglo XXI Reflejada En La publicidad. La Ruptura Del Estereotipo Femenino En La Publicidad.* Recuperado en: http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/57497/Documento_completo__pdf-PDFA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Mendes, G. & Ryszard, M. (2005). *El Desarrollo De Las Relaciones Interpersonales En Las Experiencias Transculturales: Una Aportación Del Enfoque Centrado En La Persona.* Recuperado de: <http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/014600/014600s.pdf>

- Ministerio De Salud Y Protección Social - Resolución Número 000459 (2012). *Protocolo y Modelo de Atención Integral en Salud para Víctimas de Violencia Sexual*. Recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/Resolucion-0459-de-2012.PDF>
- Molina, J. (2000). *Establecimiento De Metas, Comportamiento Y Desempeño*. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-59232000000200002
- Mosquera, K. & Vallejo, O. (2016). Factores Motivacionales Vinculados Al Alcance De Metas De Logro Personales Y Académicas. Recuperado de: <http://ridum.umanizales.edu.co:8080/xmlui/bitstream/handle/6789/2944/Olga%20Lucia%20Vallejo-%20Kenny%20Lewis%20Mosquera%20Ayala-2016.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Muñiz, M. (2010). *Estudios de caso en la investigación cualitativa*. Recuperado de: https://psico.edu.uy/sites/default/files/cursos/1_estudios-de-caso-en-la-investigacion-cualitativa.pdf
- Organización Mundial de la Salud (OMS 2013). *Comprender y abordar la violencia contra las mujeres*. Recuperado de: https://oig.cepal.org/sites/default/files/20184_violenciasexual.pdf
- Organización Mundial de la Salud (OMS 2017). *Violencia contra la mujer*. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>
- Papalia, D., Feldman, R. & Martorell, G. (2012). *Desarrollo Humano*. Duodécima edición, DERECHOS RESERVADOS 2012, 2010, 2004, 2002, 1996, 1990, 1984 respecto a la séptima edición en español por McGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- Pereda, N. (2010). *Consecuencias Psicológicas a Largo Plazo del Abuso Sexual Infantil*. Recuperado de: <http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1846.pdf>
- Pineda, E., Alvarado, E. & Canales, F. (1994). *Metodología de la investigación, Manual para el desarrollo de personal de salud*. Segunda edición (p 119). Recuperado de: <http://187.191.86.244/rceis/registro/Metodologia%20de%20la%20Investigacion%20Manual%20para%20el%20Desarrollo%20de%20Personal%20de%20Salud.pdf>
- Pivara, K. (2015). *Resiliencia En Adolescentes Víctimas De Violencia Sexual*. Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2015/05/22/Pivaral-Kleidy.pdf>

- Quesada, N. & Robles, M. (2003). *Factores de Resiliencia de las Mujeres Sobrevivientes de Violencia Conyugal*. Recuperado de: <http://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/tfglic/tfg-l-2003-12.pdf>
- Quiceno, J., Mateus, j., Cardenas, M., Villareal, D. Y Vinaccia, M. (2013). “*Calidad de Vida, Resiliencia e Ideación Suicida en Adolescentes Víctimas de Abuso Sexual*”. Recuperado de: <http://revistas.uned.es/index.php/RPPC/article/view/12767>
- Quispe, V. & Vera, L. (2017) “*Diferencias En La Resiliencia Según Factores Sociodemográficos En Estudiantes De 8 A 12 Años De Zonas Marginales De Los Distritos De Cerro Colorado Y Cayma - Arequipa*”. Recuperado de: <https://docplayer.es/55154648-Universidad-nacional-de-san-agustin-facultad-de-psicologia-relaciones-industriales-y-ciencias-de-la-comunicacion-escuela-profesional-de-psicologia.htm>
- Rodríguez, G., Gil, J. & García, E. (1996). *Metodología de la Investigación Cualitativa*. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/44376485_Metodologia_de_la_investigacion_cualitativa_Gregorio_Rodriguez_Gomez_Javier_Gil_Flores_Eduardo_Garcia_Jimenez
- Rodríguez, D. (2018). *Orientaciones para el Trabajo con Grupos de Apoyo y de Ayuda Mutua, Subdirección de Enfermedades No Transmisibles Grupo Funcional: Gestión Integrada para la Salud Mental*. Imprenta Nacional de Colombia, Primera Edición (p.6). Recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/Orientaciones-grupos-apoyo-ayuda-mutua.pdf>
- Rodríguez F., Ramos D., Ros I., Fernández Z., & Revuelta L. (2016) *Bienestar subjetivo en la adolescencia: el papel de la resiliencia, el auto concepto y el apoyo social percibido*. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/1342/134245262008.pdf>
- Rodríguez, Y., Aguiar, B. & García, I. (2012). *Consecuencias Psicológicas del Abuso Sexual Infantil*. Recuperado de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2220-90262012000100007
- Romero J. (2014). “*Factores de Resiliencia en Mujeres Jefas de Hogar Víctimas de Violencia Intrafamiliar, Maltrato Y Abuso*”. Recuperado de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Carolin-Jesus.pdf>
- Salvador, L. (2015). *Resiliencia en violencia de género. Un nuevo enfoque para los/las profesionales sanitarios/as*. Recuperado de: <https://revistas.uam.es/revIUEM/article/view/416>

Schmidt, S. (2006). competencias, habilidades cognitivas, destrezas prácticas y actitudes. Recuperado de: <https://rmauricioaceves.files.wordpress.com/2013/02/definicion-comphabdestrezas.pdf>

Vargas, A. y Bohórquez, N. (2017). “*Las Vivencias De Una Persona En El Conflicto Armado Un Estudio De Resiliencia*”. Recuperado de: <http://serviciosacademicos.unipamplona.edu.co/prestamo/>

Apéndices

Apéndice 1. Carta Aval Anteproyecto y proyecto final



Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 - www.unipamplona.edu.co

San José de Cúcuta, Norte de Santander, 29 de septiembre de 2019

Señores:

**COMITÉ DE TRABAJO DE GRADO
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA**

Asunto:

Yo ANDREA ISABEL BACCA VERA directora de la tesis “Estudio De Caso Sobre Factores Asociados Al Proceso De Resiliencia En Dos Mujeres Víctimas De Violencia Sexual Entre Edades de 23 a 45 años.” que realiza la estudiante BRENDA NIKOC ESTEVEZ IBARRA con código 1093785362 para el semestre 2019-II, autorizo el envío del anteproyecto el cual ya revisé y orienté en el proceso.

Atentamente:

ANDREA ISABEL BACCA VEGA
DIRECTORA DE TESIS
DOCENTE TIEMPO COMPLETO OCASIONAL



Formando líderes para la construcción de un
nuevo país en paz



Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 - www.unipamplona.edu.co

San José de Cúcuta, Norte de Santander, 05 de diciembre de 2019

Señores:

**COMITÉ DE TRABAJO DE GRADO
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA**

Asunto:

Yo ANDREA ISABEL BACCA VERA directora de la tesis “Estudio De Caso Sobre Factores Asociados Al Proceso De Resiliencia En Dos Mujeres Víctimas De Violencia Sexual Entre Edades de 42 a 47 años.” que realiza la estudiante BRENDA NIKOC ESTEVEZ IBARRA con código 1093785362 para el semestre 2019-II, autorizo el envío del proyecto final y doy mi aval para la respectiva sustentación ante los jurados asignados.



Atentamente:

ANDREA ISABEL BACCA VERA
DOCENTE TIEMPO COMPLETO



Formando líderes para la construcción de un
nuevo país en paz

Apéndice 2. Carta Validación Experto 1

TRABAJO DE GRADO
2019

Constancia de Juicio de experto:

Yo, c. Graciela Espinel de Pérez titular de la cédula de ciudadanía No. 37.219.884 certifico que realicé el juicio del experto al instrumento diseñado por la psicóloga en formación Brenda Nikoc Estevez Ibarra, de la Universidad de Pamplona, como parte fundamental para el desarrollo de su investigación en curso modalidad trabajo de grado.

El día 28 del mes 09 del año 2019

Anexo:
PhD en educación
post-phD en educación

Número de la tarjeta profesional:
359 Norte de Santander

Firma:
Graciela E. de P.
C.C 37.219.884

Apéndice 3. Carta Validación Experto 2.



TRABAJO DE GRADO

2019



Constancia de Juicio de experto:

Yo, Betty Hilma Pardo Gómez titular de la cédula de ciudadanía No. 1092335338 certifico que realicé el juicio del experto al instrumento diseñado por la psicóloga en formación Brenda Nikoc Estevez Ibarra, de la Universidad de Pamplona, como parte fundamental para el desarrollo de su investigación en curso modalidad trabajo de grado.

El día 2 del mes 10 del año 2019

Anexo:

Número de la tarjeta profesional:


Nº 127184. COLPSI

Firma:


Hilma Pardo G.

C.C. 1092335338.

Apéndice 4. Carta Validación Experto 3.



TRABAJO DE GRADO
2019



Constancia de Juicio de experto:

Yo, ELIANA IBÁÑEZ CASADIEGO S titular de la cédula de ciudadanía
No. 1095806630 certifico que realicé el juicio del experto al instrumento diseñado por la
psicóloga en formación Brenda Nikoc Estevez Ibarra, de la Universidad de Pamplona, como parte
fundamental para el desarrollo de su investigación en curso modalidad trabajo de grado.

El día 2 del mes 10 del año 2019

Anexo:

Número de la tarjeta profesional:
127987

Firma: Franke D C
c.c. 1095806630

Apéndice 5. Consentimiento 1.



Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 - www.unipamplona.edu.co

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE SALUD
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo Gladys Teresa Gamboa. identificado(a)
con cedula de ciudadanía 45 512 643 de Cartagena, certifico que
he sido informado(a) con claridad y veracidad debida, respecto al ejercicio
académico en el que la psicóloga en formación de la Universidad de Pamplona,
Brenda Nikoc Estevez Ibarra identificada con la cédula de ciudadanía 1.093.785.362
de los Patios, me han invitado a participar en el trabajo de grado titulado: Estudio De
Caso Sobre Factores Asociados Al Proceso De Resiliencia En Dos Mujeres
Víctimas De Violencia Sexual Entre Edades de 42 a 47 años. En la cual actuó de
forma consecuente, libre y voluntariamente como colaborador contribuyendo a la
entrevista de forma activa y voluntaria ante este ejercicio en el cual, la información
brindada por mí se usará con fines netamente académicos y bajo el principio de
confidencialidad.

Por último, declaro que después de las aclaraciones convenientemente realizadas
consiento participar de la presente entrevista.

Gladys T. Gamboa.

Firma del participante

BRENDA ESTEVEZ I.

Firma de la psicóloga en formación



Formando líderes para la construcción de un
nuevo país en paz

Apéndice 6. Consentimiento 2.



Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 - www.unipamplona.edu.co

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE SALUD
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo Ana A Ardila Navas, identificado(a)
con cedula de ciudadanía 60364366 de Cúcuta, certifico que
he sido informado(a) con claridad y veracidad debida, respecto al ejercicio
académico en el que la psicóloga en formación de la Universidad de Pamplona,
Brenda Nikoc Estevez Ibarra identificada con la cédula de ciudadanía 1.093.785.362
de los Patios, me han invitado a participar en el trabajo de grado titulado: Estudio De
Caso Sobre Factores Asociados Al Proceso De Resiliencia En Dos Mujeres
Víctimas De Violencia Sexual Entre Edades de 42 a 47 años. En la cual actuó de
forma consecuente, libre y voluntariamente como colaborador contribuyendo a la
entrevista de forma activa y voluntaria ante este ejercicio en el cual, la información
brindada por mí se usará con fines netamente académicos y bajo el principio de
confidencialidad.

Por último, declaro que después de las aclaraciones convenientemente realizadas
consiento participar de la presente entrevista.

Ana Ardila Navas

Firma del participante

BRENDA ESTEVEZ I.

Firma de la psicóloga en formación



Formando líderes para la construcción de un
nuevo país en paz

Apéndice 7. Consentimiento 3.



Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 - www.unipamplona.edu.co

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE SALUD
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Yo Luz Marina Garces I., identificado(a)
con cedula de ciudadanía 1090375320 de Cúcuta, certifico que
he sido informado(a) con claridad y veracidad debida, respecto al ejercicio
académico en el que la psicóloga en formación de la Universidad de Pamplona,
Brenda Nikoc Estevez Ibarra identificada con la cédula de ciudadanía 1.093.785.362
de los Patios, me han invitado a participar en el trabajo de grado titulado: Estudio De
Caso Sobre Factores Asociados Al Proceso De Resiliencia En Dos Mujeres
Víctimas De Violencia Sexual Entre Edades de 42 a 47 años. En la cual actuó de
forma consecuente, libre y voluntariamente como colaborador contribuyendo a la
entrevista de forma activa y voluntaria ante este ejercicio en el cual, la información
brindada por mí se usará con fines netamente académicos y bajo el principio de
confidencialidad.

Por último, declaro que después de las aclaraciones convenientemente realizadas
consiento participar de la presente entrevista.

Luz M. G. I.

Firma del participante

BRENDA ESTEVEZ I.

Firma de la psicóloga en formación



Formando líderes para la construcción de un
nuevo país en paz

Apéndice 8. Consentimiento 4.



Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 - www.unipamplona.edu.co

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE SALUD
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Yo Silvana Yubeht Amara Ardila, identificado(a) con cedula de ciudadanía 1090501920 de Cúcuta, certifico que he sido informado(a) con claridad y veracidad debida, respecto al ejercicio académico en el que la psicóloga en formación de la Universidad de Pamplona, Brenda Nikoc Estevez Ibarra identificada con la cédula de ciudadanía 1.093.785.362 de los Patios, me han invitado a participar en el trabajo de grado titulado: Estudio De Caso Sobre Factores Asociados Al Proceso De Resiliencia En Dos Mujeres Víctimas De Violencia Sexual Entre Edades de 42 a 47 años. En la cual actuó de forma consecuente, libre y voluntariamente como colaborador contribuyendo a la entrevista de forma activa y voluntaria ante este ejercicio en el cual, la información brindada por mí se usará con fines netamente académicos y bajo el principio de confidencialidad.

Por último, declaro que después de las aclaraciones convenientemente realizadas consiento participar de la presente entrevista.

Silvana Amara

Firma del participante

BRENDA NIKOC ESTEVEZ I.

Firma de la psicóloga en formación



Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz

Apéndice 9. Consentimiento 5.

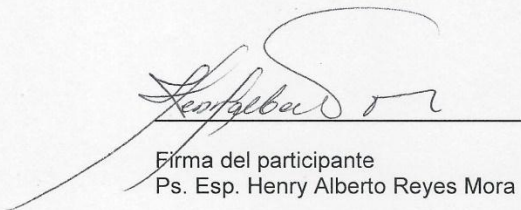


Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 - www.unipamplona.edu.co

**UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE SALUD
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Yo Henry Alberto Reyes Mora, identificado(a) con cedula de ciudadanía 13.470.787 de Cúcuta, certifico que he sido informado(a) con claridad y veracidad debida, respecto al ejercicio académico en el que la psicóloga en formación de la Universidad de Pamplona, Brenda Nikoc Estevez Ibarra identificada con la cédula de ciudadanía 1.093.785.362 de los Patios, me han invitado a participar en el trabajo de grado titulado: Factores resilientes en mujeres víctimas de violencia sexual, dos estudios de casos. En la cual actuó de forma consecuente, libre y voluntariamente como colaborador contribuyendo a la entrevista de forma activa y voluntaria ante este ejercicio en el cual, la información brindada por mí se usará con fines netamente académicos y bajo el principio de confidencialidad.

Por último, declaro que después de las aclaraciones convenientemente realizadas consiento participar de la presente entrevista.


Firma del participante
Ps. Esp. Henry Alberto Reyes Mora

BRENDA ESTEVEZ I.
Firma de la psicóloga en formación
Brenda Nikoc Estevez Ibarra



Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz

Apéndice 10. Entrevista Semiestructurada Víctimas y Familiar

ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA DIRIGIDA A MUJERES VICTIMAS DE VIOLENCIA SEXUAL

PRIMERA CATEGORÍA. Resiliencia

Definición con cita Cordero y Teyes (2016) mencionan que la resiliencia “Es la capacidad de evolucionar favorablemente a pesar del sufrimiento y, a veces, la capacidad de sacar partido de ese sufrimiento”.

PREGUNTA	APLICA	NO APLICA	OBSERVACIÓN
1. Mencione sus fortalezas y debilidades			
2. ¿Qué actividades realiza en su tiempo libre?			
3. ¿Qué actitudes o situaciones del entorno, hacen que sea una persona independiente?			
4. Ante una situación difícil o una eventualidad de la vida, normalmente ¿cuáles son las acciones que usted toma, positivas o negativas?			
5. Debido a la experiencia vivida, ¿Considera que es una persona diferente a los demás o que merece un trato especial, por qué?			

SEGUNDA CATEGORÍA. Competencia Emocional

Para Knight (2007) la competencia emocional se encuentra conformada por el autoconcepto positivo, la autonomía, el sentido del humor y el autocontrol emocional como determinante en la resiliencia.

PREGUNTA	APLICA	NO APLICA	OBSERVACIÓN
1. ¿Cuáles son las emociones y sentimientos que más presenta en su diario vivir?			
2. ¿Cómo expresa sus emociones y sentimientos ante otras personas?			

-
3. ¿Cuáles son las emociones y sentimientos más frecuentes, en situaciones difíciles?

 4. ¿Cuáles son las estrategias que utiliza para controlar sus emociones negativas?

 5. ¿Se siente satisfecha consigo misma, con lo que es y conoce de usted, por qué?

 6. ¿Tiene una relación de pareja actualmente? y ¿Cómo la describiría?

 7. ¿Cómo fue su última relación de pareja?

TERCERA CATEGORÍA. Competencia Social

Según Bisquerra (2019) la competencia social es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas; esto implica dominar las habilidades sociales básicas, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes prosociales, asertividad, etc.

PREGUNTA	APLICA	NO APLICA	OBSERVACIÓN
1. Argumente según su criterio propio, ¿que son las relaciones sociales?			
2. Defina la importancia que tiene para usted el mantenimiento de relaciones sociales.			
3. ¿Cómo describe las relaciones interpersonales y afectivas que maneja en la actualidad?			
4. Describa, ¿cómo se siente en reuniones sociales, compartiendo con sus amistades y hablando en público ante un grupo en específico?			
5. ¿Se le facilita interactuar con personas desconocidas, por qué?; ¿antes de la situación de violencia sexual se le dificultaba?			
6. ¿cómo actúa cuándo se encuentra en medio de una discusión ya sea con familiares o personas de su círculo social?			

CUARTA CATEGORÍA. Proyecto de vida

Teniendo en cuenta a D'Angelo (2002) el proyecto de vida se define como “Un proceso que estructura tanto las expectativas vitales como las estrategias para lograr dichos objetivos en el marco de un contexto social. Representa la relación del individuo consigo mismo y con la comunidad a la que pertenece, definiendo las posibilidades para lograr esas aspiraciones”.

PREGUNTA	APLICA	NO APLICA	OBSERVACIÓN
1. Describa los planes o metas que tiene para el futuro.			
2. ¿Qué estrategias utiliza actualmente para cumplir las metas que se plantea hacia el futuro?			
3. Mencione las capacidades y habilidades que tiene para dar cumplimiento a sus metas			
4. ¿Generalmente al tomar decisiones o planear su proyecto de vida, tiene en cuenta las opiniones de los demás?			
5. ¿Cuáles son los principales motivos para conseguir sus metas?			
6. ¿Qué cosas a conseguido a lo largo de su vida que la hacen sentir orgullosa en este momento?			
7. Describa ¿cómo se visualiza en cinco y diez años?			

ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA DIRIGIDA A FAMILIAR DE LA VICTIMA DE VIOLENCIA SEXUAL

PRIMERA CATEGORÍA. Resiliencia

Definición con cita Cordero y Teyes (2016) mencionan que la resiliencia “Es la capacidad de evolucionar favorablemente a pesar del sufrimiento y, a veces, la capacidad de sacar partido de ese sufrimiento”.

PREGUNTA	APLICA	NO APLICA	OBSERVACIÓN
1. ¿Mencione las fortalezas y debilidades que caracterizan a su familiar			
2. ¿Qué actividades realiza su			

familiar en el tiempo libre?
3. ¿Qué actitudes o situaciones del entorno, hacen que su familiar sea una persona independiente?
4. Ante una situación difícil o una eventualidad de la vida, normalmente ¿cuáles son las acciones que toma su familiar, positivas o negativas?
5. Debido a la experiencia vivida por su familiar ¿Considera que es una persona diferente a los demás o que merece un trato especial, por qué?

SEGUNDA CATEGORÍA. Competencia Emocional

Para Knight (2007) la competencia emocional se encuentra conformada por el autoconcepto positivo, la autonomía, el sentido del humor y el autocontrol emocional como determinante en la resiliencia.

PREGUNTA	APLICA	NO APLICA	OBSERVACIÓN
1. ¿Cuáles son las emociones y sentimientos que percibe diariamente en su familiar?			
2. ¿Cómo expresa su familiar las emociones y sentimientos ante otras personas?			
3. ¿Cuáles son las emociones y sentimientos más frecuentes que experimenta su familiar, en situaciones difíciles?			
4. ¿Cuáles son las estrategias que utiliza su familiar para controlar las emociones negativas?			
5. ¿Considera a su familiar una persona con autoestima alta, por qué?			
6. ¿Su familiar tiene una			

relación de pareja
actualmente? y ¿Cómo
describiría esa relación?

7. ¿Cómo fue la última
relación de pareja de su
familiar?
-

TERCERA CATEGORÍA. Competencia Social

Según Bisquerra (2019) la competencia social es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas; esto implica dominar las habilidades sociales básicas, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes prosociales, asertividad, etc.

PREGUNTA	APLICA	NO APLICA	OBSERVACIÓN
1. Defina la importancia que tiene para su familiar las relaciones sociales.			
2. ¿Cómo describe las relaciones interpersonales y afectivas que maneja su familiar en la actualidad?			
3. Explique ¿cómo es el comportamiento de su familiar en reuniones sociales, compartiendo con sus amistades y hablando en público ante un grupo en específico?			
4. ¿cómo actúa su familiar cuando se encuentra en medio de una discusión ya sea con familiares o personas de su círculo social?			
5. ¿Se le facilita a su familiar interactuar con personas desconocidas, por qué?; ¿antes de la situación de violencia sexual se le dificultaba?			

CUARTA CATEGORÍA. Proyecto de vida

Teniendo en cuenta a D' Angelo (2002) el proyecto de vida se define como “Un proceso que estructura tanto las expectativas vitales como las estrategias para lograr dichos objetivos en el marco de un contexto social. Representa la relación del individuo consigo mismo y con la

comunidad a la que pertenece, definiendo las posibilidades para lograr esas aspiraciones”.

PREGUNTA	APLICA	NO APLICA	OBSERVACIÓN
1. Mencione algunos planes o metas que tiene su familiar para el futuro.			
2. ¿Qué estrategias utiliza actualmente su familiar, para cumplir las metas que se plantea hacia el futuro?			
3. Mencione las capacidades y habilidades que tiene su familiar para dar cumplimiento a las metas que se plantea.			
4. ¿Cuándo su familiar toma decisiones o planea su proyecto de vida, tiene en cuenta las opiniones de los demás?			
5. ¿Cuáles son los principales motivos que tiene su familiar para conseguir las metas?			
6. ¿Qué cosas a conseguido su familiar a lo largo de la vida que la hacen sentir orgullosa a ella en este momento?			

Apéndice 11. Entrevista Semiestructurada Experto.

ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA CON PROFESIONAL EXPERTO

PRIMERA CATEGORÍA. Resiliencia

Definición con cita Cordero y Teyes (2016) mencionan que la resiliencia “Es la capacidad de evolucionar favorablemente a pesar del sufrimiento y, a veces, la capacidad de sacar partido de ese sufrimiento”.

PREGUNTA	APLICA	NO APLICA	OBSERVACIÓN
1. Desde su experiencia profesional, ¿Cuáles son los			

factores resilientes más empleados por las mujeres víctimas de violencia sexual?

2. Teniendo en cuenta el cargo laboral que desempeña, realice una breve descripción de ¿cuáles son las mejores estrategias de intervención con mujeres víctimas de violencia sexual, que aportan a su proceso de resiliencia?
-

SEGUNDA CATEGORÍA. Competencia Emocional

Para Knight (2007) la competencia emocional se encuentra conformada por el autoconcepto positivo, la autonomía, el sentido del humor y el autocontrol emocional como determinante en la resiliencia.

PREGUNTA	APLICA	NO APLICA	OBSERVACIÓN
3. Explique ¿cuál es la importancia de la autorregulación emocional en las mujeres víctimas de violencia sexual, para llegar a ser resiliente?			
4. Mencione ¿de qué manera la autoestima contribuye al proceso de resiliencia en una mujer víctima de violencia sexual?			

TERCERA CATEGORÍA. Competencia Social

Según Bisquerra (2019) la competencia social es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas; esto implica dominar las habilidades sociales básicas, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes prosociales, asertividad, etc.

PREGUNTA	APLICA	NO APLICA	OBSERVACIÓN
5. Describa la importancia de las relaciones sociales y redes de apoyo en el proceso de recuperación de las mujeres víctimas de			

violencia sexual.

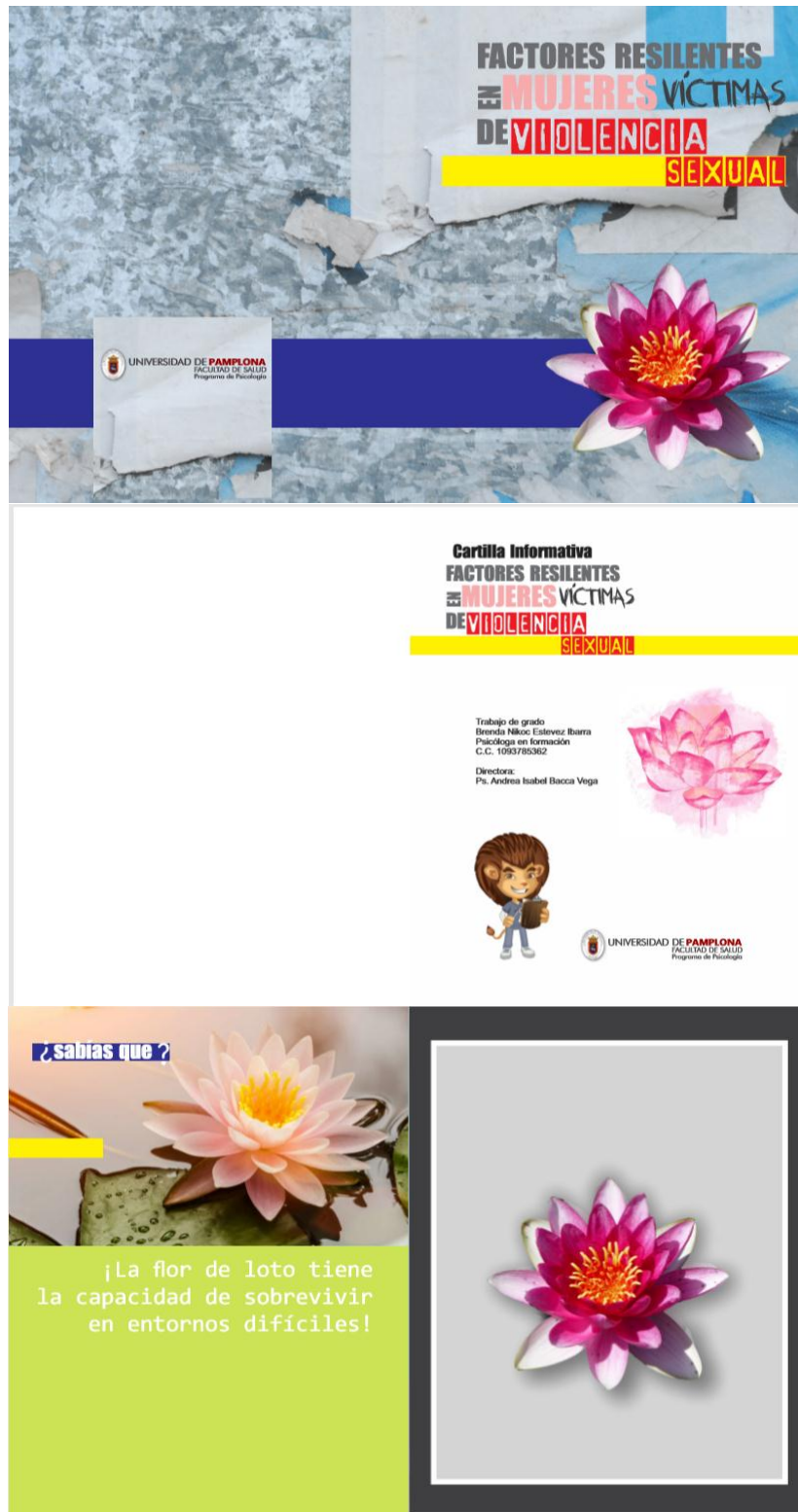
6. ¿Qué tipos de estrategias se pueden implementar para el fortalecimiento de relaciones sociales, en mujeres víctimas de violencia sexual?
-

CUARTA CATEGORÍA. Proyecto de vida

Teniendo en cuenta a D'Angelo (2002) el proyecto de vida se define como “Un proceso que estructura tanto las expectativas vitales como las estrategias para lograr dichos objetivos en el marco de un contexto social. Representa la relación del individuo consigo mismo y con la comunidad a la que pertenece, definiendo las posibilidades para lograr esas aspiraciones”.

PREGUNTA	APLICA	NO APLICA	OBSERVACIÓN
7. ¿Qué aspectos del proyecto de vida se puede trabajar con mujeres víctimas de violencia sexual para ser resiliente, por qué?			
8. Desde su experiencia, ¿conoce casos donde el proyecto de vida le ha funcionado a una mujer víctima de violencia sexual?			

Apéndice 12. Cartilla Informativa



Presentación

El Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses reportó que durante el año 2016:

Se realizaron 261 065 exámenes médicos legales por presunto delito sexual con una tasa por cada cien mil habitantes de 52,20 y un incremento de 2,367 casos para respecto al año anterior. Siendo las mujeres las más afectadas, ya que por cada hombre víctima de presunto delito sexual se presentaron seis mujeres víctimas.

A partir de lo anterior, es fundamental conocer que es la violencia sexual, así como algunas normativas legales y dónde acudir para denunciar legalmente o para atención médica inmediata al momento de presentarse un caso, también aprender los primeros auxilios psicológicos generales para víctimas y los factores asociados al proceso de resiliencia que emplean las mujeres sobrevivientes de la violencia sexual, como una estrategia favorable para el tratamiento y prevención de las afectaciones psicológicas que surgen por este problema. Por lo cual, la presente cartilla busca proponer los factores resilientes de mayor impacto en situaciones de violencia sexual, para evitar los efectos negativos en la salud mental como depresión, ansiedad, estrés posttraumático, entre otras afectaciones.



¿Qué entendemos por violencia sexual?

Dentro del marco legal colombiano la violencia sexual se define como cualquier contacto, acto, insinuación o amenaza que degrade o dañe el cuerpo y la sexualidad de una niña, niño, adolescente, hombre o mujer y que atenta contra su libertad, dignidad, formación e integridad sexual, concepto que abarca cualquier daño o intento de daño físico, psicológico o emocional (Fiscalía General de la Nación, 2010).

¿Cuál es la normatividad vigente en materia de Violencia Sexual?

REFERENTE	DISPOSICIONES PRINCIPALES
Ley 1236 del 2008	"Por medio de la cual se modifican algunos artículos del Código Penal relativos a delitos de abuso sexual".
La ley 1257 del 2008	Se dictan normas de sensibilización, prevención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres, se reforman los Códigos Penal, de Procedimiento Penal, La Ley 294 de 1996 y se dictan otras disposiciones".
Decreto 2968 de 2010	"Por el cual se crea la Comisión Intersectorial para la promoción y garantía de los derechos sexuales y reproductivos".
Resolución 459 del Ministerio de Salud	"Por medio de la cual se aprueba el Protocolo de atención integral en salud para víctimas de violencia sexual".
Resolución 6022 2010	Por medio de la cual se aprueba el lineamiento técnico para el programa especializado de atención a niñas, niñas, adolescentes víctimas de violencia sexual con sus derechos inobservados, amenazados o vulnerados.

¿Dónde denunciar penalmente un caso de violencia sexual?



- Fiscalía General de la Nación
- Centro de Atención Integral a Víctimas de Abuso Sexual - CANVAS
- Centro de Atención Penal Integral a Víctimas - CAPIV
- Unidades de Reacción Inmediata - URI
- Salas de Atención al Usuario - SAU
- Policía Judicial
- Policía de Infancia y Adolescencia
- Comisarias de Familia

¿Por qué es importante denunciar?

- Para evitar futuras violaciones sexuales
- Para prevenir que otras personas sean víctimas de violencia sexual
- Para ayudar a las víctimas a recuperarse emocionalmente.
- Para ayudar a la víctima hacer en el futuro una vida normal y que el agresor(a) sea castigado(a) por este delito.

¿A dónde acudir para exigir atención en salud?



- Todas las instituciones de salud, públicas y privadas, están obligadas a prestar atención prioritaria y gratuita a las víctimas de violencia sexual. Resolución 459 de 2012 - Ministerio de Salud.
- Hospitales públicos o privados.
- Clinicas
- Centrales de Urgencias
- Centros de Salud

Fuente, c. (2019). Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. Violencia sexual.

Características de los primeros auxilios psicológicos generales para víctimas de violencia sexual

En general, debe tomarse en cuenta lo siguiente en torno a los primeros auxilios psicológicos para una víctima de violencia sexual:

- Son muy diferentes a una entrevista psicológica, y no implica acciones de psicoterapia, aunque sirven para proteger de daños mayores a los sobrevivientes.
- Se debe proporcionar a los sobrevivientes oportunidad de que hablen sobre los hechos, pero sin presión.
- Se les ha de informar sobre su derecho de negarse a hablar sobre los hechos con los investigadores de asistencia psicosocial o sanitarios, o con periodistas.
- Escuchar pacientemente, aceptando lo que se oye, pero sin emitir juicios y transmitir una empatía auténtica.
- Indaguar a las personas qué les preocupa y tratar de abordar esas situaciones.
- Desalentar maneras negativas de hacer frente a la situación, especialmente el consumo de alcohol y psicoactivo.
- Alentar la participación en actividades cotidianas normales y aprovechamiento de medios positivos para hacer frente a la situación.
- Alentar, pero no obligar, a buscar compañía en uno o más familiares o amigos.
- Según corresponda, ofrecer a la persona la posibilidad de regresar para obtener más apoyo y remitir a la persona a los servicios de apoyo disponibles localmente, y a profesionales clínicos.



Fuente: Modelo de Atención Integral en Salud para Víctimas de Violencia Sexual, Ministerio de protección social (2011).

RESILIENCIA COMO PROCESO DE RECUPERACIÓN

¿Qué es la Resiliencia?

Según Lydia Salvador (2015) "desde hace algunos años, en el mundo de la psicología y el trabajo social se está trabajando el concepto de resiliencia que supone fijarse en las capacidades internas o externas que una persona puede tener o desarrollar para salir fortalecida de un proceso traumático".



¿Cuáles son los factores resilientes con mayor impacto en mujeres víctimas de violencia sexual?

Los factores resilientes tenidos en cuenta en la presente cartilla se dividen en cuatro categorías como lo es la resiliencia, la competencia emocional, social y proyecto de vida. Los cuales se tomaron como referencia en la teoría de Knight (2007) citado por Cabanyes (2010), el cual ha planteado la resiliencia como un estado que integra la competencia emocional, competencia social y orientación al futuro.

De la misma manera, se logra identificar y establecer dichos factores mediante el análisis de tres entrevistas semiestructuradas a dos mujeres víctimas de violencia sexual, a un familiar cercano y un profesional experto en el trato con dicha población

Eres vida, amor, fuerza y belleza.

Das, una mujer que crece día a día.

Resiliencia

La resiliencia es la capacidad de hacer frente a las adversidades de la vida, transformando el dolor en fuerza interior para superar y salir fortalecido de ellas. Una persona resiliente comprende que en el momento de su propia alegría y su propio destino.

Las dificultades preparan a personas comunes para destinos extraordinarios.

CR Lewis

Primera categoría

- La Resiliencia es la capacidad de superar y crecer favorablemente a pesar del sufrimiento o las circunstancias traumáticas vividas por una persona como la muerte de un ser querido, una enfermedad, un accidente, cualquier tipo de violencia, entre otros. Sin embargo, para poder desarrollar resiliencia en mujeres víctimas de violencia sexual es necesario los siguientes factores:
- Sentido de vida mediante la potencialización de las fortalezas de cada mujer como el optimismo, la bondad, la empatía, el emprendimiento, el liderazgo, resolución de conflictos, entre otras.
- Desarrollar actividades de placer en el tiempo libre como cuidado físico mediante ejercicios al aire libre, realizar manualidades, ir a cine, pasar tiempo en familia, entre otros.
- Ser autónoma, eficiente e independiente.
- Conducta asertivamente ante situaciones difíciles, utilizando siempre el diálogo y la resolución de conflicto.
- No considerarse diferente o inferior a los demás, sino por el contrario ser una persona fuerte que utilice su experiencia para dar testimonio de superación a otras.
- Vínculo espiritual mediante las creencias religiosas que tenga la persona.
- No ser juzgada por la familia o la sociedad.

Dejar atrás el pasado no es fácil, especialmente cuando han dañado las expectativas, pero lo hicimos y ahora soy una persona totalmente distinta.

Alicia Williams

Mujeres que Inspiran a crecer

COMPETENCIA EMOCIONAL

Dominio de habilidades sociales

Segunda categoría

La Competencia Emocional, según Knight (2007) se encuentra conformada por el autoconcepto positivo, la autonomía, el sentido del humor y el autocontrol emocional como determinante en la resiliencia (citado por Cabanyes, 2010). Por tal razón, es fundamental conocer los siguientes factores que conforman la competencia emocional en la población víctima de violencia sexual, los cuales son influyentes en el proceso de resiliencia:

Importante experimentar emociones y sentimientos positivos la mayor parte del día como alegría, optimismo, tranquilidad, bondad, entre otros.

Desarrollo de autorregulación emocional para controlar las emociones y sentimientos como ira, miedo, enojo, tristeza, entre otros.

Implementación de estrategias de control emocional como tomar un tiempo de reposo, respirar y exhalar profundo, buscar paz espiritual, compañía o ayuda de otra persona y soluciones a problemas.

Fortalecimiento de la autoestima mediante el amor, la seguridad, la aceptación y el valor propio.

Vinculos afectivos estables a través de relaciones amorosas o interpersonales satisfactorias, donde se empleen el respeto, la aceptación y el apoyo incondicional.

Tercera categoría

La competencia social, según Bisquerra (2019) "es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas; esto implica dominar las habilidades sociales básicas, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes prosociales, asertividad, etc". De tal manera, el mantenimiento de relaciones sociales en una mujer víctima de violencia sexual es una fuente de apoyo en el proceso de resiliencia, pues ayuda a desarrollar capacidades de expresar sentimientos, opiniones, deseos o necesidades en diferentes situaciones sin experimentar tensión o emociones negativas; por lo tanto, los factores que más influyen en esta competencia son:

Mantenimiento de relaciones interpersonales desde todos los contextos como el familiar, laboral, académico y social para lograr un bienestar psicosocial.

Relaciones sanas y de calidad, mediante el respeto, la aceptación, apoyo, amor, solidaridad, entre otras.

Redes de apoyo principalmente el círculo familiar o amigos cercanos.

Grupos de ayuda con personas que han pasado por el mismo proceso y lograron superarlo, de modo que sirvan de guía en el proceso de recuperación y de resiliencia.

Desarrollo de habilidades sociales como hablar en público, con personas nuevas o en reuniones sociales con seguridad, asertividad, resolución de conflictos, regulación emocional, entre otros.

Conducta prosocial por medio de las interacciones positivas como la solidaridad, cooperación y ayuda con otras personas o seres vivos.

Cuarta categoría

El proyecto de vida, teniendo en cuenta a D'Angelo (2002) el proyecto de vida se define como "Un proceso que estructura tanto las expectativas vitales como las estrategias para lograr dichos objetivos en el marco de un contexto social. Representa la relación del individuo consigo mismo y con la comunidad a la que pertenece, definiendo las posibilidades para lograr esas aspiraciones". Según lo anterior, es importante resaltar la necesidad de tener establecido un proyecto de vida para poder superar eventos traumáticos como la violencia sexual, pues cuando una persona tiene establecido unos objetivos a futuro, puede tener una razón o motivación para superar las adversidades que se le presente y centrarse en conseguir sus metas, por esta razón es importante los siguientes factores para tener en cuenta al momento de construir el proyecto de vida:

Establecimiento de planes o metas para el futuro que se relacionan con la satisfacción de las necesidades o aspiraciones.

Implementación de estrategias para alcanzar metas como planeación, visualización, sacrificios, buena administración financiera sobre ahorros y prestamos, creatividad en estrategias de marketing, perseverancia para cumplir todos los objetivos propuestos, entre otros.

Desarrollo de capacidades o habilidades que aporte positivamente a cumplir metas como perseverancia, creatividad, proactividad, optimismo, responsabilidad, emprendimiento, buena administración y solución de problemas.

Autonomía en toma de decisiones, al momento de planear el objetivo que se quiere conseguir.

Motivación para conseguir satisfacción, autorrealización, reconocimiento social, crecimiento personal, por el amor a sus seres queridos, entre otros.

¿sabías que ?

Existen fundaciones que prestan servicios de atención integral, como la "Casa de mujeres empoderadas" en Cúcuta; la cual tiene como objetivo capacitar a mujeres del departamento en algún arte u oficio.

Referencias

Bisquerra, R. (2019). Competencia social. Recuperado de: <http://www.rafaelbisquerra.com/es/competencias-emocionales/competencia-social.html>

Cabanyes, J. (2010). Resiliencia: una aproximación al concepto. Recuperado de: <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-psiquiatria-salud-mental-286-articulo-resiliencia-una-aproximacion-al-concepto-S1888989110000741>

Cintuente, S. (2018). Forensis: Exámenes médico legales por presunto delito sexual. Recuperado de: <http://www.medicinaindustrial.gov.co/documentos/20143/386932/Forensis+2018.pdf/be4816ad-3da3-1f0-2779-e7b5e3962d60>

D'Angelo, O. (2002). Proyecto De Vida Y Desarrollo Integral Humano. Revista Internacional Creemos, 1(Año 6), 31. Recuperado de: <http://biblioteca.clacso.edu.ar/ar/libros/cuba/cips/caudales05/Caudales/ARTICULO Si/ArticulosPDF/07D050.pdf>

Fiscalía General de la Nación. (2010). Centros de Atención Ciudadana. Recuperado de: <https://www.fiscalia.gov.co/colombia/wp-content/uploads/2012/01/InformeRendici%C3%B3ndeCuentas2009-2010.pdf>

Fuente, c. (2019). Instituto Colombiano de Bienestar Familiar: Violencia sexual. Recuperado de: <https://www.icbf.gov.co/programas-y-estrategias/proteccion-violencia-sexual/>

Ministerio de protección social. (2011). Modelo de Atención Integral en Salud para Víctimas de Violencia Sexual. Recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/Documentos/2019/2019-03-20-Modelo%20DE%20ATENCI%C3%93N%20A%20V%20C%3%8DCTIMAS%20DE%20VIOLENCIA%20SEXUAL.pdf>

Salvador, L. (2015). Resiliencia en violencia de género. Un nuevo enfoque para los/as profesionales sanitarios/as. Recuperado de: <https://revistas.uam.es/revLUEM/article/view/416>

Souza, L. (2012). Competencias Emocionales Y Resolución De Conflictos Interpersonales En El Aula. Recuperado de: http://www.umed.net/tesis-doctorales/2012/sbique_es_competencia_emocional.html