



**Narrativas sobre vivencias de pérdidas y duelos en mujeres víctimas de violencia de pareja
en la ciudad de Medellín**

Laura Restrepo Gómez
Paula Andrea Yepes Giraldo

Trabajo de grado presentado para optar al título de Psicólogas

Asesora
María Orfaley Ortiz Medina, Magíster (MSc) en Psicología

Universidad de Antioquia
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Psicología
Medellín
2024

Cita

(Restrepo Gómez & Yepes Giraldo, 2024)

Referencia

Estilo APA 7 (2020)

Restrepo Gómez, L., & Yepes Giraldo, P. A. (2024). *Narrativas sobre vivencias de pérdidas y duelos en mujeres víctimas de violencia de pareja en la ciudad de Medellín*. [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, (Medellín, Colombia).



CRAI María Teresa Uribe (Facultad de Ciencias Sociales y Humanas)

Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

Dedicatoria

A cada una de las participantes, por creer en este trabajo, por darles una voz a muchas mujeres más y por contar la historia que ocultan las cifras.

Agradecimientos

A la Universidad de Antioquia, por ser nuestro hogar durante la carrera y para siempre.

A Victoria Díaz, por compartir generosa y apasionadamente sus conocimientos sobre la psicología del duelo, y por su siempre oportuno acompañamiento en la formulación de este trabajo de grado.

A Orfaley, por su pasión hacia la investigación y las narrativas, por su escucha y lectura aguda para cada uno de los relatos, por el acompañamiento en cada fase del proceso y por su paciencia y amor al momento de corregirnos y guiarnos.

A nuestras familias por siempre apoyarnos en nuestra carrera universitaria.

Tabla de contenido

Resumen	9
Abstract	10
Introducción	11
1. Planteamiento del problema	13
1.1. Antecedentes	17
2. Justificación.....	19
3. Objetivos	20
3.1. Objetivo general	20
3.2. Objetivos específicos.....	20
4. Pregunta.....	21
5. Marco teórico	22
5.1. Violencia de género.....	22
5.2. Incidencia de los modelos teóricos de violencia de género y pareja en las leyes colombianas	23
5.3. Violencia de pareja.....	25
5.4. Afectaciones psicológicas derivadas de la violencia de pareja.	26
5.5. El duelo como la pérdida de algo significativo	27
5.6. Narrativas	30
6. Metodología	31
6.1. Enfoque	31
6.2. Método	32
6.3. Estrategia	32
6.4. Técnicas de recolección de la información	33

6.5. Población y muestra	34
6.5.1. Criterios de inclusión	34
6.5.2. Criterios de exclusión.....	34
6.6. Plan de recolección y análisis de información	34
6.7. Unidades de análisis	35
6.8. Consideraciones éticas	35
7. Resultados	37
7.1. Viñetas historia participantes	37
7.1.1. Julieta	37
7.1.2. Irene.....	38
7.1.3. Guadalupe.....	39
7.1.4. Sofía	41
7.1.5. Victoria.....	43
7.2. Experiencias y relaciones en la familia de origen que se identificaron en los relatos de las mujeres	44
7.3. Historia de la relación de pareja.....	47
7.4. Tipos de violencia de pareja.....	49
7.4.1. Violencia verbal y psicológica	49
7.4.2. Violencia física.....	51
7.4.3. Otros tipos de violencia.....	53
7.5. Pérdidas y duelos.....	54
7.5.1. Relación consigo misma y con el propio cuerpo.....	55
7.5.2. Vínculos de soporte.....	57
7.5.3. Ideal amoroso: creencias en torno al amor.....	58
7.5.4. Confianza de la posibilidad y capacidad de tener otra pareja	58

7.5.5. Proyecto de vida	59
7.5.6. Tiempo de la adolescencia	59
7.5.7. Proceso de duelo.....	60
7.6. Conciencia y afrontamiento	61
7.6.1. Características de las mujeres y factores contextuales que favorecen el cambio.....	62
7.6.2. Factores protectores.....	63
7.6.3. Insight.....	64
7.6.4. Psicoterapia	67
7.6.5. Afrontamiento	69
7.6.6. Empoderamiento femenino	70
7.7. Redes de apoyo.....	72
7.8. Factores externos que inciden en la pareja y en la violencia	75
7.9. Lo que se resiste a la superación: los restos de la violencia de pareja, secuelas psicológicas y aprendizajes.....	76
8. Discusión.....	79
9. Conclusiones	86
10. Recomendaciones.....	90
Referencias	91
Anexos.....	96

Lista de figuras

Figura 1 Análisis: experiencias y relaciones en la familia de origen que se identificaron en los relatos de las mujeres	44
Figura 2 Análisis: historia de la relación de pareja	47
Figura 3 Análisis: tipos de violencia de pareja	49
Figura 4 Análisis: pérdidas y duelos	55
Figura 5 Análisis: conciencia y afrontamiento.....	62
Figura 6 Análisis: redes de apoyo	72
Figura 7 Análisis: factores externos que inciden en la pareja y en la violencia.....	75
Figura 8 Análisis: lo que se resiste a la superación: los restos de la violencia de pareja, secuelas psicológicas y aprendizajes.	77

Siglas, acrónimos y abreviaturas

CP	Código penal
Etc.	Etcétera
Et al	Y otros
INMLCF	Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses
LGBTIQ	Personas lesbianas, gays, bisexuales, transgénero, intersexuales y queer
MSc	Magister Scientiae
OMS	Organización Mundial de la Salud
ONG	Organización no gubernamental
Profamilia	Asociación Probienestar de la Familia Colombiana
TEPT	Trastorno por estrés postraumático

Resumen

Este estudio analiza los relatos de cinco mujeres de la ciudad de Medellín que sufrieron violencia de pareja con el objetivo de comprender sus vivencias de pérdidas significativas y de duelo. Es un estudio cualitativo desarrollado con método fenomenológico - hermenéutico con el fin de dar una mirada humanizada a la problemática de la violencia de pareja, más allá de las cifras que reportan las instituciones. Para el análisis de la información recolectada se utilizó el software de análisis cualitativo Atlas.ti, en el cual se ingresaron las entrevistas transcritas y se extrajeron las siguientes categorías: experiencias y relaciones en la familia de origen en los relatos de las mujeres, historia de la relación de pareja, tipos de violencia de pareja vividas, factores externos que inciden en la pareja y la violencia, pérdidas y duelos, consciencia y afrontamiento, y secuelas psicológicas y aprendizajes.

En conclusión, las mujeres que viven relaciones de pareja violentas sufren una pérdida primaria, la cual se da en la ruptura de la relación perdiendo así al sujeto amado, quien, a su vez, es el agresor. Además, vivencian una serie de pérdidas secundarias producto de las dinámicas de la relación violenta, estas se enfocan en varias dimensiones: en la relación consigo mismas y con el propio cuerpo, en los vínculos de soporte, en los ideales amorosos, en la capacidad de entablar nuevas relaciones, en el proyecto de vida y en el tiempo de la adolescencia.

Palabras clave: violencia de pareja, duelo, narrativas, análisis cualitativo

Abstract

This study examines the narratives of five women from the city of Medellín who have experienced intimate partner violence with the aim of understanding their experiences of significant loss and grief. It is a qualitative study conducted using a phenomenological-hermeneutic approach, seeking to provide a humanized perspective on the issue of intimate partner violence beyond the statistics reported by institutions. The information collected was analyzed using the qualitative analysis software Atlas.ti, where transcribed interviews were inputted and the following categories were extracted: experiences and relationships in the women's family of origin, the history of the partner relationship, types of intimate partner violence endured, external factors influencing the relationship and violence, losses and grief, awareness and coping, as well as psychological consequences and lessons learned.

In conclusion, women living in violent partner relationships undergo a primary loss manifested in the breakup of the relationship, leading to the loss of the beloved individual who, simultaneously, is the perpetrator. Additionally, they experience a series of secondary losses stemming from the dynamics of the violent relationship. These losses are concentrated across various dimensions: in their relationship with themselves and their own bodies, in supportive connections, in romantic ideals, in the ability to form new relationships, in life projects, and in the timeframe of adolescence.

Keywords: intimate partner violence, grief, narratives, qualitative analysis

Introducción

En la actualidad, la violencia contra la mujer conlleva cifras alarmantes y la violencia de pareja aporta un número significativo de mujeres víctimas, “se calcula que, en todo el mundo, 736 millones de mujeres –casi una de cada tres– han sido víctimas de violencia física o sexual por parte de su pareja (...) al menos una vez en su vida” (ONU Mujeres, 2023). Es por lo que por medio de la presente investigación se quiere explorar las vivencias de mujeres víctimas de violencia de pareja, buscando indagar si al estar inmersas en una relación violenta se producen pérdidas significativas ya sea en su proceso personal producto de las dinámicas que implican la relación, o por el hecho de separarse de su pareja, quien al mismo tiempo es su agresor y, en caso de que se presenten dichas pérdidas, se busca dar cuenta si estas requieren la realización de un proceso de duelo y cómo es llevado a cabo.

Esta investigación pretende aportar conocimiento al fenómeno de la violencia hacia las mujeres, específicamente cuando su agresor es su pareja; sin embargo, al ser una investigación de tipo cualitativo y estudio de casos, no se permiten establecer conclusiones generalizables a toda la población. Al adentrarse en los relatos de las mujeres que aceptaron hacer parte de la investigación, se da cuenta de aspectos significativos que aportan a la ruptura o permanencia en la relación, por ejemplo, cómo viven estas relaciones violentas, cuáles son los motivos por los cuales no toman la decisión de terminar su relación, cuáles son sus recursos y estrategias de afrontamiento, entre otros. Todo esto, aportando finalmente a una mayor concientización de la problemática, llevando a potenciar las formas de prevenirla.

A continuación, se presenta el informe del desarrollo de la investigación. Primeramente, se presenta el planteamiento del problema, el cual destaca temas relevantes como: la violencia de género, las implicaciones de un contexto violento en el marco de la violencia de pareja, las cifras de la violencia de pareja en Medellín, las implicaciones legales y la importancia de reconocer la violencia psicológica y no solo la física, así como las consecuencias de estas violencias. También, el planteamiento del problema incluye los antecedentes de investigaciones que se han acercado a la violencia de pareja: se encontraron investigaciones que se centran en la rehabilitación funcional y en aspectos particulares de la experiencia como víctimas de violencia de pareja; respecto a la investigación sobre el duelo, se encontró que se relacionan con la violencia política, el desplazamiento forzado, pacientes oncológicos y maternidad. El objetivo se propone en torno a la

comprensión de las vivencias de las mujeres víctimas de violencia de pareja, buscando responder a la pregunta sobre las vivencias de pérdidas y duelos a través del análisis de los relatos de cinco mujeres víctimas de violencia de pareja de Medellín. La justificación de la presente investigación se basa en que la evidencia científica y los datos estadísticos encontrados no ilustran la importancia de la singularidad y particularidad de cada caso, por lo que se busca poner de manifiesto la experiencia subjetiva de cada mujer como viviente y sobreviviente de un contexto violento. El marco teórico incluye teoría relevante sobre violencia de género, la incidencia de la teoría en las leyes colombianas, la violencia de pareja, las afectaciones psicológicas derivadas de la violencia de pareja, el duelo como la pérdida de algo significativo y narrativas. La metodología es estudio de casos cualitativo y en este apartado se describe la técnica de recolección utilizada, así como la población. Los resultados incluyen viñetas cortas que pretenden presentar a cada una de las participantes de esta investigación para contextualizar al lector con las vivencias de cada una de ellas, posteriormente se describen los hallazgos de la investigación, luego se encontrará la discusión y, finalmente, las conclusiones.

1. Planteamiento del problema

El panorama de la violencia de género es cada vez más aterrador para las mujeres, tanto colombianas como de todo el mundo; en los últimos años las mujeres han pasado por un movimiento de empoderamiento femenino que cada vez se fortalece más, sin embargo, según la Organización Mundial de la Salud (en adelante OMS) la violencia de género no ha parado de aumentar, lo que hace que el temor a ser víctimas de esta violencia no cese (OMS, 2021).

La violencia de género es un tipo de violencia que está sustentado en creencias, roles y relaciones de poder asimétricas en las que se sobrevalora lo relacionado con lo masculino y se subvalora lo relacionado con lo femenino (Profamilia, 2015). El machismo y la cultura patriarcal siguen tan arraigados en nuestra sociedad que se perpetúa la subordinación y desvalorización de las mujeres, siendo un problema de salud pública por las graves afectaciones físicas, mentales y emocionales que sufren las víctimas (OMS, 2021; Molina, 2016; Cardona et al., 2015; Muñoz & Iniesta, 2017).

Estas creencias trascienden y generan que el cuerpo de la mujer sea tomado como un territorio que puede ser colonizado por hombres, quienes creen tener el poder de este y, por tanto, pueden ejercer cualquier tipo de abuso sobre sus cuerpos. (Armas Vargas, 2020; Molina, 2016). Además, las mujeres colombianas son afectadas por la violencia de género que se da en el conflicto armado, donde la mayoría de la población (incluidos los actores del Estado) asumen actitudes, discursos, negligencia, humillaciones, excesos de poder, discriminación, lógicas patriarcales, opresión y marginación, acciones que son victimizantes y re-victimizantes (Suárez, 2015; Reina-Barreto, 2021). Por tanto, la violencia de género y específicamente en la pareja, ha estado presente en el contexto colombiano a lo largo de la historia, la cantidad de mujeres que son violentadas por sus parejas aumenta cada vez más, lo que va creando un sentimiento de inseguridad en el que las mujeres se tienden a sentir vulnerables. Las mujeres que sufren la violencia de pareja pueden pasar por múltiples situaciones dolorosas al ser violentadas, especialmente nos interesa indagar por las posibles pérdidas de algo valioso para ellas, como puede ser perder la autonomía, la independencia, su libertad, su valor, entre otras, que les pueda afectar como mujeres y también alterar sus decisiones, como al permanecer en un ambiente violento que constantemente empeora.

De esta manera, en Colombia las cifras del Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses (en adelante INMLCF) sobre la violencia de pareja en 2023 nos arrojan que durante enero

y noviembre de 2023, 33.392 mujeres fueron víctimas de esta violencia, a comparación de 5.413 hombres víctimas de esta violencia en el mismo periodo (INMLCF, 2023).

Respecto a los homicidios a las mujeres por su género, la Ley 1761 de 2015 (Colombia. Congreso de la República, 2015), tipifica el feminicidio como un delito autónomo para garantizar la investigación y sanción de las violencias contra las mujeres por motivos de género y discriminación, así como la prevención y erradicación de dichas violencias.

Según el informe anual del Observatorio Feminicidios Colombia del 1 de enero al 31 de diciembre del 2022 hubo 619 feminicidios, de los cuales 89 fueron en Antioquia, convirtiéndolo en el segundo departamento con el mayor número de feminicidios del país, y en Medellín hubo 14, lo que sitúa la población de esta investigación en uno de los departamentos más afectados por esta problemática en Colombia. De los 619 feminicidios, 80 fueron cometidos por el compañero permanente, 41 por excompañero permanente, 16 por el exnovio y 13 por el novio; en total 150 feminicidios de los 619 ocurridos en el 2022 fueron perpetrados por hombres que tenían una relación de pareja con estas mujeres, esto nos enfoca en la violencia de pareja (Red feminista antimilitarista, 2022).

Acercas de este tema, la OMS publicó en 2021 un informe en el que indica que entre el 2000 y el 2018 el 30% de las mujeres a nivel mundial sufrieron algún tipo de violencia, y además, se encontró que más de una cuarta parte de las mujeres entre los 15 y 49 años que han mantenido una relación sentimental, han sido objeto de violencia física y/o sexual por parte de su pareja al menos una vez en su vida, de hecho, la violencia de pareja en el mundo es tan alarmante que el 38% de los feminicidios a nivel global han sido cometidos por la pareja o expareja sentimental de la víctima (OMS, 2021). Estos datos dan cuenta entonces, de la pertinencia de abordar la violencia de género y en particular la violencia de pareja, como una problemática de salud pública, por sus afectaciones en la salud mental, física, sexual y reproductiva de las mujeres, además de la vulneración de sus derechos.

En el código penal (en adelante CP) se define el delito de violencia intrafamiliar así: “El que maltrate física o psicológicamente a cualquier miembro de su núcleo familiar incurrirá, siempre que la conducta no constituya delito sancionado con pena mayor, en prisión de cuatro (4) a ocho (8) años” (Colombia. Congreso de la República, 2000. Artículo 229), modificado por medio de la Ley 1959 del 2019 (Colombia. Congreso de la República, 2019). De esta definición se infiere que al referirse a violencia intrafamiliar no solamente se habla de violencia entre una pareja, también

se incluye la violencia de padres a hijos y viceversa, entre hermanos, etc. Además, este concepto deja por fuera ciertas parejas que no son consideradas en esta ley, como lo son los novios que no tienen ámbito de permanencia. Cuando la violencia ocurre entre parejas que no son consideradas en la tipificación de violencia intrafamiliar, el delito en consideración es el de lesiones personales, según el CP, se tipifica de la siguiente manera: “El que cause a otro daño en el cuerpo o en la salud” (Colombia. Congreso de la República, 2000. Artículo 111). Por lo anterior, se hace necesaria la definición de violencia de pareja por el INMLCF:

La violencia de pareja incluye cualquier comportamiento que cause daño entre las personas [heterosexuales o no] que tienen o han tenido una relación íntima (1). El vínculo íntimo, según Moral y López (2), puede ser el noviazgo, el matrimonio o la cohabitación, y la violencia puede darse de forma física, psicológica o sexual, donde la dificultad de resolver los conflictos de manera adecuada puede hacer que una de las partes se imponga y vulnere los derechos de la otra parte (pp. 293, 2015).

Para esta investigación se parte entonces del concepto de violencia de pareja definido anteriormente, el cual puede incluir legalmente dos delitos (violencia intrafamiliar y lesiones personales), según sea el caso.

Según el INMLCF, “durante el año 2015 se registraron 47.248 casos de violencia de pareja en Colombia. Esto supone una tasa de 119,24 por cada 100.000 habitantes y 1.601 casos menos que en el año 2014. Sin embargo, este tipo de violencia tiene una tendencia estable desde 2005” (pp. 293, 2015).

También señala el INMLCF (2015) que las mujeres son la población más afectada, siendo el 86,6% de las personas agredidas. Respecto al presunto agresor de estas mujeres, se calcula que el 62,7% es la pareja actual (ya sea compañero permanente, esposo, novio o amante) y el 37,3% corresponde a parejas anteriores (excompañero permanente, exesposo, exnovio o examante).

En Medellín, las cifras muestran que en el 2015 se presentaron 2.665 casos de violencia de pareja en los que las víctimas fueron mujeres, siendo la tasa de 229,73 casos por cada 100.000 habitantes, la cual es mayor que la tasa nacional (INMLCF, 2015).

El artículo citado anteriormente es el más actualizado en la especificidad de violencia de pareja, sin embargo, las cifras del INMLCF (2021) indican que los casos de violencia intrafamiliar

en el 2021 hasta el mes de junio son de 17.554 casos en los que las víctimas son mujeres, pero se debe recordar que estas cifras no son exactas, ya que estas no engloban a la población concreta, simplemente nos dan un indicio de cómo van cambiando las cifras.

De esta manera, las cifras nos permiten dar cuenta de que el fenómeno a analizar es bastante frecuente en nuestro país; sin embargo, el interés principal de este proyecto apunta a la experiencia particular que cada mujer vive, poder indagar en su subjetividad buscando conocer si al exponerse a actos violentos por parte de su pareja, hay algo valioso que como personas pierdan; así, entramos a indagar por los posibles procesos de duelo, entendido este como la pérdida de algo significativo.

Existe una posibilidad de que las mujeres no reconozcan cuándo son violentadas psicológicamente por su pareja, pues como lo expone Amagua (2019), la violencia psicológica se manifiesta en:

Expresiones orales y gestuales, agresivas y despectivas, al igual que, en el uso de peyorativos hacia la mujer, un tipo de agresión que por lo general pasa desapercibida y no se denuncia ante las autoridades o instituciones de protección a la mujer. Estas acciones hacen que se perciba la violencia como forma de vida normal, y no perjudicial a la calidad de la salud emocional. Al ser permitidas o aceptadas tanto por la agredida como por el entorno familiar y social se propicia la normalización del delito y la pérdida de autonomía e independencia de la mujer (p. 55).

Por lo que será necesario indagar si las mujeres reconocen haber sido víctimas no solo de la violencia física sino también de la psicológica, además de que esta situación pone en duda las cifras reportadas, ya que si partimos del supuesto de que muchas mujeres no saben que son violentadas, no lo van a denunciar porque ni siquiera lo reconocen ellas mismas, lo que causa que las cifras sean más elevadas, ya que también pueden haber casos de víctimas que no denuncian por miedo, por dificultades de acceso al sistema judicial, entre otros.

Por otro lado, llama la atención que en los artículos de análisis de datos estadísticos existentes, se indican diferentes datos importantes de la víctima y de la situación de violencia en general, como son los factores de vulnerabilidad que tienen las mujeres, también nos hablan del lugar donde ocurre frecuentemente el acto violento, los clasifican según los meses del año, según el factor desencadenante de la agresión, según departamento y ciudad y según el mecanismo causal

de la lesión; siendo las categorías existentes en este último, agresiones que se limitan a lo físico, como su nombre lo indica, a lesiones físicas.

Por tanto, surge la necesidad de crear una categoría que permita incluir los casos de violencia psicológica, ya que esta afecta la salud mental de estas mujeres. Puede ser que en muchos casos primero se presenten actos de violencia psicológica para luego pasar a la física, existiendo así una convergencia entre los dos tipos de violencia, pero hay una posibilidad de que existan casos en los que solo esté presente uno de los dos y es pertinente conocer estos datos.

Asimismo, cuando indagamos por las consecuencias que sufren las víctimas, no encontramos datos al respecto. Las consecuencias pueden ser muchas, desde físicas como fracturas, moretones, daños faciales, así como psicológicas que pueden ser la pérdida de la autoestima, de la autonomía, incapacidad de regulación emocional, ansiedad, depresión, entre otras. Resaltando así, la posición de la víctima como algo inexplorado estadísticamente.

1.1. Antecedentes

Dada la gran cantidad de casos por violencia de pareja y sus consecuencias físicas y psicológicas, se han registrado investigaciones de tipo revisión; sin embargo, el propósito de estas investigaciones está enfocado en la rehabilitación funcional para la vida diaria bajo modelos de intervención neurocognitivos (Ruiz Brito & Dandong Jiménez, 2018; Godoy et al, 2020; Beltrán Beltrán & Flórez Duarte, 2018)

Otras investigaciones se enfocan en ciertos aspectos del vínculo con la pareja, tales como dependencia o vinculación emocional y pérdida de la autonomía (Aiquipa, 2015; Castillo, 2017), separación incluyendo la posibilidad de divorcio (Rivas-Rivero & Bonilla-Algovia, 2020), entre otras. Solo algunas de estas investigaciones se hacen bajo la modalidad de narrativas.

Comparativamente, son pocas las investigaciones que hay sobre narrativas frente al número de investigaciones que hay sobre rehabilitaciones funcionales por el mismo fenómeno, a saber, la violencia de pareja. Asimismo, las investigaciones que se realizaron bajo la modalidad de narrativa dan cuenta de algunas características que podrían ser vestigios de un proceso de duelo; sin embargo, son solo eso, vestigios de una pérdida un tanto superficiales que además están en relación con algo más, y no tanto con el duelo como tal. No sobra mencionar que estas investigaciones provienen de América Latina en general, siendo la participación de Colombia muy poca.

Ahora bien, lo que llama la atención es que no se encuentran investigaciones que traten el duelo, la violencia de pareja y la narrativa en conjunto, pues como hemos mencionado párrafos atrás el grueso de los estudios en psicología sobre violencia de pareja tratan de la intervención y rehabilitación en términos funcionales para la vida diaria, entendiéndose esta como una vida que pueda ser productiva. En otras palabras, las investigaciones se inclinan más hacia una corriente de tipo neurocognitiva que le permita a la mujer ser adaptativa a su entorno, y no tanto hacia modelos hermenéuticos y/o fenomenológicos.

Respecto a las investigaciones sobre el duelo en Colombia, usualmente están relacionadas a la violencia política, el desplazamiento forzado, pacientes oncológicos, incluso la maternidad (Herrera & Pertuz Bedoya, 2015; Cortés Ávila & Pareja Parrado, 2020). Por otro lado, aquellos trabajos que abordan narrativas tratan del momento posterior al duelo, no durante ni antes, de manera que las narrativas que den cuenta de un proceso de duelo en mujeres relacionado a sucesos de violencia de pareja es un tema poco explorado que es pertinente investigar también dadas las estadísticas y reportes.

Como bien lo hemos señalado, las investigaciones sobre narrativas de mujeres en busca de procesos de duelo resultantes de violencia de pareja es un terreno poco explorado, bien sea por el tipo de intervenciones psicológicas que derivan de activación de rutas legales, o bien porque las investigaciones sobre narrativas del duelo en el terreno de la violencia de pareja son pocas (ya hemos mencionado cómo los abordajes del duelo son en contextos de violencia política o por pérdidas como la muerte de un ser querido). Además, las estadísticas sobre este fenómeno no nos dan información en tiempo real, puesto que los informes se generan cada quinquenio y no hay manera de tener una certeza de que los casos reportados sean la totalidad de casos existentes.

Indagando si hay indicios de la elaboración de un duelo en los discursos de mujeres víctimas de violencia de pareja daremos cuenta de la pertinencia de un abordaje más hermenéutico sin que esto signifique enmarcarse en una corriente psicológica específica.

La naturaleza de un duelo nos indica que al pasar por él ocurren reacciones emocionales fuertes producto de un lazo o vínculo amenazado o roto (Worden, 1997). Así, el propósito de este proyecto es rescatar de las impersonales cifras estadísticas a la persona en sí, que es en este caso la mujer, desde su experiencia y su sentir puesto en el discurso.

2. Justificación

Con base en todo lo anterior, señalamos el grado de importancia que tiene el tema en cuestión, puesto que conocer, enfrentar y erradicar, o al menos disminuir la violencia (que suele presentarse como algo culturalmente normalizado) debe ser un proceso que se movilice en comunidad, implicando una reflexión como sociedad donde se promueva la tolerancia y la solidaridad como elementos fundamentales en la lucha contra el uso de la violencia. Por lo tanto, puede ser muy provechoso empezar a comprender el sufrimiento desde la subjetividad de las víctimas, las significaciones que le dan a los sucesos a los que son expuestas y las consecuencias que pueden traer a su salud mental, ya que esto puede impulsar la empatía de personas ajenas a esto, por ende, la Psicología como Ciencia Social y Humana puede aportar mucho en este tema, el cual es particularmente desconocido.

Siguiendo las líneas de la investigación cualitativa, con base en análisis de entrevistas semiestructuradas a las víctimas, se indagará por posibles pérdidas significativas que como personas y mujeres pueden llegar a sufrir, o si, por el contrario, no se presentan pérdidas significativas que afecten la salud mental, siendo entonces las principales afectaciones a nivel físico.

Es importante entonces indagar buscando comprender las subjetividades de las víctimas de este tipo de violencia, analizando la información desde un enfoque fenomenológico-hermenéutico, y buscando difundirlo para educarnos más como sociedad en el tema en cuestión.

3. Objetivos

3.1. Objetivo general

Comprender la vivencia de pérdidas significativas y duelos a través de los relatos de cinco mujeres habitantes de Medellín, víctimas de violencia de pareja.

3.2. Objetivos específicos

- Indagar por los significados que las mujeres víctimas de violencia de pareja le atribuyen a su experiencia.
- Explorar si la vivencia de violencia de pareja generó en estas mujeres una experiencia de pérdida.
- Indagar por los procesos de duelo como resultado de las pérdidas que estas mujeres han vivido.

4. Pregunta

En la presente propuesta de proyecto de investigación nos preguntamos por las vivencias de pérdidas y duelos de algunas mujeres habitantes de la ciudad de Medellín, víctimas de violencia de pareja a través de sus relatos.

5. Marco teórico

En este apartado ampliaremos los referentes conceptuales sobre violencia de género y de pareja incluyendo afectaciones psicológicas derivadas, duelo y narrativas.

5.1. Violencia de género

Para comprender el fenómeno de la violencia de género, y posteriormente el de violencia de pareja, es necesario dar luces sobre los diferentes modelos teóricos que han surgido como intentos explicativos.

En primer lugar, aparece la teoría biológica que defiende, a grandes rasgos, que desde el punto de vista evolutivo los hombres han desarrollado su agresividad para sobrevivir, argumento además reforzado por la evidencia de que los machos en las diferentes especies animales son más agresivos que las hembras. Bajo esta teoría aparecen también explicaciones dirigidas hacia el componente hormonal, específicamente la presencia de altos niveles de testosterona que se relacionan con la inestabilidad en la relación de pareja o incluso la dificultad para encontrar una.

Luego aparece la teoría generacional que da un paso más para intentar responder un vacío que deja la teoría biológica, y es por qué bajo la misma herencia evolutiva algunas personas agreden a sus parejas y otras no. Dutton y Golant (citados en de Alencar-Rodrigues & Cantera, 2012) sostienen que esto es así debido a las características de cada persona particular que terminan por crear factores de riesgo para ejercer la violencia. Estos factores son, según los autores, el rechazo y el maltrato del padre, el apego inseguro a la madre y la influencia de una cultura que promueve comportamientos machistas.

La teoría sistémica por su parte, bajo la premisa de Perrone y Nanini (2010), sugiere que la violencia como fenómeno es interaccional más no individual y, por tanto, todas las partes implicadas tienen un monto de responsabilidad. La discusión que se abre con este modelo teórico es si la responsabilidad que comparte la víctima en el acto violento exime o no de culpa al victimario.

Por otro lado, la perspectiva de género explica que el maltrato hacia la mujer es resultado de un sistema patriarcal instaurado en la sociedad, es decir, concibe la agresión masculina hacia la mujer como un abuso de poder que la misma estructura social favorece, además de privilegiar lo

masculino sobre lo femenino (Walker, 2004). No sobra aclarar que lo patriarcal, según Cantera (2007, citado en De Alencar-Rodrigues y Cantera, 2012) es un modo de organización sociocultural en la cual la dominación masculina estructura las relaciones sociales sobre la base de relaciones de poder asimétricas y jerárquicas. Este es entonces un modelo que arroja sobre el fenómeno de la violencia una mirada más crítica aún, rechazando completamente teorías como la generacional puesto que lo que generan es la desresponsabilización del agresor y la revictimización de quien sufre la agresión.

Finalmente, aparece el modelo ecológico que propone que se debe ir más allá a nivel de observación, indagando no sólo por lo individual sino también por el entorno y sus mismas características donde se da origen a la conducta violenta. De esta manera, el análisis del fenómeno se vale de cuatro factores: individual, microsistema, exosistema y macrosistema, donde cada uno de ellos contiene al inmediatamente anterior dando como resultado un modelo concéntrico.

Así pues, finaliza el breve recorrido por los modelos teóricos que a lo largo de los años los académicos han construido para intentar explicar el origen de la violencia de género y de pareja. Ahora bien, es importante destacar que, aunque la violencia de pareja está contenida en la violencia de género, algunos de estos modelos se inclinan más hacia la primera, y otros, a la segunda. Así, nos encontramos con un hilo conductor que a medida que avanza amplía su visión, que va desde lo que concierne únicamente a la relación de pareja hasta otro tipo de vinculaciones entre hombres y mujeres aparte de las amorosas. Sin embargo, a partir del modelo ecológico se vuelve a priorizar la problemática sobre la violencia de pareja, dando como resultado un camino que se ensancha y al final vuelve a cerrarse.

5.2. Incidencia de los modelos teóricos de violencia de género y pareja en las leyes colombianas

A lo largo de la historia van apareciendo propuestas teóricas que intentan dar luces sobre cómo entender el fenómeno de la violencia de género y cada una de ellas es funcional para el periodo particular en que se desarrolla. El paradigma actual en la comprensión de dicho fenómeno pone el acento sobre la perspectiva de género y el modelo ecológico a tal grado que estas influyen en la manera en cómo se hace política. Un buen ejemplo de partida es la Constitución Política de Colombia, que en el artículo 13 reza:

Todas las personas nacen libres e iguales ante la ley, recibirán la misma protección y trato de las autoridades y gozarán de los mismos derechos, libertades y oportunidades sin ninguna discriminación por razones de sexo, raza, origen nacional o familiar, lengua, religión, opinión política o filosófica. El Estado promoverá las condiciones para que la igualdad sea real y efectiva y adoptará medidas en favor de grupos discriminados o marginados. El Estado protegerá especialmente a aquellas personas que por su condición económica, física o mental se encuentren en circunstancia de debilidad manifiesta y sancionará los abusos o maltratos que contra ellas se cometan (Colombia. Presidencia de la República, 1991).

Surge entonces, de la mano de la perspectiva de género, una reinterpretación sobre la igualdad donde no se trata de que todas las personas tengan lo mismo sino lo que es más justo para ellas; así, se propende por ir más allá de la superación de las desigualdades, identificando los factores que frecuente e históricamente son generadores de dichas desigualdades. En suma, la intención de la constitución es remediar situaciones de inferioridad afincadas en estereotipos o prejuicios sociales que persisten.

En la década de los 70 inicia un proceso de reconocimiento e inclusión de las mujeres. En Colombia, aunque el proceso ha sido lento, se han logrado cosas como:

- Decreto 2820/1974: donde los derechos de administración de los bienes, el usufructo legal y la representación extrajudicial del hijo de familia ya no son únicamente del hombre, sino de padre y madre en conjunto (Colombia. Presidente de la República Colombiana, 1974).
- Ley 28/1932: la ley le confiere a la mujer casada la plena capacidad civil, judicial y extrajudicial de disponer y administrar libremente los bienes (Colombia. Congreso de la República, 1932).
- Ley 95/1980: el juez puede dictar, a petición de la mujer, las medidas provisionales que estime convenientes para que el marido, como administrador de los bienes de la mujer, no cause perjuicio a ésta en dichos bienes (Colombia. Congreso de la República, 1980).
- Ley 581/2000 o Ley de Cuotas: se reglamenta la adecuada y efectiva participación de la mujer en los niveles decisorios de las diferentes ramas y órganos del poder público, otorgándoles como mínimo el 30% de los cargos de libre nombramiento y conformar las

listas con nombres de hombres y mujeres en igual proporción (Colombia. Congreso de la República, 2000).

- Ley estatutaria 1475/2011: inclusión de la cuota del 30% de mujeres en la conformación de las listas de representación de los partidos y otras medidas de carácter financiero (Colombia. Congreso de la República, 2011).
- Ley 1719/2014: se adoptan medidas para garantizar el derecho de acceso a la justicia de las víctimas de violencia sexual, en especial de la violencia sexual asociada al conflicto armado interno. Estas medidas buscan atender de manera prioritaria las necesidades de las mujeres, niñas, niños y adolescentes víctimas (Colombia. Congreso de la República, 2014).
- Ley 1448/2011: aquí se incluyen más de veinte artículos que desarrollan la perspectiva de género y derechos de las mujeres en el marco de atención, asistencia y reparación integral a las víctimas del conflicto armado interno (Colombia. Congreso de la República, 2011).

Estas son solo algunas de las leyes que en Colombia se han formulado a partir de las discusiones que se han dado, especialmente, en el marco de la perspectiva de género. Ahora, lo que llama la atención es que, si bien en la actualidad se está investigando y construyendo más discurso académico sobre la violencia de género y de pareja, la mayor parte de las leyes se han formulado varias décadas atrás y muy pocas han logrado consolidarse en los últimos años. Y es más llamativo aún que con el abanico teórico del que disponemos para entender y en consecuencia contrarrestar la violencia hacia la mujer, los casos en vez de disminuir, aumentan. Este desencuentro nos indica que explicar un fenómeno no necesariamente se traduce en disminuirlo, más aún en un contexto tan complejo como el colombiano donde la expedición de una ley no garantiza la implementación de la misma.

5.3. Violencia de pareja

La OMS (2013) ha declarado que frente a la prevención de la violencia de pareja “se necesita una colaboración integral, multisectorial y de largo plazo entre los gobiernos y la sociedad civil en todos los niveles del marco ecológico” (p.8), señalando diversas estrategias que podrían mejorar las condiciones de esta problemática, entre ellas resalta la reforma de los marcos jurídicos en lo civil y lo penal. En Colombia, el CP condena la violencia intrafamiliar con una pena en prisión

de 4 a 8 años, entendiendo este delito como maltrato físico o psicológico dirigido a cualquier miembro de su núcleo familiar (Colombia. Congreso de la República. 2000. Artículo 229).

No obstante, la definición que ofrece el CP es amplia para los propósitos de este proyecto de investigación, pues la violencia intrafamiliar puede darse en vínculos que no son estrictamente de pareja, tales como de madre a hijo, entre hermanos, entre otros. Es por este motivo que se hace necesaria una definición específica para la violencia de pareja, tal y cómo la ofrece (López Rosales et al., 2013):

Se puede definir violencia de pareja como un ejercicio de poder, en el cual, a través de acciones u omisiones, se daña o controla contra su voluntad a aquella persona con la que se tiene un vínculo íntimo, ya sea de noviazgo (relación amorosa mantenida entre dos personas con o sin intención de casarse y sin convivir), matrimonio (relación de convivencia y mutuo apoyo entre dos personas legalmente instituida y que suele implicar un vínculo amoroso) o cohabitación (relación amorosa entre dos personas que conviven con o sin intención de casarse y que puede tener un reconocimiento legal distinto al matrimonio) (p. 6).

Además, se considera la violencia ejecutada por exparejas, siendo estas: exnovio, exesposo o excompañero con el cual se convivía. Asimismo, incluimos aquellos vínculos de amantes, bien sea en el presente o en el pasado (examante).

La violencia, a parte de un ejercicio consciente, también es una reacción instintiva o natural a situaciones irritantes, frustrantes, conflictivas, de peligro o agresión, cuya expresión, modulación y control son aprendidas (Burton & Hoobler, 2011). Según la OMS (2013) la violencia de pareja tiene impacto en la salud, la economía y el desarrollo social, individual y familiar. Además, una de cada tres mujeres en el mundo afirma haber sido víctima de violencia física o sexual a manos de su pareja (INMLCF, 2015).

5.4. Afectaciones psicológicas derivadas de la violencia de pareja.

Las mujeres maltratadas por sus parejas padecen más depresión, ansiedad y fobias que las no maltratadas. Además, se han vinculado con la violencia infligida por la pareja algunos de los

siguientes problemas: trastornos de los hábitos alimentarios y del sueño, baja autoestima, trastorno por estrés postraumático y autoagresión (OMS, 2013).

Por su parte, la violencia psicológica en la pareja puede llegar a generar autoexclusión laboral de la mujer pues de forma muy sutil e imperceptible siembra sentimientos de culpa, de desorientación, de renunciamiento al yo, que le hacen perder la creencia en sus capacidades, siendo la pérdida de la autonomía, una de las consecuencias de la violencia en contra de las mujeres dentro de la relación de pareja (Amagua Anasi, 2019).

Se ha encontrado que las mujeres que han sido violentadas tienden a depender más de su pareja que las que no, esta tendencia es muy problemática porque mientras la mujer dependa emocionalmente de su agresor, será más difícil para ella terminar una relación, o al menos establecer límites, llegando a aguantar actos violentos para que simplemente su pareja no termine con ella. De esta manera, el miedo a la ruptura, la prioridad de pareja, la subordinación y sumisión, son los factores de la dependencia emocional que están más relacionados con la violencia de pareja (Aiquipa, 2015).

Según Beydoun et al. (2017), Golding (1999) y Stein & Kennedy (2001, citados en Lara et al., 2019), las mujeres víctimas de violencia de pareja presentan síntomas de depresión leve, moderada y severa, mientras que las mujeres que reportan no haber experimentado violencia, presentaron síntomas de depresión en el rango mínimo.

5.5. El duelo como la pérdida de algo significativo

En el momento no se encuentran teorías que relacionan directamente al duelo con la violencia de pareja, sin que sea un duelo relacionado por la ruptura amorosa, por eso en el presente artículo se busca establecer la posible relación entre la exposición de las mujeres a la violencia por parte de su pareja y el duelo como la pérdida de algo significativo. A continuación, se hará una revisión de autores que han estudiado el duelo desde diversos puntos de vista y que nos llevan a la conceptualización actual de este.

El pionero en la conceptualización sobre el proceso psíquico del duelo fue Freud en 1993 con su texto *Duelo y Melancolía*; allí, plantea que el duelo es una reacción normal a la pérdida de un objeto amado o de una abstracción equivalente como la patria, la libertad, el ideal, entre otros. Apegándose a esta definición, aquello que se pierde puede ser tangible o intangible, pero es en

última instancia algo significativo para el sujeto. Ahora bien, el trabajo de duelo demanda del sujeto la tramitación de la pérdida mediante una labor psíquica.

Cuando el concepto de duelo era apenas incipiente, se decía que la finalidad de este era el desprendimiento del monto de afecto puesto en lo perdido, buscando la redistribución de su energía psíquica en otros objetos; más adelante, se plantea que la desvinculación con dicho objeto no es necesariamente la meta final del duelo (Freud, 1993). Posteriormente, Allouch (2006), inspirado en los planteamientos de Lacan, define el duelo como algo que no se resuelve al sustituir el objeto perdido, sino que avanza con la creación de un nuevo vínculo del sujeto con el deseo que le permite renacer, transformado, en un nuevo lugar.

Posterior a Freud, Lindemann (1944, citado en Díaz Facio Lince, 2019) aporta a la caracterización del duelo definiendo unas tareas específicas que el doliente debe llevar a cabo en el trabajo del duelo, estas son: la emancipación de los vínculos con el ser perdido, el reajuste a un mundo donde el ser amado ya no está presente y la conformación de nuevas relaciones. A partir de allí, diversos autores siguen la línea de tareas o fases del trabajo de duelo, algunos aportes significativos fueron:

- Bowlby (1980) y Parkes (2002): proponen que, aunque hay una secuencia y un patrón característico de reacciones ante el duelo, no todas las personas pasan por ellas de la misma manera, ni tardan lo mismo en cada una, sino que varían pasando entre la pérdida y la recuperación. Al final, implica que el doliente asuma una nueva vida sin el otro, llevándolo a redefinirse a sí mismo en su situación personal y social. Sin embargo, no es necesaria una renuncia del vínculo con lo perdido, sino que puede conservarse internamente por medio de recuerdos, sueños o legados.
- Rando (1995): define la pérdida como una experiencia central e inevitable de la existencia humana que se vive ante cualquier cambio. Respecto a las pérdidas no tangibles o simbólicas, sugiere que es muy probable que estas no sean reconocidas por el doliente ni por el entorno social, dando como resultado una invalidación personal y social del proceso del duelo. También, aporta que toda pérdida trae asociadas pérdidas secundarias, las cuales se movilizan como consecuencia de la primera.
- Worden (1997): define el duelo como un proceso de adaptación a la pérdida, por tanto, implica una posición activa del doliente. Describe las siguientes tareas: aceptar la realidad de la pérdida, trabajar las emociones y el dolor, adaptarse a un medio en donde lo perdido

ya no está y reubicar emocionalmente al ser perdido y continuar con la vida. Así, el trabajo de duelo no finaliza con el doliente retirando completamente la energía de lo perdido, sino que mantiene una conexión simbólica, ocupando un lugar significativo.

En oposición a entender el duelo como un conjunto de series o tareas, Stroebe y Schut (2010) desarrollan un modelo en el que se entiende el duelo como un proceso fluctuante entre la experiencia y la evitación del dolor, más no como algo secuencial. De esta manera, el doliente pasa constantemente de una orientación a la pérdida a una orientación a la restauración. El duelo bajo esta perspectiva se define entonces como una serie de altibajos emocionales que progresivamente conducen al doliente al restablecimiento.

Por último, Neimeyer (2007) propone el duelo como una teoría narrativa, donde la pérdida, tal como la vida misma, tiene un entramado inherentemente narrativo. Se define la experiencia de una pérdida significativa como una fragmentación de una narrativa primaria, que crea una dolorosa ruptura en la historia personal del doliente, quien siente invalidado el soporte de su identidad, puesto que hay cambios sustanciales en la visión de sí mismo y del mundo que se crean como consecuencia de la pérdida; se compara la pérdida con una distorsión del hilo narrativo que introduce cambios en la visión que la persona tiene del pasado, presente y futuro. De esta manera, el duelo “se basa en la creación de una nueva narrativa con la que el doliente atribuye sentido a la pérdida y reconstruye su historia” (Díaz, 2019, pp. 53).

Neimeyer (2007) también introduce una particularidad y es que la pérdida no es algo objetivo que todos los dolientes sufren pasivamente de la misma manera, más bien es un evento singular que se enmarca en un contexto social y que implica la creación de una nueva narrativa con la que el doliente atribuye sentido a la pérdida y reconstruye su historia personal. Por lo tanto, se presenta en el duelo una reconstrucción de la realidad del doliente, implicando procesos de construcción, mantenimiento y transformación de los relatos que soportan la identidad. Estos procesos se realizan de manera activa, ya que el doliente pasa por múltiples elecciones que debe afrontar asumiendo posiciones y tomando decisiones (Neimeyer, 2007). El duelo también está marcado por las lógicas sociales ya que tiene lugar dentro de tres sistemas que se interrelacionan: el sí mismo, la familia y la sociedad, siendo atravesado por la estructura familiar, los roles sociales y el apoyo brindado y percibido (Neimeyer, 2007).

De ahí surge la importancia de que socialmente se reconozca el maltrato que viven las mujeres víctimas de violencia de pareja, ya que, si las personas que las rodean, ya sean sus

familiares y amigos cercanos, no reconocen siquiera las afectaciones que puede llegar a tener este tipo de violencia, tampoco van a reconocer los posibles duelos que se afrontan ni van a aportar para la resolución de estos.

5.6. Narrativas

De acuerdo con Bruner (1990) y Fivush (1995) las personas construimos narrativas para organizar, comunicar y dar cohesión y sentido a nuestras experiencias, y existe la idea generalizada de que las memorias autobiográficas tienen una estructura narrativa. Por este motivo, un acercamiento de este tipo parece el más apropiado para explorar la forma en que se recuerdan los acontecimientos que han marcado la historia vital del individuo. Construir una narrativa implica elaborar una historia orientada temporalmente que conecte el pasado con el presente y otorgue un sentido de continuidad (Nelson, 1999). Más aún, es el proceso por el cual damos forma a nuestra propia identidad personal (Tuval-Mashiach, et al., 2004, citado en Fernández-Lansac, 2018).

Quien construye una narrativa, lo hace desde la importancia y en consecuencia desde el significado que le otorga a un suceso específico de su vida para determinar su misma historia; en otras palabras, es una experiencia participativa (Rodríguez Ortiz, 2020).

Según Castillo et. al (2012), en la terapia narrativa, por ejemplo, se hace un acercamiento a la persona de manera respetuosa, sin juicio y asumiendo a la persona como experta de su vida, aparte del problema y como poseedora de habilidades, competencias, convicciones, valores, compromisos y capacidades. La narrativa, por supuesto, se construye a partir de la externalización, que es a la vez el fundamento de toda conversación. Es así como la persona constata una separación inicial entre ella y lo que padece o le aqueja. Puede externalizar sentimientos, problemas relacionales, su cultura y prácticas sociales, incluso metáforas, y sobre esta base puede empezar a priorizar de lo que quiere o se le proponga hablar. Cabe aclarar que aquello que se prioriza en la narrativa busca beneficiar el nombramiento del problema mas no reforzar las ideas que contribuyen al sostenimiento del problema, por esto, se estima que en las víctimas de violencia de pareja las narrativas pueden ser muy valiosas, tanto para la investigación, como para sí mismas.

6. Metodología

En este apartado profundizaremos sobre el enfoque, método, estrategia, técnicas de recolección de la información, población, muestra (y sus respectivos criterios de inclusión y exclusión) y el plan de recolección y análisis de la información.

6.1. Enfoque

Este proyecto estará orientado bajo el enfoque de investigación cualitativo, el cual es definido como cualquier tipo de investigación que produce hallazgos a los que no se llega por medio de procedimientos estadísticos u otros medios de cuantificación (Galeano, 2004). Puede tratarse de investigaciones sobre la vida de la gente, las experiencias vividas, los comportamientos, emociones y sentimientos. Hay un proceso de interpretación que se realiza para descubrir conceptos y relaciones en los datos brutos y luego organizarlos en un esquema explicativo teórico. Los datos pueden consistir en entrevistas, observaciones, documentos, películas o cintas de video, incluso, datos que se hayan cuantificado con otros propósitos tales como los del censo (Strauss & Corbin, 2002).

Se elige este enfoque porque a lo largo de la búsqueda de antecedentes en el tema de violencia de pareja, lo más preciso que se encontró fueron datos estadísticos que buscan cuantificar el número de víctimas y enumerar los factores de riesgo, los posibles victimarios, las edades de las víctimas, el lugar de residencia, la causa de la agresión, entre otras, pero no se encuentran datos sobre la percepción y los sentimientos de la víctima ante la situación que vive. Es precisamente por esto que el interés de este proyecto está en la experiencia particular de cada víctima y la significación que le da a su vivencia.

Por lo tanto, el enfoque cualitativo es bastante acorde al proyecto porque permite investigar y comprender los significados de las experiencias en sus determinados contextos, además de que “aborda las realidades subjetivas e intersubjetivas como objetos legítimos de conocimiento científico. (...) Estudia la dimensión interna y subjetiva de la realidad social como fuente del conocimiento” (Galeano, 2004, p.18). El enfoque cualitativo permite entonces trascender los datos estadísticos al profundizar en los abordajes de las experiencias de cada víctima, tomando lo subjetivo como fuente válida de conocimiento.

6.2. Método

El desarrollo de este proyecto tendrá un método fenomenológico-hermenéutico, porque permite tomar la experiencia subjetiva como fuente de conocimiento, con base en la perspectiva de los sujetos, además porque su interés está en conocer las formas de interpretación que las personas le dan al mundo social en que interactúan (Arnal, et al., 1992).

En este método los investigadores trabajan con las declaraciones de los participantes y sus vivencias, por lo que después de tener la perspectiva de estos, se explora, describe y comprende lo que tienen en común determinados individuos de acuerdo con sus experiencias con un fenómeno específico; buscando describirlo y entenderlo desde el punto de vista de cada participante y desde la perspectiva construida colectivamente (Hernández Sampieri, et al., 2010). De esta manera, el conocimiento de lo subjetivo se da en busca del acceso a cuatro existenciales básicos que son: “el espacio vivido (espacialidad), el cuerpo vivido (corporeidad), el tiempo vivido (temporalidad) y las relaciones humanas vividas (relacionabilidad o comunalidad)” (van Mannen, 1990; citado por Sandoval Casilimas, 1996).

Se toman, entonces, las perspectivas de los participantes como el punto de partida para la interpretación, dando lugar a la posibilidad de múltiples interpretaciones y a su vez, abriendo espacio a la subjetividad del investigador, quien tiene un papel activo como intérprete en la investigación. Al proceso de investigación fenomenológica se le ha llamado “círculo hermenéutico”, que describe el movimiento entre la forma de ser del intérprete y el ser que es revelado por el texto (Sandoval Casilimas, 1996).

6.3. Estrategia

Se realizará un estudio de casos cualitativo, porque se busca resaltar la importancia de la vivencia de cada participante desde su subjetividad, esto corre con el riesgo de que no se puede llegar a generalizar, sin embargo, en este tema que es poco explorado, es importante comenzar a investigar desde la especificidad y particularidad de cada persona. Se realizará de tipo ideográfico, que según Muñiz (2005) “implica la descripción amplia, profunda del caso en sí mismo, sin el propósito de partir de una hipótesis o teoría, ni de generalizar las observaciones.” (p. 1).

También, se resalta la importancia de realizar una descripción y un análisis profundo del caso, que permita entender lo que sucede con el sujeto de estudio y que a su vez el investigador logre interpretar y sacar conclusiones a partir de esta, por lo tanto, una descripción superficial no será igual de válida que la realizada a profundidad, ya que no va a permitir establecer conclusiones ni interpretaciones (Muñiz, 2005).

Además, se analizarán bajo una estrategia narrativa, con la que se pretende “entender la sucesión de hechos, situaciones, fenómenos, procesos y eventos donde se involucran pensamientos, sentimientos, emociones e interacciones, a través de las vivencias contadas por quienes los experimentaron” (Hernández Sampieri, et al., 2010, p. 487). De esta manera, las narrativas de cada participante harán que, como plantea Blanco (2011), se dirija la investigación en busca del entendimiento y del hacer sentido de la experiencia, ya que los sujetos van dando forma a sus relatos de la vida cotidiana por medio de historias, siendo el lenguaje la entrada a través de la cual, una persona se introduce al mundo y a su vez, es cómo va a ser interpretada por los demás.

Se toman entonces, las narrativas de cada participante sobre los sucesos específicos en los que sufrieron la violencia de pareja, sus sentimientos, percepciones y puntos de vista como el objeto de estudio que puede servir de guía para aclarar la pregunta de investigación planteada.

6.4. Técnicas de recolección de la información

La técnica principal que se utilizará es la entrevista semiestructurada. De entrada, las entrevistas que se realizan en investigaciones cualitativas son más flexibles que las que tienen como fin cuantificar algún fenómeno, además la entrevista cualitativa es vista como una reunión para conversar e intercambiar información entre el entrevistador y el entrevistado. Las entrevistas semiestructuradas por su parte “se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información” (Hernández Sampieri, et al., 2010, p. 403). Previo a la entrevista, el investigador debe entonces formular preguntas que le permitan indagar por el problema de investigación y los objetivos, pero a medida que avance puede ir ajustando el orden, la forma de preguntar y hasta agregar cuestiones para precisar asuntos que se abren en medio de la entrevista.

6.5. Población y muestra

La población a la cual está dirigida la investigación son mujeres habitantes de la ciudad de Medellín que hayan sido víctimas de violencia por parte de su pareja en cualquier momento de su vida y que manifiesten su voluntad para participar en la investigación. La muestra estará conformada por cinco relatos construidos durante la investigación, cuya autoría se les atribuya a mujeres que estén en las condiciones anteriormente descritas. Dadas las características de esta investigación, no es abordable una muestra muy numerosa.

6.5.1. Criterios de inclusión

Se contará con los relatos de cinco mujeres mayores de edad que voluntariamente quieran participar de esta investigación. Se tendrán en cuenta mujeres que estén en diferentes momentos de una relación de pareja violenta; ya sea que estén inmersas en ella o que la relación haya terminado. No será criterio de exclusión el estado civil de la relación de pareja (noviazgo, matrimonio, unión libre, etc.), de manera que será suficiente con que la mujer perciba el vínculo como uno de pareja.

6.5.2. Criterios de exclusión

No podrán participar de esta investigación mujeres menores de edad ni con afectaciones neurocognitivas graves.

6.6. Plan de recolección y análisis de información

Para esta investigación serán fuentes de información tanto las mujeres como sus relatos. Para ello, se hará una convocatoria abierta y se compartirá a las diversas organizaciones existentes en la ciudad cuya razón de ser esté en sintonía con esta investigación; así, la mujer que esté interesada en participar podrá ponerse en contacto con las investigadoras de manera voluntaria. Luego, se llevarán a cabo las entrevistas y estas a su vez se grabarán con previo consentimiento de las participantes y serán transcritas guardando fidelidad a las expresiones de cada mujer, pero

protegiendo al mismo tiempo sus identidades a través de un código. Dichas entrevistas tienen como objetivo promover que cada mujer pueda movilizar su propio relato y puedan allí significar sus experiencias; asimismo, y persiguiendo el mismo objetivo, cada entrevista será un espacio seguro para que cada mujer pueda verbalizar aquello que no haya tenido oportunidad de expresar.

Dado el caso en que la convocatoria no logre reunir la muestra para que la investigación pueda desarrollarse, se iniciará una búsqueda de relatos preexistentes que hayan sido publicados en libros, revistas, diarios, blogs o cualquier otra plataforma que soporte texto y se contactará a la autora del relato con el fin de obtener la autorización para trabajar con el texto e informarle que su identidad será protegida. Deben ser relatos autobiográficos lo más realistas posible, de manera que no habrá cabida a relatos ficticios que obedezcan a la fantasía literaria.

No sobra aclarar que la convocatoria inicial pretende que las mujeres construyan el relato conforme la investigación avanza en su curso; sin embargo, si alguna de estas mujeres ha construido en el pasado relatos sobre la vivencia de violencia de pareja, pérdidas y duelo, este relato será más que bienvenido.

Toda vez que se hayan reunido los relatos, estos serán analizados en conformidad con el método de esta investigación, a saber, fenomenológico-hermenéutico, en el que como hemos descrito en el apartado método, será indispensable el aporte de la experiencia subjetiva de cada participante y la interpretación que hace de su fenómeno, al mismo tiempo que quien investiga también aporta su conocimiento e interpretación al fenómeno en cuestión.

6.7. Unidades de análisis

Las categorías de análisis serán: narrativas, violencia de pareja, pérdidas, duelo.

6.8. Consideraciones éticas

En conformidad con el Capítulo VII “De la investigación científica, la propiedad intelectual y las publicaciones” del Título VII “Del código deontológico y bioético para el ejercicio de la profesión de Psicología” de la Ley 1090 de 2006 (Colombia. Congreso de la República, 2006), se tendrán en cuenta para esta investigación los siguientes aspectos:

- Se elaborará un consentimiento informado (ver anexo 1) con cada una de las participantes de la investigación. Allí se les explicará cuáles son sus derechos, al igual que las responsabilidades, compromisos y consecuencias que se adquieren al participar de la investigación. También se hará claridad allí que la participación en la investigación es completamente voluntaria y que podrá dar por terminada su participación en ella cuando así lo desee.
- Permanecerá en confidencialidad toda información que se derive de las entrevistas, los relatos y demás contactos con las participantes. En la transcripción de las entrevistas, como bien hemos señalado, se mantendrá la identidad de cada una de las participantes en anonimato asignando un código. Igualmente, para la realización de análisis, interpretaciones, informes o cualquier otra producción escrita. Solo se usará la información que cada participante autorice.
- El desarrollo de las entrevistas está concebido como actividad de riesgo mínimo a nivel psicológico, médico y/o psiquiátrico. Sin embargo, entendemos que es posible que durante el proceso de las entrevistas o en cualquier otro momento de la investigación aflore un malestar psicológico en el participante asociado a la experiencia de haber sido víctima de violencia de pareja. Si se llegara a presentar el caso, las investigadoras le brindarán a la participante el espacio de escucha y de contención emocional necesario sin que ello derive en una intervención psicoterapéutica. El asesor o asesora de esta investigación estará al tanto y se tendrán a la mano las rutas de remisión necesarias.
- Finalmente, las investigadoras asumen el compromiso de hacer las devoluciones de los resultados a las participantes y a las organizaciones de ser el caso. Dicha devolución se hará por medio de una socialización de hallazgos.

7. Resultados

Durante el proceso de trabajo de campo se entrevistó a cinco mujeres víctimas de violencia de pareja que aceptaron voluntariamente hacer parte de la investigación. En el proceso de las entrevistas surgió información que permitió a las investigadoras identificar que, para dar cuenta de las pérdidas y duelos por violencia de pareja, es importante comprender el contexto que la rodea, a veces, conectado con la historia anterior de cada una de las participantes. Para dar coherencia a los resultados, la información obtenida se sistematizó por medio del programa ATLAS.ti y se organizó en varias categorías de análisis: 1) experiencias y relaciones en la familia de origen en los relatos de las mujeres, 2) historia de la relación de pareja, 3) tipos de violencia de pareja vividas, 4) pérdidas y duelos; 5) conciencia y afrontamiento, 6) redes de apoyo, 7) factores externos que inciden en la pareja y la violencia y 8) lo que se resiste a la superación: los restos de la violencia de pareja, secuelas psicológicas y aprendizajes.

Antes de desarrollar las categorías de análisis es pertinente contextualizar brevemente, mediante viñetas, algunos elementos narrativos de las historias de las mujeres que aportaron sus relatos para que esta investigación se llevara a cabo, ellas aparecen con los siguientes nombres ficticios: Irene, Guadalupe, Julieta, Sofía y Victoria.

7.1. Viñetas historia participantes

7.1.1. Julieta

Julieta viene de una familia muy unida, ella vive con su abuela, su madre y su hermana menor, ellas son parte esencial de su vida y generan una buena red de apoyo, al respecto cuenta:

Cuando tenemos el espacio nos reunimos y hablamos de todo lo que nos pasa, de lo que nos ocurre, de lo que nos sorprendió, de cualquier cosa, pero tratamos de que casi todos los días haya espacios en donde nos dispersamos entre nosotras, hablando, molestando, comiendo. (Julieta, comunicación personal, 14 de mayo, 2022).

Julieta tiende a ser una persona sociable, se le facilita construir relaciones interpersonales en todos los ámbitos de su vida, como son el estudio, el deporte y el barrio donde vive.

Su relación amorosa inició porque su pareja es deportista igual que ella, a partir de esto comienzan a pasar tiempo juntos y a establecer vínculos. Julieta comenta que la mayor parte de la relación fue agradable, de hecho, en el momento en que ella advierte que la relación no está funcionando, decide terminarla. Esta ruptura se da especialmente porque su pareja le es infiel.

De este modo, la violencia que vive Julieta se da posterior a la ruptura, es decir, es maltratada por su exnovio; esto sucedió debido a que tanto Julieta como su expareja compartían un círculo de amigos deportistas, lo que hizo que se encontraran después de terminar la relación y compartieran espacios de ocio. Este caso es muy particular porque es una experiencia única de maltrato físico, que conllevó múltiples agresiones verbales y que genera un quiebre en la vida de Julieta.

En la actualidad Julieta está terminando su carrera universitaria, tiene una nueva pareja y se encuentra elaborando lo que sucedió en ese episodio de su vida, pues, aunque fue una experiencia que solo vivió una vez debido a los límites que ella misma logró establecer, le generó bastante malestar y al momento de narrarlo se observa dificultad para procesar este suceso.

7.1.2. Irene

Irene es la mayor de las participantes, tuvo a su hija Guadalupe durante la relación de pareja, siendo la única mujer de la investigación que fue madre mientras vivía una relación violenta, ella se desempeñó laboralmente en diversas entidades gubernamentales de la ciudad de Medellín.

En cuanto a la relación de pareja, inicia de manera agradable, siendo amigos y compartiendo gustos, como la lectura, deporte, música, entre otros. Las cosas fluyeron bien entre ellos y conformaron la relación de novios, la cual duró tres años hasta que deciden casarse, esto hace que Irene sea la única participante que se casó con su pareja y, por tanto, el hecho de terminar su relación implicó un proceso de divorcio.

Por cuestiones laborales la pareja decide mudarse un tiempo de Medellín, fuera de allí viven hasta que ocurren dos sucesos: nace su hija y tiene problemas de salud debido al clima y su esposo es secuestrado durante un mes por un grupo guerrillero. Después de esto, retornan a Medellín y ahí

continúan viviendo, el problema es que su esposo nunca volvió a ser el mismo después de este acontecimiento:

Él nunca volvió al hogar como él era, una parte se quedó allá, entonces él no volvió a comunicarse con la hija sino de una manera a distancia, un papá que proveía, protegía a distancia y conmigo también. Esto fracturó nuestra relación, nuestra relación de padre y esposo, nunca más volvimos a ser los mismos. (Irene, comunicación personal, 25 de mayo, 2022)

Comienza entonces la violencia de pareja, la cual se vive durante diecisiete años y se manifiesta en violencia psicológica que se expresa por medio de humillaciones, degradaciones, insultos a Irene y a su hija buscando lastimarlas a ambas mediante la otra (esto se conoce como violencia vicaria), en cuanto a la afectividad, pues básicamente no había intimidad sexual ni muestras de amor, e incluso se presentan diversas infidelidades, también, por medio de la economía, lo que llevó a Irene a creer durante mucho tiempo que ella con su trabajo no sería capaz de sobrevivir en términos económicos, ella cuenta al respecto:

Entonces yo empecé a hacer el desapego, empecé a soltar, me dio muy duro porque él lo sintió y me dijo “si usted me deja se van a vivir las dos debajo de un puente, ustedes no van a ser capaces de sobrevivir, no van a tener cómo, sin mi apoyo ¿cómo lo van a hacer?” (Irene, comunicación personal, 25 de mayo, 2022)

Finalmente, Irene decide terminar su relación. El proceso psicológico y su hija fueron fundamentales para salir adelante, Guadalupe ayudó a su madre en el proceso de aceptar la relación en la que vivía y, especialmente, la apoyó para terminarla. En la actualidad Irene se observa a gusto con su vida, disfruta de la libertad de salir con amigas y pasar tiempo con su familia, además enfrenta el proceso de divorcio con serenidad, sin buscar venganza y sin rencor.

7.1.3. Guadalupe

Guadalupe es hija única, sus padres tuvieron una buena relación de pareja al inicio, pero después de que su padre es secuestrado se vuelve un hombre violento, por lo que ella crece

desarrollando una relación con su padre bastante difícil y también, siendo testigo de la violencia que ejerce él sobre su madre. Desde muy joven, ella logra desarrollar un estado de conciencia muy crítico, al punto de advertirle a su madre que está viviendo una relación violenta, pero no corre la misma suerte con su propia historia.

A sus 13 años, Guadalupe es víctima de una violación por parte de un conocido de la familia. Este suceso marca su vida, dificulta el establecimiento de relaciones interpersonales y afecta su autoconcepto:

Yo tenía catorce años, tenía muy descontrolado muchos aspectos de mi vida, de hecho, muy recientemente yo había sufrido una violación, entonces yo tenía muy fresco ese trauma y ese autoconcepto de mí misma, porque esa violación a mí me trajo muchos problemas de autoestima (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022).

De este modo, Guadalupe inicia su relación a los 14 años con un chico que llamaremos Brandon, quien, al momento de iniciar la relación, tiene 22 años; lo que conlleva una diferencia de 8 años entre ellos. No se conoce con exactitud el momento en el que Brandon hackeó el celular de Guadalupe, y al parecer, la mayor parte de la relación violó su privacidad de esta manera.

La dinámica de la relación consistía en que Brandon manipulaba a Guadalupe con diversos temas y lograba que ella hiciera lo que él buscaba, lo hizo así con amigos, ropa, ideologías y lugares, consiguiendo que Guadalupe no hiciera lo que a ella le gustaba, sino lo que Brandon le permitía; este fue el mecanismo con el que violentó a Guadalupe psicológicamente de forma constante durante mucho tiempo.

En determinados momentos Guadalupe fue víctima de violencia verbal y física, los cuales fueron casos aislados, pero muy significativos para ella y su vida. Particularmente, se resalta una ocasión en la que Brandon la agredió físicamente y bloqueó la salida de la habitación con su cuerpo, impidiéndole salir a buscar ayuda. Este suceso al pasar del tiempo sigue intacto en la memoria de Guadalupe, lo que le causa que en la actualidad no soporte percibir que alguien se le para al frente, pues este acto le genera un gran malestar emocional y la remite a esa situación vivida con Brandon.

En el relato de Guadalupe se identifica que lo que más le afectó de su relación, es la pérdida de su adolescencia, pues para ella su relación no le permitió vivir lo que un adolescente común vive, esta pérdida es percibida por ella como algo que nunca podrá recuperar, al respecto ella narra:

Cuando entré a la universidad, mientras estaba en las inducciones, yo dije, no quiero más esta relación, nunca voy a poder hacer algo, siempre voy a estar amarrada a este hombre tan grande, porque él era aburrido, a él no le gusta salir a fiestas, no le gustaba tomar y las poquitas veces que tomó era agresivo conmigo y no le gustaba hacer nada, entonces yo estaba aburrida y yo había perdido ya toda mi adolescencia con él. (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022).

Finalmente, Guadalupe toma la decisión de terminar la relación y con dificultad y temor la lleva a cabo, decisión que percibe como liberadora: “Esa fue la última vez que yo lo vi y yo me sentí horriblemente bien, tanto que yo ese día fui y me compré ropa y me compré todo lo que él no me dejaba ponerme” (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022). Sin embargo, para Brandon no finaliza ahí, pues aún tenía acceso a información privada de ella por medio del hackeo a su celular, así que comenzó a publicar en redes sociales lo que Guadalupe hacía y las personas con quien salía. La única forma de alejar completamente a su expareja fue por medio de amenazas de llevarlo a procesos legales.

Actualmente Guadalupe es estudiante universitaria, tiene una familia conformada por su novio y su hijo. La relación de pareja que han establecido es percibida como feliz y cómoda, pues le ha ayudado a sanar muchos aspectos de su vida que quedaron afectados por la relación violenta: “tengo libertad de salir yo sola, de hacer mis cosas sola, de salir con amigas, ahora puedo yo decidir si ir o no ir, antes no tenía esa posibilidad de yo decidir” (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022).

7.1.4. Sofía

Sofía es profesional en el campo de las artes visuales que viene de una familia en la que parte de su herencia cultural es colombiana y otra parte es pakistaní. Describe su infancia como una contingencia la cual sobrellevó gracias al fuerte lazo que construyó con sus hermanos.

Sofía conoce a Lucas e inician una relación que, en palabras de ella, todo empezó a ir muy rápido, “empezamos a vivir juntos demasiado rápido, todo era demasiado increíble, para él yo era la persona más increíble del mundo, para mí él era la persona más increíble del mundo” (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022). Lucas empieza a exigirle a Sofía cada vez más, sobre

todo en el ámbito culinario, pues Lucas es chef. Sofía empieza a dudar de las actividades cotidianas más simples, como hacer huevos revueltos, lavarse los dientes o pedir un ascensor, pues la exigencia de Lucas era tal que comenzaba a ser manipulación:

Es como un esquema de no, no, no... sí; no, no, no, no, no... sí, entonces vos hacés algo bueno y ellos te dicen no, eso no es así o haces algo bueno y te dicen no, y vos empezás a bajar tu energía (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022).

Luego, con ayuda de una profesional en psicología Sofía entiende que estuvo bajo la manipulación de una persona que, por sus características y conductas, ambas definen como psicópata, y que como resultado Sofía empieza a tener disociaciones de la realidad.

Bajo la alta exigencia de Lucas en la cocina, Sofía aprende técnicas de alta cocina al punto de ser capaz de dirigir el servicio de un restaurante por sí sola, pero por otro lado, vive una pérdida de identidad desde la cultura pakistaní que heredó de una parte de su familia.

La violencia psicológica y la disociación que esta misma provocó en Sofía evolucionaron en eventos de violencia física, donde Lucas agredía a Sofía, pero esta al despertar no se acordaba de nada, se enteraba gracias a los espectadores.

Luego Sofía siendo consciente del alcance que tiene gracias a sus redes sociales, decide hacer público su caso, pues tiene un agudo sentido de la responsabilidad social y está convencida de que muchas mujeres que pasan por lo mismo necesitan herramientas y apoyo para salir de relaciones de pareja violentas.

Finalmente, Sofía pierde un ideal acerca del amor “perdí el ideal de Disney tal vez, porque el amor a primera vista para mí hoy en día no existe”, y ante esta pérdida del ideal del amor Sofía dice:

Lo que más me ha dolido a mí es perder la ingenuidad, como perder esa inocencia en el amor, yo sinceramente les voy a decir una cosa: si hay algo que yo anhelo como niña chiquita es volverme a enamorar con un poquito de ingenuidad, no con mucha ingenuidad tipo “ay no sé en lo que me estoy metiendo y yo no quiero estar ahí” no, es como con esa ingenuidad de que hoy se dijeron tú eres el amor de mi vida y se dieron un beso, entonces mañana puede que sea mejor, es esa ingenuidad de no pensar que todo el mundo es terrible (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022).

7.1.5. Victoria

Victoria vive con su madre, su hermana pequeña y su padrastro. Empezó a estudiar una carrera universitaria gracias a su trabajo, apoyo familiar y orientación de un docente escolar. Antes de iniciar la universidad conoció a Mateo con quien tiempo después inició una relación que describe como normal y en ocasiones excepcional. Con el avance de la relación “Mateo no tardó mucho en mostrar su otro lado y resulta que él es un paciente psiquiátrico” (Victoria, comunicación personal, 5 de noviembre, 2022), razón por la cual Victoria se convierte en un apoyo en el que la familia de Mateo descarga toda la responsabilidad. La relación empieza a impregnarse de manipulación y violencia por parte de él, y de complicidad por parte de la familia. Mateo comienza a hacerle chantajes a Victoria que llegan al punto de decirle que si lo deja él se suicida. De hecho, Mateo comete varios intentos de suicidio y uno de ellos lo hace delante de Victoria. De la mano de estos sucesos hay agresiones físicas hacia Victoria, ella cuenta:

Estábamos en su casa y él empezó como a seducirme para que yo me desnudara, yo le dije que no quería tener relaciones en ese momento y él me dijo que tranquila, que eso no iba a pasar, entonces, me hizo desnudarme para literalmente cogerme a patadas y a golpes por todo el cuerpo, mientras me decía que yo era una perra, ese día me golpeó tan fuerte que me dejó un morado en la cara muy grande, uno que ya no se podía esconder (Victoria, comunicación personal, 5 de noviembre, 2022).

Ante la violencia psicológica y física que Victoria vive, entra en una encrucijada que le hace perder su valía como persona y la motivación por seguir viviendo:

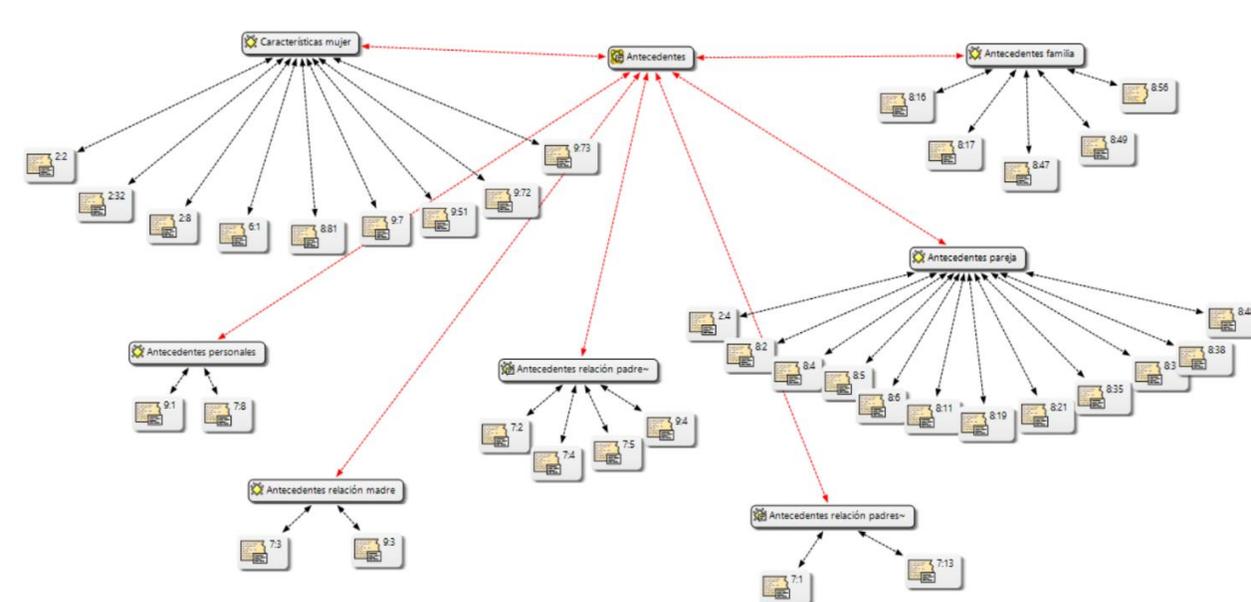
Siento que una cosa que perdí bastante difícil para mí fue como ese valor como ser humano que tú tienes naturalmente, que va muy acompañado de la autoestima, pero es como esa sensación de que en realidad no vales nada (...) que si en realidad tú te vas y te mueres el mundo no está perdiendo a nadie (Victoria, comunicación personal, 5 de noviembre, 2022).

Victoria destaca su fortaleza que ella misma describe como la capacidad de soportar. Finalmente, gracias al video de otra de las participantes (Sofía) Victoria siente la motivación que necesitaba para decidir denunciar su caso ante la justicia, siendo, sin embargo, muy consciente de la poca capacidad instalada en Colombia para atender el desborde de casos de violencia.

7.2. Experiencias y relaciones en la familia de origen que se identificaron en los relatos de las mujeres

En principio, se evidenciaron hechos que antecedieron las relaciones violentas que podían relacionarse con el establecimiento y mantenimiento de la relación violenta, por lo que se organizó la información como lo muestra en la **Figura 1**. Posterior al análisis se decide nombrar esta categoría como “experiencias y relaciones en la familia de origen que se identificaron en los relatos de las mujeres”; a continuación, se desglosa su análisis.

Figura 1
Análisis: experiencias y relaciones en la familia de origen que se identificaron en los relatos de las mujeres



Existen experiencias que por su gravedad marcan a las personas y generan consecuencias a lo largo de su vida, llegando a contribuir al inicio y mantenimiento del maltrato de la pareja, en este apartado se describe la experiencia de una de las mujeres. Por otro lado, se observa en los relatos de la mayoría de las participantes la alusión a ciertas características de las relaciones al interior de sus familias de origen, en su discurso las traen como aspectos que de algún modo influyeron en las relaciones de pareja que ellas mismas construyeron: la observación de relaciones problemáticas en la relación de pareja de los padres y una relación tensa en la dupla padre-hija. En contraparte, el vínculo madre-hija, se resalta como positivo en la historia de cada una de las entrevistadas.

De este modo, una de las participantes resalta una experiencia personal que ocurrió a sus trece años y que afecta la manera en que se relaciona con los demás, influyendo en la construcción de su relación de pareja. Se encontró que Guadalupe fue víctima de una violación, esto generó en ella una visión del mundo como inseguro, causando problemas para relacionarse con los demás y afectando su autoconcepto. Al momento de iniciar su primera relación, Guadalupe decide confiar en su pareja y contarle lo que le había sucedido en cuanto al episodio de abuso sexual (nadie más lo sabía, ni siquiera sus padres), en primera instancia su pareja se muestra comprensivo y le manifiesta su apoyo, pero tiempo después, utiliza esta situación del pasado para controlar a Guadalupe con la excusa de protegerla, vigilando así la ropa que usaba, las personas con quien salía y los lugares que frecuentaba, mostrándose a sí mismo como la persona que debía estar con ella todo el tiempo para protegerla:

Me invitaban a un parche y yo decía voy a ir, él me decía: “no, y quién la va a cuidar, no me parece porque está muy tarde, porque te pueden hacer algo”, entonces obviamente yo recordaba ese trauma y yo pensaba que sí me podían hacer algo y mejor no iba (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022).

Respecto a la relación de pareja de los padres, al ser esta la relación que observan las mujeres en su crecimiento, desarrollo y establecimiento de expectativas de las relaciones de pareja, se suele convertir en el referente más cercano de cómo es establecer una relación amorosa. Es importante resaltar que en las entrevistas no se ahondó en los temas familiares pues el foco estaba puesto en la relación de pareja que las participantes vivieron, aun así, en el discurso espontáneo de

dos de ellas se encontró que las relaciones de sus padres también fueron violentas, en cuanto a las demás, no hablan de ello directamente, pero mencionan que sus padres ya se han separado, por lo que se hipotetiza que estas relaciones no funcionaron por alguna razón. De lo anterior se concluye que algunas de las mujeres que participaron en la investigación observaron a sus padres vivir una relación disfuncional e incluso violenta, lo cual influyó en la forma de comprender y de construir sus propias relaciones de pareja.

En las relaciones entre padres e hijas, se encontró que todas las participantes han tenido conflictos: ya sea porque son padres ausentes o porque son violentos, el hecho es que la figura paterna se concibe como algo negativo, al contrario de como sucede con la figura materna. En general, el padre es percibido como una autoridad con la cual no se logra conversar para buscar algún apoyo ante dificultades (Sofía), ni siquiera para proveer económicamente, pues en ocasiones llegaron a recurrir a humillaciones y comportamientos agresivos hacia sus hijas cuando hablaban de cuestiones económicas (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022). También, se resalta la manera en cómo estos padres ejercían la autoridad ante sus hijos, pues en algunos casos fue percibida como demasiado controladora e incluso, abusiva (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022).

En cuanto a la relación madre e hija, se encontró que suele ser fundamental para estas mujeres, siendo la madre una persona que impulsa a cumplir metas, pero que sobre todo, apoya y soporta en los momentos más complicados, y que a su vez, como hijas buscan retribuir ese apoyo incondicional, logrando que la relación madre e hija se base en un vínculo recíproco. El caso de Irene y su hija Guadalupe ejemplifica lo anterior, pues Irene vivió mucho tiempo una violencia de pareja de la que le costó años salir, y Guadalupe significó un apoyo fundamental para ella, pues desde corta edad impulsaba a Irene para que dejara a su padre, potenciando así las habilidades que su madre tiene. A su vez, cuando Guadalupe enfrentó la violencia de pareja, Irene estuvo cegada por la imagen superficial de que el novio de Guadalupe era una persona que protegía a su hija, pero al enterarse de lo que realmente ocurría, no dudó en apoyarla para ponerle fin a su relación.

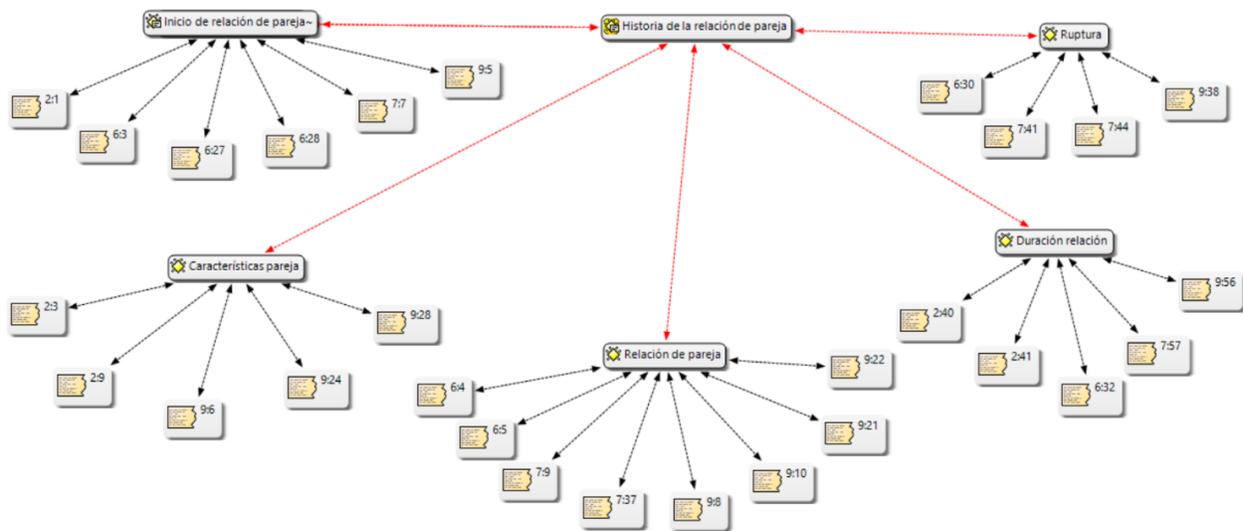
7.3. Historia de la relación de pareja

En esta categoría se expone el inicio de la relación, la forma cómo evoluciona hacia una relación violenta, y finalmente, se describe el proceso de ruptura; partiendo del análisis que se muestra en la **Figura 2**.

De esta manera, las relaciones inician de forma tranquila y agradable, el hecho de comenzar a conocer al otro surge, en general, por gustos que comparten (el deporte, la lectura, el arte, entre otros), a partir de ahí nacen sentimientos de conexión y afinidad. Este inicio es recordado por casi todas las participantes como algo bonito y especial, pero que ocultaba la verdadera forma de ser de su pareja, o al menos las características problemáticas que luego se dejan ver.

Figura
Análisis: historia de la relación de pareja

2



Así, las parejas pasaron de ser hombres románticos que buscaban conquistar, a comportarse de una manera que termina dañando a sus parejas, por ejemplo: responder agresivamente, alejarse de la vida de pareja, infidelidades, inestabilidad afectiva, manipulación, entre otras acciones que en un principio no se mostraron, pero que van a influir en el resto de la relación. Esta transformación en algunos casos se vincula con cambios y situaciones muy complejas en el contexto social o por dificultades de salud mental que repercute en los sujetos: en el caso de Irene, su esposo fue secuestrado y al retornar físicamente al hogar, Irene cuenta que vuelve como una

persona diferente: “mentalmente se quedó secuestrado y buscó salir en el alcohol, en la calle, huía de la vida de pareja, ya no quería estar a solas conmigo, todo se fracturó”. Asimismo, en el caso de Victoria la violencia hacia ella incrementó después de que su novio fue internado en un hospital psiquiátrico. Sin embargo, no siempre ocurren hechos que detonen o aviven la conducta violenta.

Posterior al inicio de las dificultades mayores en las relaciones de pareja, las entrevistadas encuentran un problema central en la comunicación, especialmente porque no logra responder a acuerdos que garanticen el bienestar de ambas partes de la relación, incluso, en algunos casos, las entrevistadas sienten que prácticamente no hay comunicación:

Al otro día se levantó como si nada, me dijo vámonos allí a tomar algo los dos solos, a arreglar los problemas, pero no hablamos de nada, porque siempre que había un problema no hablábamos de nada, él me daba una cosita, un heladito y ya (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022).

Se evidencia también que estas mujeres no lograban ver lo que les causaba daño, y cuando lograban reconocerlo, por temor o vergüenza buscaban ocultar lo que pasaba en la relación que no estaba bien, perpetuando así un ciclo de violencia: “yo empecé a perdonar y uno empieza y eso se vuelve un círculo impresionante porque cuando menos lo pensé ya había pasado un año y yo ya había perdonado como cinco infidelidades y no era capaz de dejarlo” (Victoria, comunicación personal, 5 de noviembre, 2022). Así, las relaciones se extienden durante mucho tiempo, desde cuatro años hasta diecisiete.

Finalmente, la decisión de terminar la relación puede tardar mucho tiempo en llevarse a cabo, en algunos casos el apoyo de personas externas y los recursos legales fueron factores fundamentales para devolverle a estas mujeres la valentía para lograr terminar una relación que ya sabían que había llegado a su final, pero que no se lograba culminar por miedo a las represalias o incluso, por temor a cortar todo contacto con su pareja, porque “después de todo, también se extraña al abusador” (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022).

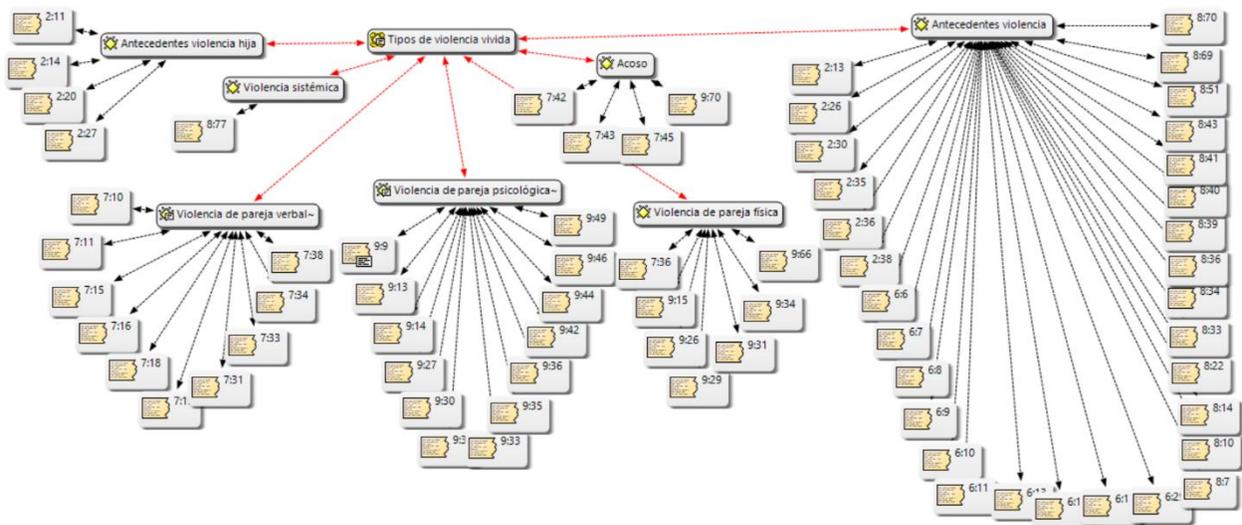
En general, la historia de la pareja en los relatos de las mujeres podría resumirse en el proceso de: primero, contar con la atención que les otorgan sus compañeros en el momento de la conquista y la conexión en gustos afines, luego surge el descubrimiento de formas de agresión,

después el ocultamiento de lo que sucede ante otras personas, lo que implicaba la imposibilidad de lectura de la gravedad de la situación, y finalmente, la consciencia y toma de decisiones para terminar con la relación.

7.4. Tipos de violencia de pareja

En este apartado se describen los actos violentos que vivieron las participantes de la investigación, así, se pretende contar cómo percibieron estas violencias desde la vivencia de cada una. Se cuentan con 69 fragmentos de las entrevistas, tal como se muestra en la **Figura 3**; siendo esta categoría la que cuenta con más citas sustraídas.

Figura 3
Análisis: tipos de violencia de pareja



7.4.1. Violencia verbal y psicológica

Estas violencias se enuncian en conjunto porque la violencia expresada de manera verbal suele perjudicar el bienestar psicológico de quien la recibe.

De acuerdo con lo que vivieron las participantes de la investigación, se encontró que las formas más usuales de violencia verbal se manifiestan en insultos, palabras degradantes y expresiones que buscan invalidarlas como personas. Otras formas no tan usuales, pero sí

determinantes son las formas de control, pretender cambiar las posturas sociales y políticas, intentar privarlas de la educación e incluso, amenazas de suicidio para generar culpa y manipular buscando conseguir lo que ellos deseaban; a continuación, se desarrollará a fondo con algunos ejemplos.

Partiendo del caso de Guadalupe, su pareja la controlaba mediante una constante excusa de protección:

Yo me ponía unos shorts y él me decía quíteselos, y yo le preguntaba por qué, él decía: “No, lo que pasa es que te van a mirar las piernas y mira, yo te quiero cuidar, yo no quiero que nadie te haga algo malo, yo quiero que estés bien.” Yo me quito los shorts, me pongo un escote y me dice “no, quítatelo que se te ve muy feo, tú eres una niña muy seria, más de la casa, no quiero que te vistas como las demás, no quiero que seas una ofrecida.” (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022).

De esta manera fue pasando de controlar la forma de vestir, las salidas con amigos e incluso las fotos que se tomaba para publicar en redes. Lo anterior da cuenta que el control ejercido por la pareja de Guadalupe estuvo enfocado en ámbitos de su vida muy importantes, lo que causaba una invalidación de su autonomía, pues ella no podía escoger ni decidir sobre los aspectos centrales de su vida.

También, se manifestó una crítica frente a los movimientos políticos y sociales que eligen estas mujeres, llegando a cuestionarlos e intentar cambiarlos, generalmente por ser causas con las que sus parejas no estaban de acuerdo, como el feminismo o el apoyo a la comunidad LGBTIQ: «Él odiaba que yo fuera feminista, lo odiaba con su ser, yo compartía algo feminista, decía: “ahí está usted con su feminismo, claro, usted quiere es mostrar las tetas”, siempre era así» (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022).

Además, se encontró una forma de violentar en la que se recurre a negar el conocimiento y la educación, particularmente invalidando el deseo de estudiar; esto se ejemplifica en una de las participantes, Irene, quien quiso complementar sus estudios y cuando se lo cuenta a su esposo, la agrede desvalorizando sus capacidades y hasta le arroja su celular desde un segundo piso.

Ahora bien, encontramos que las parejas utilizaron la manipulación como una manera de disuadir a las mujeres de las decisiones que han tomado en sus vidas y con las cuales, ellos no están de acuerdo, por ejemplo, hacia Guadalupe se manifestó como una constante persuasión para que tuvieran hijos, a pesar de que ya ella había afirmado no querer hacerlo.

De este modo, la manipulación puede llegar a extremos muy críticos, como en el caso de Victoria a quien su novio manipulaba siempre que ella quería terminar la relación: al principio ocurría que Victoria se enteraba que su pareja le estaba siendo infiel, por lo que anunciaba la ruptura de la relación, pero su novio insistía argumentando que si le terminaba lo iba a dejar solo con sus problemas y que él la necesitaba. Posteriormente, Victoria no se dejaba manipular más con esta excusa y a lo que recurre Mateo es a amenazarla con intentarse suicidar:

Esa fue su arma más fatal para mí porque es como que listo, si tú me dejas yo me voy a matar y sí es en serio, creo que te demostré lo serio que puede ser esto, y así fue, empezó a ser su argumento para cagarla y hacer cosas muy malas conmigo porque después de esto sí empezaron a haber empujones hacia mí (Victoria, comunicación personal, 5 de noviembre, 2022).

Lo anterior no se quedaba únicamente en amenazas, la pareja de Victoria llegó a intentar suicidarse frente a ella buscando que la relación no terminara. Así fue como posteriormente las autoagresiones tampoco fueron suficientes y comienzan las agresiones físicas hacia Victoria, en las cuales se ahondará más adelante. Se expone con detalle este caso porque las repercusiones en términos psicológicos para Victoria fueron muy graves, pues, una vez logra terminar su relación, ella intenta suicidarse.

De esta manera, la violencia verbal afecta principalmente la autonomía y la capacidad de decisión de las mujeres, pues causa que sus decisiones se vean afectadas, ya que sus acciones son controladas por lo que sus parejas les imponían.

7.4.2. Violencia física

Esta violencia se manifestó como golpes repentinos, golpes al realizar actos con los que las parejas no estaban de acuerdo y también, como sucesos muy complejos que conllevaron golpes, patadas, empujones, entre otros, que no terminaban hasta que alguien externo intervenía o la víctima llegaba a algún límite.

Esta violencia física apareció en todas las participantes, en algunas se presentó en hechos aislados, los cuales solo aparecieron una o dos veces, pero en otras se convirtió en algo repetitivo.

Aun así, un solo hecho violento llega a ser muy significativo para las víctimas, como es el caso de Julieta y Guadalupe, quienes vivieron un único suceso violento de este tipo, pero fue lo suficientemente impactante para causar en ellas sentimientos de vulnerabilidad y tener repercusiones mucho tiempo después, Guadalupe cuenta:

Él me pegó un puño en la cara y yo le pegué y él no me dejaba salir de la pieza, él tapaba la puerta con su cuerpo para que yo no saliera y yo pedía ayuda, ayuda y la música a todo volumen... ay no, yo entré como en... yo me sentí claustrofóbica, yo me sentí tan horrible que, hoy en día, si alguien se me hace enfrente yo me siento como atacada. (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022).

En las demás participantes fue una violencia física que cada vez se iba incrementando en cuestiones de gravedad, llegando a ser eventos de los que se bloqueó el recuerdo de lo sucedido.

En el caso de Victoria, los actos violentos de su pareja llegaron a límites muy graves, uno de esos eventos consistió en golpearla repetidamente e intentar ahogarla con una almohada hasta que perdiera el conocimiento. Además, Victoria era retenida en la casa de su pareja, pues tenía que quedarse allí hasta que él decidiera dejarla ir, "en total fueron catorce hechos de violencia muy fuertes, son demasiados; los que yo viví eran muchos para el tiempo en que yo estaba." (Victoria, comunicación personal, 5 de noviembre, 2022).

Esta violencia entonces se manifiesta inicialmente con hechos aislados, a los que no se les suele dar importancia, pero una vez que comienza suele avanzar a instancias cada vez más graves, pasando a ser parte de lo cotidiano:

Yo nunca pude ser tóxica porque si yo fuera tóxica el man me pega, yo no podía hacer la mínima cosa porque el man ya me estaba pegando o estrujando o diciéndome que yo no podía o diciéndome cualquier cosa (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022).

De acuerdo con las participantes que sufrieron violencia física en repetidas ocasiones (Sofía & Victoria), estos actos iban aumentando gradualmente; después de que ellas soportaran un golpe inesperado, sus parejas ya no solamente las golpeaban una vez, sino varias veces y durante más

tiempo o ya no solo las golpeaban, también eran retenidas en algún lugar. Esta manera de ejecutar los actos violentos hizo que la violencia incrementara cada vez más.

7.4.3. Otros tipos de violencia

Al basarnos en la historia de Guadalupe principalmente, encontramos que una manera de violentar a una persona es invadir su intimidad. Guadalupe no logra identificar cuál fue el momento exacto en que su pareja logró tener acceso a sus cuentas personales de correo electrónico y redes sociales, pero al parecer gran parte de la relación su privacidad fue invadida, su pareja tenía acceso a fotos, conversaciones, hasta podía saber dónde se encontraba Guadalupe por medio de la ubicación del celular. Incluso, después de terminar la relación, seguía logrando tener acceso a cuanta información le permitía el hackeo que realizaba. Ahora bien, obtener esta información significaba mantener un poder en Guadalupe para buscar controlarla por medio de amenazas, insultarla por lo que se enteraba e incluso, buscar interrumpir las relaciones posteriores que ella intentó establecer, llegando así a hacer público muchos aspectos privados de la vida de Guadalupe.

Por otro lado, al centrarnos en la historia de Irene, encontramos un tipo de violencia que se ha denominado violencia vicaria, pues allí se resalta la manera en que su esposo buscaba hacerle daño a su hija (Guadalupe) con la finalidad de maltratar también a Irene, es como si lograra establecer la relación de que, si maltrataba a una de las dos y lograba hacerle daño o herirla de alguna manera, entonces la otra también se vería afectada.

En torno a lo sexual, también se encontró cierto patrón en el que lo afectivo y lo íntimo se restringen con el fin de castigar; las mujeres cuentan que en un momento de la relación sus parejas no querían estar con ellas sexualmente debido a diversas razones:

Para mí es una violencia que mi esposo no me voltee a ver en seis meses y que simplemente diga es que no tengo ganas, es que no me provoca. Yo he ido con mujeres a comprar juguetes porque en la casa... no. (Irene, comunicación personal, 25 de mayo, 2022)

“Él lo usaba para castigarme, entonces eróticamente yo nunca estaba con él, sexualmente yo nunca estaba con él, entonces él nunca quería, o nunca tenía ganas, o sino yo era muy lesbiana para él.” (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022).

«Él me decía a mí que me tenía asco: “es que yo le tengo asco porque usted no ha sido solo mía, usted ha estado con más personas y qué asco, yo no quiero estar con alguien así”, entonces nosotros ya sexualmente nunca estábamos.» (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022).

Finalmente, se resalta la violencia que perciben las mujeres que fueron a denunciar por parte de un sistema judicial que desde el lenguaje revictimiza e invalida lo que se cuenta, además de no lograr guiar eficazmente en el proceso:

Yo nunca tuve una sola asesoría para ir a hacer mi denuncia en la Fiscalía, cuando yo fui a hacer la denuncia en la Fiscalía yo ni siquiera sabía de qué hablar, porque a vos te pasa de todo y ellos están esperando específicamente que vos les contés unas cuantas cosas, vos qué vas a saber cuáles cuántas son las que ellos esperan escuchar, vos no lo sabés, uno nunca lo sabe, y ellos tampoco te lo quieren decir, ellos nunca te van a decir cómo hacer una denuncia eficaz, no existe nadie en Fiscalía que te haga eso. (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022)

7.5. Pérdidas y duelos

Debido a que estos conceptos son centrales en la investigación, antes de comenzar a evocar los resultados en pérdidas y duelos, es pertinente recordar brevemente lo que se entiende por tales conceptos: Rando (1995): define la pérdida como una experiencia central e inevitable de la existencia humana que se vive ante cualquier cambio. También, aporta que toda pérdida trae asociadas pérdidas secundarias, las cuales se movilizan como consecuencia de la primera. Además, la pérdida no es algo objetivo que todos los dolientes sufren pasivamente de la misma manera, más bien es un evento singular que se enmarca en un contexto social y que implica la creación de una nueva narrativa con la que el doliente atribuye sentido a la pérdida y reconstruye su historia personal (Neimeyer, 2007). En cuanto al duelo, “se basa en la creación de una nueva narrativa con la que el doliente atribuye sentido a la pérdida y reconstruye su historia.” (Díaz, 2019, p. 53).

Con base en lo anterior, en las relaciones de pareja violentas se vivencia una pérdida primaria, la cual se da en la ruptura de la relación perdiendo así al sujeto amado, que, si bien es

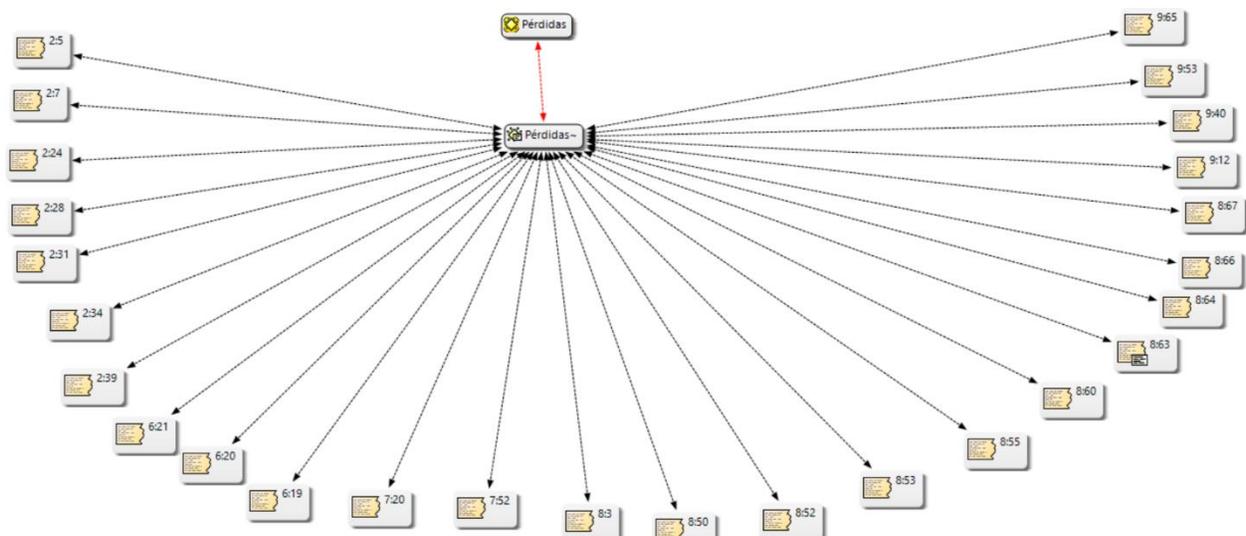
quien maltrata y el causante de mucho dolor, romper ese vínculo requiere una reestructuración de la realidad psíquica, por tanto, es una pérdida que conlleva un proceso de duelo. Ahora bien, esta investigación se enfoca en las pérdidas secundarias, las cuales se manifiestan como lo perdido a causa de la relación violenta, ya sea durante o después de esta.

Para el análisis de esta categoría, se tuvo en cuenta las pérdidas como una categoría grande (tal como se muestra en la **Figura 4**), de la cual fueron surgiendo subcategorías específicas. Por consiguiente, a partir de los relatos de las participantes de la investigación y del análisis realizado, se permite establecer las pérdidas en varias dimensiones: En la relación consigo misma y con el propio cuerpo, vínculos de soporte, ideales amorosos, capacidad de entablar nuevas relaciones, proyecto de vida y tiempo de la adolescencia.

Figura

Análisis: pérdidas y duelos

4



7.5.1. Relación consigo misma y con el propio cuerpo

Algunas de las mujeres entrevistadas, manifiestan múltiples pérdidas esenciales fruto de la relación vivida. Interesa para esta subcategoría la forma como nombran en sus lecturas la autopercepción en términos de identidad con su cultura, cualidades, autoimagen, autoeficacia y capacidades, valor, amor propio y corporalidad. Esto porque es allí donde la mayoría de ellas ubica algo perdido con la violencia que experimentaron.

En cuanto a la identidad con su cultura, se manifiesta una pérdida de lo que las caracteriza como personas y mujeres y de las costumbres que se han establecido a lo largo de la vida. Un caso particular es el de Sofía, quien es hija de un padre pakistaní y una madre colombiana, lo que generó en ella una mezcla de culturas con la cual creció. Durante la relación se presenta una pérdida en el disfrute de la gastronomía, que conlleva distanciarse de su cultura y de sus costumbres familiares, Sofía va construyendo un significado en torno a que algo que estaba mal, debido a la desaprobación de su pareja a la mayoría de las cosas que hacía, especialmente a su forma de cocinar.

Otro factor importante es que se encontraron pérdidas de cualidades esenciales en la personalidad de cada una de las mujeres, por ejemplo, se evidencia que algunas de ellas antes de la relación se consideraban fuertes, pero en la actualidad se perciben vulnerables, especialmente hacia las figuras masculinas, Victoria y Julieta coinciden en sentir una vulnerabilidad ante los hombres que perciben como si ellos fuesen superiores a las mujeres.

También se afecta la autoimagen, pues se presenta una pérdida en la sensualidad y el erotismo, haciendo que esa imagen femenina que proyectaban antes de la relación se fragmente, lo cual, puede generar inseguridad.

Además, hay una pérdida en la percepción de la autoeficacia, la cual se hace notoria en un sentimiento de incapacidad e incluso, de no reconocer las propias capacidades: "yo llegué al punto literalmente de no ser capaz de cepillarme los dientes, de no ser capaz de cocinar, de no ser capaz de tomar cualquier decisión, yo no sabía si pedir el ascensor o no" (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022). Se observa entonces, que para estas mujeres es muy complicado reconocer sus propias capacidades dentro de la relación, lo cual se relaciona con la falta de reconocimiento de sus parejas, ya que cuando el sujeto amado invalida las capacidades que se tienen, entonces se pierde ese reconocimiento del otro y repercute en el reconocimiento propio.

La pérdida del valor propio se muestra como un quiebre al reconocimiento de sí mismo como una persona valiosa, Victoria lo ejemplifica cuando cuenta que perdió su valor como mujer y como persona: "es como esa sensación de que en realidad no vales nada, de que no eres nada, que si en realidad tú te vas y te mueres el mundo no está perdiendo a nadie" (Victoria, comunicación personal, 5 de noviembre, 2022).

En cuanto al cuerpo se manifiesta en una pérdida de peso, además de perder la fuerza vital, entendida como esa vitalidad inherente a los seres vivos. Estas pérdidas se ejemplifican en Sofía e Irene, una de ellas cuenta: "yo duré quince días en depresión, en depresión crónica en donde yo

quince días solo tomé caldo de pollo, yo bajé siete kilos, yo estaba pesando 38 kilos cuando mi peso normal son mínimo 45 kilos.” (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022). Irene también atraviesa algo similar perdiendo peso y fuerza vital, pero posterior a la ruptura de la relación, comienza el proceso de divorcio, logra elaborar un duelo y recupera esto que perdió, cuenta que incluso, socialmente es reconocido:

No saben lo que uno siente cuando uno se encuentra con amistades de hace dos, tres años que no te ven y te dicen “parece que te hubieras quitado diez años de encima”, “ya no tenés esa mirada triste”, “estás tan distinta, tan rejuvenecida, super diferente” (Irene, comunicación personal, 25 de mayo, 2022).

7.5.2. Vínculos de soporte

Durante las relaciones se evidencia una tendencia a aislarse de personas cercanas debido al control que ejercen las parejas a todo lo que sea externo a la relación como tal, controlando así las personas con quien se relacionan, el tiempo que emplean y los lugares que frecuentan en ausencia de ellos; Guadalupe y Victoria, cuentan:

Me vi sin apoyo, porque yo era de la universidad a la casa, de la casa a la universidad, yo nunca salía y cuando yo salía era tan controlado mi tiempo que yo nunca disfrutaba, siempre tenía que estar pegada del celular por si Brandon me escribía, entonces yo no salía, no tenía amigos (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022).

Normalmente cuando uno inicia estas relaciones, las personas como Mateo empiezan a alejarte de la red de apoyo sin que tú te des cuenta, el poquito tiempo libre que yo tenía era para él, yo descuidé por completo a mi familia (Victoria, comunicación personal, 5 de noviembre, 2022).

7.5.3. Ideal amoroso: creencias en torno al amor

Existen muchos ideales que las personas construyen en torno al amor y las relaciones amorosas, por ejemplo, se suele soñar con tener un amor como en las películas, especialmente como se muestra en Disney, ese amor recíproco con quien te vas a casar y junto a quien vas a envejecer, una compañía para toda la vida (Irene y Sofía); después de las relaciones violentas se suele presentar una pérdida de lo bueno que se creía que podía ser el amor: "es super duro perder la inocencia de que no todos los seres humanos son buenos y no todas las personas con las que tú te comportes bien van a ser buenas personas" (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022). En el caso de Irene, ella pierde ese ideal de que un matrimonio es para envejecer juntos y de que todo se realiza entre dos, especialmente la parte económica, ya que este es uno de los principales miedos para Irene; sin embargo, logra enfrentarlo y se da cuenta de que sola puede suplir sus necesidades y las de su hija, incluso llegando a tener comodidades. Se pierden entonces los ideales del amor y, además, la confianza en que los demás quieren actuar de buena manera y que en la actualidad se ve reflejada en una prevención hacia todas las personas que se acercan, especialmente con fines amorosos.

7.5.4. Confianza de la posibilidad y capacidad de tener otra pareja

Al perder el ideal del amor, es probable que se pierda también la confianza en los demás y, por tanto, se pierde la capacidad de tener otra pareja; esto se evidencia en que todas las participantes tuvieron dificultades para abrirse a establecer nuevas relaciones amorosas, por ejemplo, en el caso de Victoria, aún después de meses de terminar su relación, establecer nuevos vínculos de amor no está en sus planes. No obstante, Guadalupe logró establecer una relación estable, al respecto cuenta:

Al inicio fue muy difícil para nosotros porque no estaba acostumbrada a lo que estaba viviendo, al respeto, a que cuando había un problema Miguel (pareja actual) me decía hablemos, no nos acostemos enojados, y yo ya quería subir la voz, yo ya sentía esa misma pelea que había tenido antes. (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022)

Posteriormente a la relación se vive entonces, una dificultad e incluso desinterés para establecer nuevos vínculos y, después de establecerlos, se suelen presentar diversas secuelas que pueden llegar a sabotear las relaciones posteriores.

7.5.5. Proyecto de vida

Estas pérdidas se reflejan en que mientras las mujeres están en la relación se ven interrumpidas sus metas y compromisos, lo que les causa afectaciones en el estudio o trabajo, un caso particular es el de Victoria, quien relata la excelencia académica que había sostenido desde el colegio y que durante esta relación no logró mantener, perdiendo así siete materias en la universidad, lo cual tuvo grandes implicaciones en su vida porque para lograr costear un semestre, Victoria debía trabajar y ahorrar durante mucho tiempo. Por otro lado, en Sofía se evidencia al apoyar a su pareja en una oportunidad laboral que implicaba mudarse a otra ciudad, lo cual trajo consigo dejar en pausa los proyectos laborales que tenía en curso, además, en la nueva ciudad no pudo encontrar empleo en su profesión, esto conllevó a que el único trabajo que Sofía consiguiera fuese como empleada de su pareja, lo que, al fin y al cabo, generó una relación empleador-empleada que ocasionó más violencia.

7.5.6. Tiempo de la adolescencia

Se encontró que una de las participantes nombra como su principal pérdida, el tiempo de su adolescencia. Su relación inició a los catorce años y terminó cuando ya era una adulta joven y madre, lo que implica que mientras fue adolescente estuvo en una relación violenta. La adolescencia se caracteriza por ser la etapa de la vida donde forjamos nuestra identidad, en la que se está permitido cometer errores y disfrutar de la libertad de no tener compromisos de adulto. Como toda etapa de la vida, solo se puede vivir una vez y Guadalupe la vivió con una pareja que, ya siendo adulto, no le tenía permitido salir sin su compañía, ni vestirse como ella quería, un hombre que básicamente, no le permitió ser adolescente. Lo anterior hace de la pérdida del tiempo de la adolescencia, algo que no se puede recuperar:

Perdí toda mi adolescencia, perdí toda mi oportunidad de equivocarme porque no me lo permitieron, perdí mi oportunidad de disfrutar mi colegio, perdí amigos, perdí oportunidades de explorar, de ser como libre, yo perdí toda esa libertad, pero bueno, ahora la tengo, no tengo la libertad que iba a tener siendo adolescente pues porque ya nunca la voy a tener, ya digamos soy una adulta, tengo responsabilidades (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022).

7.5.7. Proceso de duelo

Respecto a la elaboración del duelo por violencia de pareja, se encontró que la pérdida primaria es en torno al sujeto amado, pero, como se describió anteriormente, las mujeres vivencian unas pérdidas secundarias durante y después de la relación. Las participantes se encuentran en diferentes momentos de su elaboración del duelo, lo que se evidencia en la forma y contenido de sus relatos. Es importante resaltar que el tiempo y el proceso psicológico y en ocasiones psiquiátrico, son factores que influyen positivamente en este proceso de elaboración del duelo.

Irene y Guadalupe se encuentran en un proceso activo de elaboración, en el que muestran una reconstrucción de su historia personal sin lo perdido, al respecto una de ellas cuenta: “Estoy haciendo el trabajo, estoy bien, continúo bien, puedo sentarme con él y no ponerme a llorar ni odiarlo” (Irene, comunicación personal, 25 de mayo, 2022). Se resalta que Irene es la mayor de las participantes y que al igual que Guadalupe, al momento de realizar la entrevista, la ruptura de la relación no era un evento reciente, lo que supone mayor tiempo para elaborar la pérdida a comparación de las demás participantes. Además, ambas destacan la ayuda psicológica que recibieron por parte de sus psicólogas, ya que llevaron un proceso enriquecedor y lograron aportar a la elaboración de sus pérdidas.

La ruptura de la relación de Victoria estuvo muy reciente al momento de la entrevista, pues apenas habían pasado cuatro meses desde que terminó su relación, sin embargo, se evidencia en ella avances significativos que dan cuenta de que ha iniciado un proceso de duelo, pues ya aceptó la pérdida y se encuentra trabajando en sus emociones y en el dolor causado, esto en conjunto con psicología y psiquiatría; al respecto de su proceso, narra:

Ya lo cuento de una forma más tranquila, todavía me río... me sentí bien, es complejo volver a los hechos porque cuando uno cuenta vuelve a ese momento, pero ya no se siente como antes, no sé si se debe a la medicación, a las terapias, pero ya no se siente tan duro, así suene muy cliché, el tiempo si va mejorando lo que uno siente, el dolor va disminuyendo y uno tampoco puede quedarse viviendo en el dolor. (Victoria, comunicación personal, 5 de noviembre, 2022).

En cuanto a Sofía y Julieta, a pesar de que las rupturas de sus relaciones no fueron recientes al momento de la entrevista, el proceso de duelo ha tenido muchas dificultades, pues se evidencia que narrativamente aún hay un quiebre de su mundo psíquico y de su historia personal. Respecto al proceso psicológico, Julieta no lo ha iniciado y Sofía no ha encontrado un profesional de la psicología con quien se sienta cómoda para llevar a cabo un proceso psicoterapéutico, lo que la ha llevado a percibir que la psicología puede ayudarle únicamente de forma teórica, por lo que ha buscado empíricamente cómo enfrentar su pérdida.

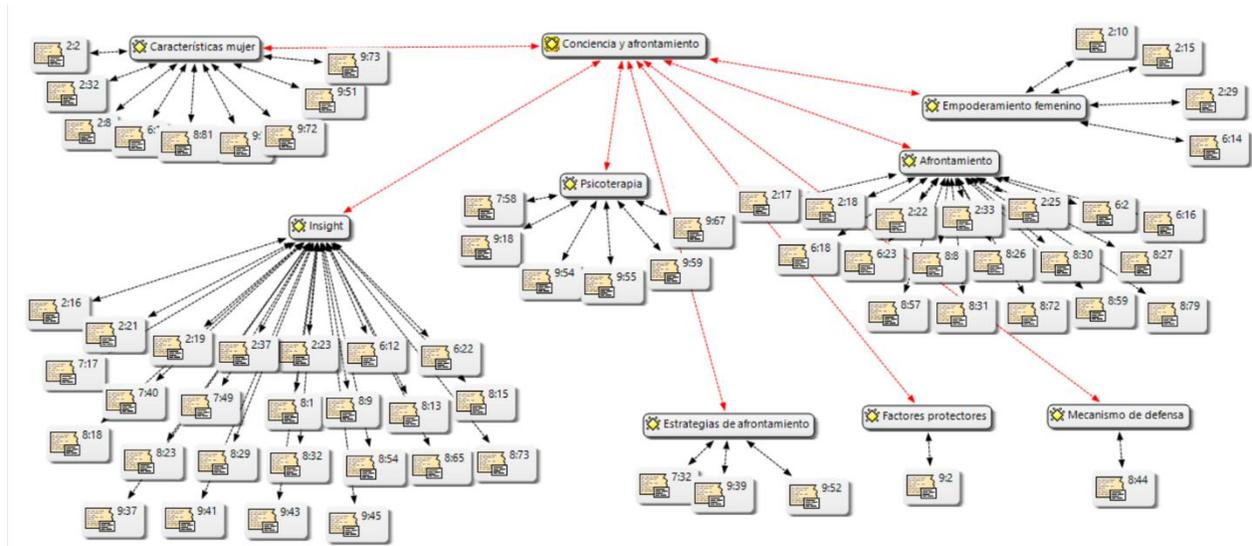
7.6. Conciencia y afrontamiento

El análisis de esta categoría se realizó a partir de la creación de varios subtemas, tal como se muestra en la **Figura 5**, este apartado cuenta con 67 citas, a continuación, se expone su análisis.

La conciencia y el afrontamiento de las mujeres en sus historias es un proceso que se va construyendo gradualmente, que parte desde características específicas y esencialmente personales de la mujer y va hasta la salida de la relación violenta, pasando por factores tanto internos como externos en el sentido más contextual. Esta categoría explora las características de las mujeres entrevistadas, sus formas de afrontamiento, factores protectores, los procesos de insight y de psicoterapia, afrontamiento y empoderamiento femenino.

Figura*Análisis: conciencia y afrontamiento*

5

**7.6.1. Características de las mujeres y factores contextuales que favorecen el cambio**

Cada una de las mujeres entrevistadas tiene una historia singular debido a sus trayectorias de vida y experiencias; también tienen gustos particulares y se desempeñan en diversos ámbitos profesionales que van desde el arte hasta la academia, pasando por áreas sociales y humanísticas. Sin embargo, es importante destacar que uno en el que las mujeres confluyen es la recursividad, aspecto del cuál se despliegan otros como: retornar a actividades de disfrute personal que estaban vetadas en la relación, ayudarse a sí mismas a sobrellevar el maltrato y la posterior ruptura. Este último elemento les permite a las mujeres ver en retrospectiva las capacidades que se tenían, las que se mantuvieron y las que se fueron formando y retomando.

Irene, por ejemplo, dice al respecto “Yo soy una mujer muy recursiva, entonces busqué en qué ocuparme, me fui, hice amistades, trabajaba a ratos, me mantenía muy ocupada para que el tiempo se me pasara muy rápido” (Irene, comunicación personal, 25 de mayo, 2022). Lo que se logra identificar con relación a la ocupación del tiempo y la recursividad, es que son actividades que, si bien hacen parte del proyecto de vida de cada mujer, también cumplen funciones de llenar el tiempo muerto y, en ocasiones, de alejarse del contexto violento.

Otro elemento que aquí se devela es el conocimiento que tienen sobre sí mismas en niveles más complejos y cómo esto les ayuda a encontrar maneras de afrontar, de este aspecto habla Victoria diciendo “yo tengo algo y es que siempre he querido ser la salvadora de todo el mundo y es un patrón que he venido repitiendo desde que estoy muy pequeña con amigos, pareja, familia, en todo.” (Victoria, comunicación personal, 5 de noviembre, 2022).

Adicionalmente, las descripciones que las participantes hacen de sí mismas pueden variar en el tiempo, dependiendo del momento de la historia que están narrando; esto indica que, así como la narrativa de sus historias de vida, ellas no son estáticas.

Ahora bien, así como se pueden reconocer características propias de su forma de ser, se identifican y se hacen conscientes de estrategias que desarrollan para defenderse toda vez que aparecen situaciones amenazantes. Esto se ve reflejado en Sofía, quien textualmente habla de represión y disociación para explicar cómo su cuerpo y mente reaccionaron para ayudarle a sobrevivir durante la vivencia de violencia y, posteriormente, salir de allí.

La gente me lo contaba y me decía “Sofi es que a mí me tocó recogerte una vez en la playa porque el man te había cascado y te dejó en la playa tirada” ahí, caída, y yo no me acordaba de eso, entonces cuando yo empecé con mi psicóloga, mi psicoanalista, todo, ellos me comenzaron a hacer comprender que el cerebro mismo bloquea ciertos pensamientos para que él no entre en una depresión demasiado fuerte. (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022)

De la mano del fragmento anterior, también aparece en ella la racionalización, pues reiterativamente alude a conceptos psicológicos específicos y a la comprensión de sus vivencias desde un punto de vista académico, eludiendo en repetidas ocasiones narrar su historia desde sus propias palabras y emocionalidad.

7.6.2. Factores protectores

Algunas de las características anteriormente descritas dejan ver indicios de factores protectores que ayudaron a algunas de las participantes a sobrellevar la relación. También, estos factores protectores aparecen de manera externa, es decir, en otras personas y en el entorno, y en

otras ocasiones aparecen como una construcción personal de la mujer. No obstante, no se puede decir que en todas las participantes se identificaron factores protectores en el entorno y en los otros. Guadalupe es un buen ejemplo de cómo durante la relación y estando a punto de salir de ella no había en lo externo algo que la protegiera y, en consecuencia, fue ella quien tuvo que empezar a ser su propia protección para empezar a salir de la relación. Ella expresa:

Mi única amiga, la única persona con la que yo hablaba, de verdad era la única aparte de Brandon, yo le decía: “yo ya quiero salir de ahí, ya no quiero estar más con él”, o cuando yo le terminaba le decía: “ayúdeme a ser fuerte por favor”, ella me decía: “¿para qué si usted va a volver con él?”, entonces a mí se me bajaba horrible la moral, se me bajaba demasiado, entonces yo ahí no tuve ningún apoyo, mi apoyo fui yo. (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022)

Ahora bien, Victoria es ejemplo de cómo los factores protectores aparecen en terceros, pues su camino en la academia y futuramente en la docencia como lo manifiesta, se vio orientado por un docente en la adolescencia; también encontró una defensa para sí al iniciar el proceso judicial contra su pareja. Irene es ejemplo de cómo aparecen factores protectores en el medio, pues cuenta cómo una ONG le proporcionó ayuda psicológica y económica mientras estaba en la relación.

Estos factores protectores, especialmente aquellos que aparecen como redes de apoyo externas, siembran en las mujeres la motivación para poder salir de la relación de pareja violenta, pues como bien lo expresa el título de este apartado, hay factores que les suministran protección.

7.6.3. Insight

El insight desde la psicología se concibe como la capacidad de una persona para hacer conciencia sobre una situación, y comúnmente este proceso es nombrado por las mismas personas como darse cuenta de algo. Este es uno de los aspectos claves en este apartado de conciencia y afrontamiento, pues da cuenta de aquellos puntos de introspección y reflexión que tuvo cada una de las participantes sobre la relación de pareja; estos momentos muestran entonces el cambio de percepción sobre los vínculos y lo que a partir de allí se genera.

Uno de los insights más recurrentes es el de descubrir y aceptar que el rol que se estaba asumiendo dentro de la relación no era el de una pareja, eran otros. En el caso de Irene, se dio cuenta que estaba asumiendo un rol de madre con su pareja (reconocer este aspecto fue también impulsado por el proceso terapéutico del cual hablaremos más adelante). Irene cuenta:

Yo no puedo estar con un niño que siente que tiene quince, que yo lo tengo que cuidar de las drogas, del alcohol, de dónde está, de los amigos, que llegó atracado, que no amaneció, no sabe para dónde va, qué quiere, que su economía la basa en las fiestas, en las rumbitas (...) (Irene, comunicación personal, 25 de mayo, 2022).

La extrañeza de haberse dado cuenta de que estaba asumiendo un rol distinto le ayuda a iniciar el proceso de desapego, que en sí mismo representa una renuncia y empezar a asumir una pérdida.

También a partir de un evento único de violencia física aparecen reacciones que para la misma mujer eran desconocidas. Es el caso de Julieta, una mujer que gracias a su amplio conocimiento de sí misma toma conciencia sobre las reacciones y los efectos que la propia narración genera en ella misma. Cabe resaltar además que el reconocimiento de estas nuevas reacciones y la reflexión sobre las mismas se da en un periodo de tiempo significativamente más corto. En relación con lo anterior, ser consciente de los efectos que la vivencia de violencia tiene sobre sí misma le permite a la mujer conocer y anticipar sus reacciones emocionales como Julieta bien lo expresa “si lo hablaba me ponía a llorar, era algo que esperaba” (Julieta, comunicación personal, 14 de mayo, 2022).

El reconocimiento de los roles, reacciones emocionales, patrones dentro de la relación y la desidealización son elementos que generan en las mujeres la preparación de toma de decisiones, de las cuales la que aparece con más fuerza es la de terminar la relación. Además, hay elementos externos que también influyen en la elaboración del insight y que en consecuencia refuerzan la toma de la decisión de terminar la relación, un ejemplo de ello lo da Guadalupe diciendo “yo vi a esa otra persona y yo dije, yo quiero estar en una relación así, yo tengo 18 años y yo no quiero estar más con esta otra persona” (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022). Así, con estas elaboraciones personales que se van internalizando, emergen ideas más claras sobre lo que quieren y lo que no, en otras palabras, sobre los límites. Aunado a esto, empiezan a evitar la toma de decisiones por impulsividad, pues una vez hecho el insight aprenden a reconocer sus capacidades

y limitaciones, mismas que dentro de la relación de pareja las refieren como factores mantenedores de la misma; por ejemplo, la capacidad de soportar.

Además del ideal de pareja que se identifica en los relatos de las participantes (y del cual se habla más a profundidad en el apartado de pérdidas), las mujeres también descubren que hay un espectro de comportamientos en las personas que constituyen una personalidad normal, entendiendo lo normal como la cercanía a la expectativa de la cultura, y que cuando una persona se aleja de esos comportamientos esperados puede estar frente a un sujeto con un trastorno de personalidad. Además, descubren que la expresión de estos patrones propios de un trastorno de personalidad se da de una manera diferente a los ideales de la ficción. El ejemplo más representativo de este hallazgo y que mejor explica lo anterior está en el relato de Sofía cuando, con ayuda de su psicóloga, logra identificar rasgos de la personalidad de su pareja, a esta nueva comprensión de rasgos lo nombra como “psicópata”; desde aquí Sofía relata un fragmento de conversación con su psicóloga:

¿Cómo los psicópatas de televisión que matan? y me dice “sí, pero este psicópata no mata, este psicópata hace este tipo de daño”, creo que ahí es cuando mi mundo se parte en dos, como que tú entiendes que estuviste bajo las manos de una persona que es muy mala (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022).

Cuando se asimila este hallazgo, se da cuenta de que puede, incluso, describir detalladamente el modus operandi de su pareja dentro de la relación, que tanto el ideal de la pareja como de la personalidad anteriormente mencionada se sostiene por dichos populares en la misma sociedad.

La infancia y en general su historia personal es también un elemento clave que les permite a las mujeres entender qué buscan en una pareja y el porqué. Sofía también nos da claridad sobre este asunto narrando lo siguiente:

Yo tuve un papá pakistaní con una mamá colombiana, un papá pakistaní que se paniqueó el día que yo empecé a estar en mi preadolescencia, un padre que fue semi-ausente, pero presente y, al mismo tiempo, era una persona demasiado contundente y era demasiado autoritario, entonces claramente siempre estás en busca de eso, de una persona ausente pero

autoritaria pero que dé una evaluación, una aprobación de que tú estás bien, que tú haces las cosas bien (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022).

Por último, la violencia física y sus efectos sobre el cuerpo hacen que las alertas sean más evidentes y, por ende, precipitaron otros insights:

Al otro día cuando pude salir de allá, el golpe en la cara no era tan visible, eso se fue poniendo cada vez peor, más hinchado y morado. Ese fue el momento en el que yo me miré al espejo y decidí hablar, decidí ponerle un alto a esa relación, decidí contarle a mi mamá y días después, me decidí a denunciar. (Victoria, comunicación personal, 5 de noviembre, 2022).

7.6.4. Psicoterapia

De las cinco mujeres entrevistadas, cuatro expresaron haber estado en proceso psicoterapéutico, algunos terminados, otros inconclusos. Cabe aclarar que los insights anteriormente expuestos les impulsaron en algunas ocasiones a iniciar el proceso terapéutico y, en otras, los insights se elaboraron en el curso de la terapia. A continuación, se nombrarán los aspectos más significativos que las participantes narraron en relación con esta subcategoría.

Según los relatos de las participantes, sus procesos psicoterapéuticos fueron principalmente enfocados en comprender el trauma vivido durante la relación. Para cumplir con dicho objetivo, se trabajaron en dichos procesos psicoterapéuticos tópicos como la comprensión de la personalidad de la pareja, la identificación de roles cumplidos dentro de la relación, reconocimiento de límites, toma de decisiones, comprensión de las propias emociones, patrones de comportamiento hacia los demás (patrones relacionales) y comprensión de los mecanismos de defensa gestados durante y después del trauma vivido. También, de la mano de todos estos abordajes terapéuticos, las mujeres empiezan a dar pistas sobre los movimientos del duelo según Worden (1997), a saber, enfrentar las emociones, readaptarse al mundo después de la pérdida y reubicar el vínculo para seguir viviendo. En los siguientes párrafos se ilustra con fragmentos de las entrevistas los elementos anteriormente mencionados.

Para ejemplificar cómo la psicoterapia se busca para comprender el trauma, citamos aquí un fragmento de la narración de Irene:

Se lo repetí mucho a su psicóloga, a su psiquiatra “¿qué pasó ahí?”. Resulta que él se alejó, en el secuestro para él no quebrarse más hizo de cuenta que no existíamos y lo dejó así, en su mente lo dejó así, que nosotras ya no estábamos. (Irene, comunicación personal, 25 de mayo, 2022).

También cuenta:

Con la psicóloga fui entendiendo muchas cosas, vi que yo estaba sola, totalmente. Por el contrario, ahí había una dependencia de él hacia mí por el cuidado y de mí hacía él porque era un hijo que necesitaba protección y que muchas veces lo protegía más que a mi propia hija. (Irene, comunicación personal, 25 de mayo, 2022).

Alrededor de este eje principal aparecen otros aspectos trabajados en la psicoterapia. Uno de ellos es el trabajo enfocado al reconocimiento de límites y toma de decisiones. Guadalupe cuenta al respecto lo siguiente:

Ella nunca me dijo termínele, ella siempre me dijo “tú vas a conocer tus límites, cuando pasen tus límites tú vas a tomar la decisión”, entonces al inicio yo hablaba con ella y yo le decía: “yo le quiero terminar”, y ella me decía: “¿y eso cómo te hace sentir?” y yo lloraba. (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022)

Con el anterior fragmento, podemos constatar que el abordaje emocional se da de manera transversal a la psicoterapia.

Por otro lado, como ya hemos referenciado en otras subcategorías, hay un trabajo referente a la identificación de patrones relacionales. A este aspecto alude de manera clara Victoria en su relato, pues responde a la pregunta acerca de qué piensa de la Victoria que quiere ayudar a todas las personas:

No. Ya eso lo estamos trabajando un montón porque eso no está bien, siempre anteponer a los demás no está bien, porque no pasaba solamente con mi novio, pasaba con amistades, familia, con todo el mundo. Es algo que estamos trabajando mucho en terapia, porque es algo que viene desde siempre, desde el trauma que me ha generado la parte paterna. (Victoria, comunicación personal, 5 de noviembre, 2022).

También, parte de los avances en la terapia se le atribuían al entendimiento de cómo operan los mecanismos de defensa que se gestan en la psique después de uno o varios eventos traumáticos. Para tener más precisión, nos referimos aquí al siguiente fragmento: “Él me pegó varias veces que yo no recuerdo, o sea, es que yo lo entendí desde la psicología, porque yo decía ¿cómo yo no me voy a acordar de eso?” (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022).

Lo que Sofía pone de manifiesto es, en términos psicológicos, la represión, que es un mecanismo de defensa que opera principalmente sobre la memoria.

7.6.5. Afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento son las respuestas que una persona muestra ante un evento estresante o traumático. Así pues, en los relatos se logran identificar estrategias como la búsqueda de estímulos externos, huida, búsqueda de ayuda tanto económica como profesional, reconstrucción de la narrativa de vida, gestión y validación de emociones propias, racionalización y utilización de recursos personales como las redes sociales.

La búsqueda de estímulos externos se manifiesta en el relato como salir de fiesta, tomar licor, fumar o simplemente estar afuera con el fin de estar con otras personas y no con la pareja maltratadora; así, esta búsqueda de estímulos externos va de la mano con la huida.

Paralelamente, otra estrategia que utilizan es la búsqueda de ayuda, concretamente en el ámbito judicial cuando deciden realizar la denuncia.

Aparece también, precipitada por algunas elaboraciones descritas en el apartado de insight, el debate de pensamiento, que en otras palabras es un monólogo interior con características dialógicas que permite comprender y condensar pensamientos y detalles de lo vivido movilizándolo así una intencionalidad.

Buscar actividades productivas es un recurso al que las mujeres también recurren para ocupar el tiempo a la par de la huida del contexto violento. En esta huida se resguardan en otros espacios en los que hay una concurrencia significativa de otras personas. También, estas acciones de búsqueda de actividades en las cuales ocupar el tiempo son el punto de partida para lo que, en el relato de Irene, se puede nombrar como un nuevo comienzo de la mano de la ayuda psicológica y económica de otras personas. Estos nuevos escenarios le brindan a la mujer tiempo para la introspección y fortalecer el desapego hacia su pareja. También, el tiempo de introspección aparece para que la mujer pueda nombrar su proceso como resiliencia, dando cuenta de todo el camino que ha recorrido.

Por otro lado, hay otros tipos de afrontamientos que tienen que ver más con el ámbito personal o interno, como la gestión y validación de las propias emociones. Julieta nos da un ejemplo de ello: “¿Que soy capaz de seguir con ello? sí, porque sé que tengo responsabilidades entonces no me puedo desbordar, probablemente cuando llegue más tarde a mi casa lloraré” (Julieta, comunicación personal, 14 de mayo, 2022). Aquí da cuenta del conocimiento que tiene sobre sus propias reacciones emocionales y cómo con la expresión de dicha emoción le da lugar a la validación. Sin embargo, hay afrontamientos que, si bien pueden ser de tipo emocional, pueden presentarse de la mano de la racionalización. Bien lo ilustra Sofía cuando a la pregunta de qué se entiende por relación tóxica, concepto que anteriormente ha traído a colación en la entrevista, responde: “solamente me he acercado a este tema desde la sensación de víctima o de tal vez necesitar ayuda y conceptualización de otras fuentes” (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022). Pero la racionalización también puede aparecer sola: “La cosa es que yo tuve que, sin quererlo, volverme profesional en mi propio tema, no porque yo quisiera sino porque nadie lo podía comprender” (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022).

7.6.6. Empoderamiento femenino

El empoderamiento es un concepto ampliamente utilizado en la contemporaneidad y por tal motivo vale la pena profundizar en él un poco. El empoderamiento como palabra contiene dentro de sí el término poder, de manera que cuando se alude al empoderamiento se está hablando de las relaciones de poder en la sociedad que son objeto de cuestionamientos para lograr una redistribución de ese poder (Murguialday, 2013). Es siempre un proceso de cambio que tiene que

ver con lo relacional y la agencia de elegir y conseguir metas propias; este poder de decisión es sobre aquello que afecta la vida. Así pues, el empoderamiento puede ser sobre sí misma y sobre otros. La primera forma es un empoderamiento más interno, pues es un proceso individual y subjetivo que requiere toma de conciencia sobre la propia situación y sus causas; en suma, este tipo de empoderamiento tiene que ver con el diario vivir de la mujer. Este empoderamiento también influye en la autoestima y la confianza en la propia valía de la mujer. Por otro lado, el empoderamiento sobre otros tiene que ver con las anteriormente mencionadas relaciones de poder, es decir, sobre cómo se tiene el poder de influir en otras personas para provocar cambios. Es un empoderamiento más externo, que si bien podría interpretarse como quitarle poder a otro en tanto se influye sobre él, también es tener la posibilidad de dotar a otros de poder creando así redes de apoyo (Murguialday, 2013). Todo lo anterior se pudo constatar en los relatos de las mujeres entrevistadas cuyos ejemplos se expondrán a continuación.

Los lazos construidos bien pueden ser efímeros o sostenidos en el tiempo y en pro de ayudar a salir a la mujer de la vivencia de violencia con sus parejas. Esta ayuda se da bidireccionalmente, es decir, no solo son mujeres externas las que ayudan a las entrevistadas, también las entrevistadas ayudan a otras mujeres, directa o indirectamente.

Una de las muestras de empoderamiento femenino más perceptible a simple vista es la intervención física como barrera para detener un acto de violencia. Este suceso ocurrió en el relato de Julieta, ella narra la intervención de otra mujer durante el evento violento así: “cuando me empezó a arrastrar por el piso la chica se metió, entonces ella era como que “no, soltala, cómo se te ocurre, cómo la vas a agarrar (...)” (Julieta, comunicación personal, 14 de mayo, 2022). Este fragmento expone que para la otra mujer no fue necesario conocer a Julieta para ofrecerle un lazo de ayuda.

El párrafo anterior habla de un suceso único, pero también hay sucesos en los que el ofrecimiento de ayuda es sostenido en el tiempo, durante años. Es el caso de Guadalupe e Irene, pues Guadalupe desde pequeña le insistía a su madre, Irene, para que dejara a su padre, pues ella le ayudaría a iniciar una nueva vida.

Cerrando con Irene, ella narra cómo trabajando en temas relacionados a la violencia contra las mujeres no era capaz de ver su propia situación, y luego, después de verla, empieza a ser ejemplo y a ejercer un rol activo para que otras mujeres puedan salir también de sus contextos de violencia de pareja. Es así como unas se ven en el reflejo de otras mujeres, y generan vínculos de sororidad.

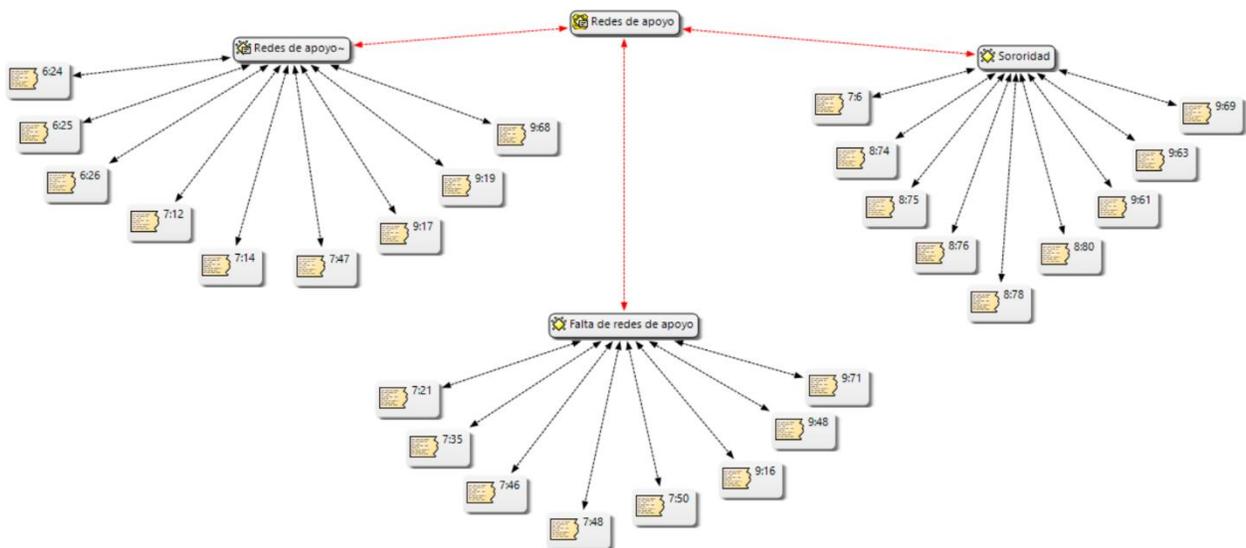
7.7. Redes de apoyo

El análisis de esta categoría se realizó con base en los efectos de una buena red de apoyo y en los efectos de la ausencia de esta, también, se tuvo en cuenta el surgimiento de la sororidad (ver **Figura 6**). Por lo tanto, en esta categoría se describe el efecto que tiene la red de apoyo en las participantes de la investigación, cuando esta red se tiene y se mantiene en el tiempo es un factor protector ante la relación violenta, en contraste, la ausencia de la red de apoyo aporta a la perduración de la relación de pareja, pues las relaciones violentas tendieron a apartar a las mujeres de sus amigos y familia.

De las participantes se resalta la red de apoyo de Julieta, esta pudo ser el factor protector y diferencial que le permitió establecer límites y que la violencia no se perpetuara, siendo la única participante de la investigación que logró ponerle fin a la relación en el momento en que previno actos violentos por parte de su pareja. Julieta cuenta con una red de apoyo familiar muy unida, al respecto cuenta: "tenemos la confianza de que si nos pasa algo podemos contar entre nosotras y por más grave que sea hablarlo entre nosotras y ver cómo se puede solucionar, sea el tinte que sea" (Julieta, comunicación personal, 14 de mayo, 2022), además de tener amigas en las que confía y quienes la han apoyado en momentos difíciles.

Figura
Análisis: redes de apoyo

6



En el resto de las participantes hubo una característica en la relación de pareja que consistió en alejarse de la red de apoyo. Familia y amigos podían estar disponibles, pero la relación se tiende a compenetrar a tal punto que solamente se comparte entre pareja, esto se genera porque eran controladas, ya que no podían salir con personas externas a la relación sin tener discusiones y peleas; en el caso de Sofía fue bastante complejo pues ella accedió a irse a vivir con su pareja a otra ciudad, lo que significó alejarse físicamente de familiares y amigos. También, para Victoria era muy complicado porque su pareja comenzó a manipularla intentando suicidarse para que ella no le terminara, por lo que ella optaba por no contarle a nadie:

Ya mi mente estaba tan mecanizada que, si yo me alejaba de él, él se iba a morir, entonces yo no hablaba, quizás si pude haberme acercado a mi mamá o a mi mejor amiga en ese momento, pero no lo hice (Victoria, comunicación personal, 5 de noviembre, 2022).

De esta manera, al no contar con un apoyo cercano al que se le pudiese contar lo que sucedía y que ayudara a alertar las situaciones violentas que ellas mismas no lograban ver, se contribuía a la perpetuación de la relación.

Además, el hecho de compartir solo con la pareja se vuelve muy problemático al momento de la ruptura, porque si la única persona con quien se tiene contacto es de quien se busca alejar, ¿cómo será ese proceso? Una de las participantes lo ejemplifica en un intento de terminar la relación:

La primera terminada fue en 2019, yo terminé con él y yo no sabía estar sola porque nunca había estado sola, empecé una relación a los catorce, nunca había estado sola y me había quedado sin amigos, él me había alejado de todo el mundo. (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022)

Además, continuando con el caso de Guadalupe, hubo un factor fundamental que aportó a que la relación se perpetuara en el tiempo y fue el hecho de que su pareja se comportaba de manera ejemplar frente a sus padres, lo que hizo que fuera aprobado e incluso que su madre llegara a considerarlo una persona esencial para el cuidado y bienestar de Guadalupe, por lo que le tenía prohibido salir sin la presencia de él, situación que complicó la decisión de terminar, pues

Guadalupe se alejaba de él, pero sus padres volvían a llevarlo a su casa o a invitarlo a salir juntos, invalidando así su decisión hasta que el maltrato se impuso ante la realidad de su madre, lo que generó que finalmente lograra apoyarla en la finalización de la relación.

La red de apoyo es fundamental para acompañar la decisión de terminar la relación y en el proceso posterior a la ruptura; cuando estas mujeres buscaron y recibieron apoyo de su familia y amigos, lograron terminar definitivamente la relación, iniciar y retomar procesos psicológicos e incluso tomar acciones legales.

Por otro lado, aparece en Sofía una red de apoyo particular, a saber, sus redes sociales. Es un recurso que usa también para afrontar la situación violenta, pero que en tanto red de apoyo es particular porque no está conformada por cercanos sino por una comunidad sostenida a través de los años por la interacción virtual que, a su vez, moviliza la sororidad y la educación. Sofía dice al respecto:

Yo intenté cambiar mi historia, pero yo la cambié desde el privilegio, porque cuento con una comunidad, desde mi Instagram, mis redes sociales, que me conocen hace muchos años, y eso fue lo que me dio el privilegio de yo poder hablar y que pudiera ponerlo a él en la situación en la que él se merecía y a mí en la situación que yo me merecía (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022).

Ahora bien, en las participantes se potencia la sororidad, la cual las impulsa a buscar que lo que vivieron no le vuelva a pasar a ninguna otra mujer y se apoyan en diversas estrategias para lograrlo: una de ellas hizo su caso público para que su abusador fuera reconocido socialmente como tal y a su vez, brindó una voz de apoyo a mujeres que también han sufrido de violencia de pareja o que incluso la viven en el momento actual. Las demás comparten un sentimiento de protección hacia las mujeres que las rodean, estando dispuestas a servir de guía siempre que alguna lo necesite y manteniendo un estado de alerta de lo que ven a su alrededor, para así ayudar a prevenir futuros casos de violencia.

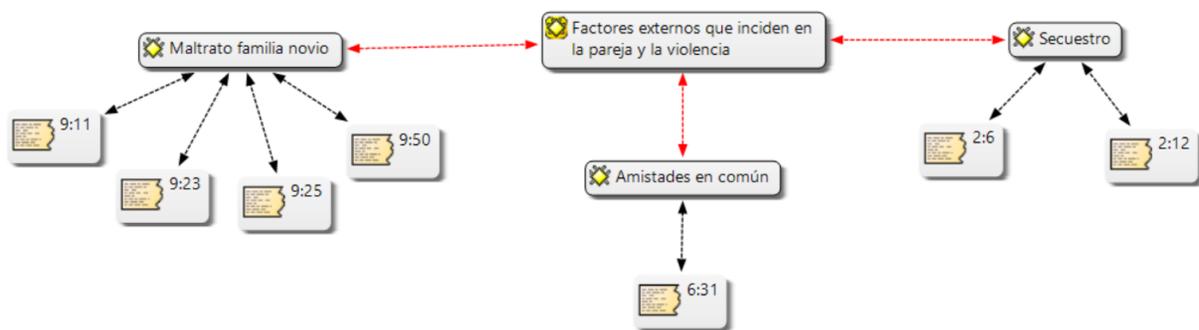
7.8. Factores externos que inciden en la pareja y en la violencia

Se encontró que en el caso de las participantes de la investigación hubo algunos factores que aportaron a que la violencia de pareja se perpetuara en el tiempo o incluso, a que iniciara. En la **Figura 7** se muestran dichos factores, para posteriormente explicarlos.

Figura

Análisis: factores externos que inciden en la pareja y en la violencia

7



El primero para tener en cuenta es al coincidir en un espacio social luego de haber finalizado la relación, ese fue el caso de Julieta, quien decidió asistir a una finca con sus amigos y allí se encontró a su exnovio, lo cual dio las situaciones contextuales que finalmente terminaron en un momento de violencia muy fuerte y significativo para su vida.

Por otro lado, la familia de la pareja puede llegar a influir en la perpetuación de la relación, incluso al ser cómplices de la violencia de pareja; así fue el caso de Victoria quien cuenta que la familia de Mateo buscaba responsabilizarla de los errores que él cometía, también, en una ocasión que terminaron la relación, la familia buscó a Victoria para que los ayudara con el bienestar de su hijo, aportando así a un reencuentro que terminó en volver a la relación, además, en ciertos momentos observaron y escucharon cómo Mateo la maltrataba física y verbalmente, pero nunca hicieron algo al respecto. De esta manera, la familia de la pareja puede ser un factor que aporte a que la relación se mantenga en el tiempo y por tanto, la violencia.

Finalmente, un factor que influyó en la relación de Irene fue el secuestro de su esposo, este hecho relacionado con el contexto violento que se vive en Colombia marcó su relación con un antes y un después, fue un evento traumático del que su esposo no logró recuperarse y que detonó la

violencia de pareja e intrafamiliar (hacia su hija Guadalupe), teniendo como resultado que la relación amorosa nunca volviera a ser como antes, lo que los llevó a la ruptura.

7.9. Lo que se resiste a la superación: los restos de la violencia de pareja, secuelas psicológicas y aprendizajes.

Esta categoría se inició explorando por las consecuencias que deja una relación violenta (ver **Figura 8**), pero al realizar el análisis, decide nombrarse como se ha mencionado en el subtítulo; esto es debido a que se quiere realizar un énfasis en aquellas secuelas psicológicas que conllevan una relación de este tipo.

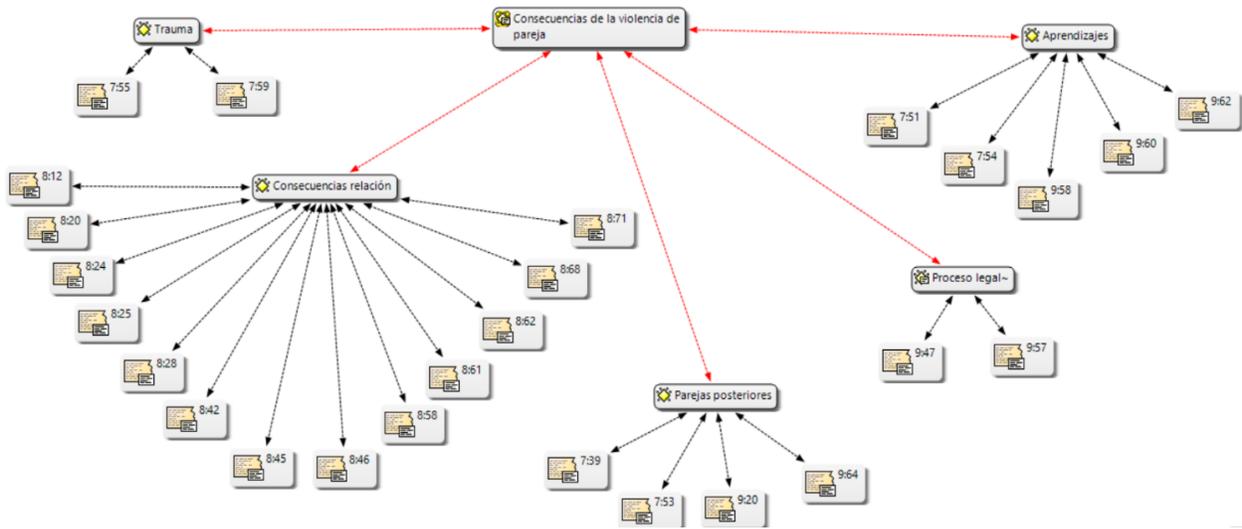
Después de terminar una relación de pareja que fue violenta hay unas consecuencias que van desde afectaciones personales y de salud mental, hasta procesos legales y aprendizajes. También algunos de los hallazgos en esta categoría indican que empiezan a mostrarse movimientos en la lógica del duelo, esto es, acciones que van dando pistas sobre empezar a vivir una vida diferente, ahora sin el ser alguna vez amado. No sobra mencionar que estos movimientos son también precipitados por procesos de empoderamiento y de pérdidas, categorías trabajadas en los apartados anteriores.

En cuanto a las afectaciones personales, encontramos que una de las participantes vivió un episodio violento en su relación que le generó un impacto emocional, en el cual mientras tenían una discusión, su pareja se puso en frente y con su cuerpo no le permitía salir, tiempo después le seguía generando malestar con su pareja actual, pues al respecto cuenta: "Cuando él se me ponía al frente yo me sentía demasiado desprotegida y atacada, entonces yo misma recurrí a empujar" (Guadalupe, comunicación personal, 25 de mayo, 2022).

Además, se encontró que algunas participantes comenzaron a presentar síntomas de trastorno de estrés postraumático (TEPT), entre ellos se resalta que comenzó a surgir una precaución excesiva al relacionarse con los demás, especialmente con hombres por temor a que las volvieran a maltratar, incluso se nombró como una incapacidad para abrirse a nuevas relaciones. Además, el hecho de saber que se comparte ciudad con una expareja violenta trajo consigo ataques de pánico para una de las participantes, causando que no lograra salir de su casa a trabajar, también relata: "Yo la verdad en muchos momentos de mi vida yo no sabía qué hacer, yo duré quince días en depresión, en depresión crónica en donde yo quince días solo tomé caldo de pollo, yo bajé siete

kilos" (Sofía, comunicación personal, 13 de octubre, 2022). De esta manera, dos de las participantes manifestaron ideación suicida y una de ellas llevó a cabo un intento de suicidio. Se evidencia entonces, que la violencia de pareja puede traer consigo consecuencias graves en términos de salud mental.

Figura 8
Análisis: lo que se resiste a la superación: los restos de la violencia de pareja, secuelas psicológicas y aprendizajes.



Respecto a los procesos legales que iniciaron las participantes, se encontró que perciben el sistema judicial como revictimizante e ineficaz, pues los casos de violencia desbordan el sistema en capacidad de tiempo y talento humano, esto da como resultado la frustración por parte de quien denuncia. Además, en la fiscalía se les comentó que la investigación podría tardar hasta cuatro años, tiempo en el que supone ya debió haber reparación. Ellas comentan que simplemente han dejado el proceso legal en manos de los abogados, ya que sienten que aferrarse a un proceso tan lento y complejo es entorpecer los procesos personales que les permiten continuar con su vida, como sucedió con los casos de Sofía y Victoria.

En torno a los aprendizajes que las participantes relatan que lograron extraer de lo vivido, se encontró que hay un incremento en el conocimiento propio enfocado en el manejo de emociones y, también, en el tipo de personas con las que se quiere rodear, además de un establecimiento de límites más claro y una capacidad para ponerle fin a las situaciones que generen malestar, dejando a un lado el hecho de considerar que aguantar es amar. Esperan también que las próximas parejas

no solo no las maltraten, sino que prime el bienestar de ambos, logrando vencer la idea de algunas de las participantes de que su posición es la de salvar a quien lo necesite, estableciendo un lugar para amar sin sacrificios y poniéndose a sí mismas en primer lugar. De esta manera, los aprendizajes se convierten en factores protectores para próximas situaciones adversas y, también, para ayudar a mujeres que necesiten apoyarse de las experiencias que estas mujeres vivieron.

8. Discusión

En este ejercicio de investigación, luego de contrastar los objetivos con los resultados, encontramos tres ejes principales de discusión. El primero, la identificación de las diferentes pérdidas vividas en los relatos de las mujeres entrevistadas y si estas pérdidas hablan de la elaboración de un duelo. El segundo, la relación que hay entre la duración de cada relación, el tiempo que ha transcurrido entre la ruptura y el momento de la entrevista, y cómo estos son factores que inciden en la posibilidad de elaborar duelo. Para este segundo eje es importante también ver si este nexo entre tiempos y duelo cambia cualitativamente su elaboración. Y el tercer eje tratará sobre la consciencia y afrontamiento, es decir, sobre los procesos y recursos con que las mujeres cuentan y cómo ello es una herramienta para salir de la relación y reconstruir la narrativa de vida.

En el presente estudio se analizó la vivencia de pérdidas significativas y duelos a través de los relatos de cinco mujeres víctimas de violencia de pareja, a partir del análisis de la información encontrada, las pérdidas vivenciadas se pueden establecer en varias dimensiones: en la relación consigo misma y con el propio cuerpo, vínculos de soporte, ideales amorosos, capacidad de entablar nuevas relaciones, proyecto de vida y tiempo de la adolescencia. Sin embargo, es importante resaltar que no todas estas pérdidas requieren la elaboración de un duelo, pues algunas de ellas no se percibieron como significativas y, también, otras fueron, si puede decirse, temporales pues hubo cierta recuperación en la medida en que estas mujeres se empoderaban de su proceso personal.

Así, frente a varias de las pérdidas, las mujeres hicieron elaboraciones para restablecer, construir o resignificar algo de eso perdido. A medida que el proceso personal avanza, las entrevistadas ganaron espacio en cuanto a las pérdidas que se relacionan consigo mismas: la identidad con su cultura, cualidades, autoimagen, autoeficacia y capacidades, valor y amor propio, y afectaciones en la corporalidad, pues al cortar vínculos con el maltratador, deja de estar presente aquel que constantemente amenaza el desarrollo y las manifestaciones de la personalidad, lo que permite que en conjunto con un proceso personal de autoconocimiento y empoderamiento, haya cierta reelaboración frente lo perdido y la sensación de que algo retorna. En concordancia con Aiquipa y Canción (2020), quienes plantean que si bien el proceso de terminar una relación de pareja implica la movilización de una serie de esfuerzos que generan agotamiento en las participantes, las consecuencias derivadas de tal decisión son percibidas por las mismas como

liberadoras y gratificantes, pues recuperan su valoración personal, autoeficacia, su propia identidad, libertad para realizar sus actividades y la toma de sus propias decisiones.

En esta misma línea puede identificarse que, luego del proceso realizado, algo que se recuperó fueron los vínculos de soporte, pues durante la relación, las parejas tendían a aislar a estas mujeres de sus seres queridos, lo que conlleva a que se debiliten estos vínculos y facilita la permanencia en la relación. Estudios anteriores han demostrado que negar la violencia suele reportarse como una de las primeras respuestas que busca encubrir al agresor, para que familiares y amigos no interfieran al respecto, esto principalmente por el miedo a la posible ruptura (Aiquipa, 2015); en las participantes se confirmó esta negación y, además, el ocultamiento de lo negativo de la relación, pues reconocen que lo que pasa en la relación está mal, entonces prefieren no contarlo. Se corrobora también que se oculta esta violencia por temor a que las personas externas interfieran y hagan que la relación termine, se trata de no contar para no terminar y así no enfrentarse a las consecuencias que implican la ruptura.

A pesar de esto, ellas logran reactivar sus redes de apoyo y esto las impulsa a activar redes institucionales y medios legales para posteriormente terminar su relación. De esta manera, concuerda con lo planteado por Aiquipa y Canción (2020), donde el apoyo social, entendido como la disponibilidad de asistencia instrumental y emocional a través de familiares, amistades, conocidos e instituciones posiblemente influye en el bienestar psicológico de las mujeres víctimas de maltrato y facilita terminar una relación violenta.

También, después de finalizar una relación violenta se pierde la confianza de establecer nuevas relaciones, pues todas las participantes después de terminar la relación sentían miedo, vulnerabilidad y desconfianza de involucrarse afectivamente con una nueva persona. En el caso de las participantes que habían finalizado la relación violenta hacía más de seis meses, algunas habían recuperado la disposición de relacionarse con nuevas personas, incluso, teniendo nuevas parejas estables, pero, las participantes que enfrentaban una ruptura reciente sentían no querer volver a establecer relaciones amorosas hasta después de mucho tiempo.

Ahora bien, se manifiesta en general una pérdida de la confianza en la propia fortaleza que se refleja como un sentimiento de vulnerabilidad, especialmente ante las figuras masculinas. Esta pérdida fue vista en las entrevistadas como algo que podía restablecerse en la medida en que realizaban los procesos, especialmente aquellas que tenían más tiempo de haber vivido la ruptura con su pareja.

Dentro de este estudio, hubo pérdidas que sí requirieron un proceso de elaboración de duelo, aquellas que se percibieron como significativas y donde lo perdido no se logra recuperar; en el caso de las participantes fueron: el tiempo de la adolescencia y los ideales amorosos. El tiempo de la adolescencia se manifiesta en una de las participantes, pues durante toda esta etapa de su vida estuvo en la relación violenta y al no poder realizar las actividades que usualmente llevan a cabo los adolescentes, le genera una pérdida de un rol que nunca pudo asumir y que requiere elaborar un duelo. Respecto a las pérdidas que representan una afectación en los roles, Neimeyer (2007) plantea que al igual que cualquier otra pérdida, necesitamos elaborar el dolor que provoca y disponer de tiempo para superar los sutiles y confusos sentimientos que la acompañan (sea o no deseada), pero a diferencia de las pérdidas provocadas por la muerte, no hay ningún “ritual” que la reconozca o que permita disponer de un período de tiempo establecido para el duelo y la recuperación.

Adicionalmente, los ideales en torno al amor presentan una ruptura, pues antes de la relación violenta se esperaban formas de amor que no recibieron y, al contrario, se impone el maltrato y genera una disrupción en estos ideales, es un golpe de realidad que genera tristeza, desilusión, temor a relacionarse; genera una pérdida que requiere elaborar un duelo. Al respecto, se plantea: “La experiencia de una pérdida importante (...) suele minar las creencias y presuposiciones que habían sido hasta ese momento los ladrillos que sustentaban nuestra filosofía de la vida” (Neimeyer, 2007, p.72).

Respecto al proceso de elaboración del duelo, se encontraron dos factores fundamentales: el tiempo que ha transcurrido desde la ruptura hasta el momento de la entrevista y el proceso psicológico. Si bien el tiempo aporta a la elaboración del duelo, el factor diferencial es el proceso psicológico, pues todas las participantes que asistieron a un proceso psicoterapéutico y lo percibieron como beneficioso, lograron avances significativos en el desarrollo del duelo y la adaptación de su vida sin el sujeto amado, además de maltratante. En contraposición a esto, aquellas participantes que no tenían un proceso psicológico activo o que no lo percibían como algo que aportara a su vida, manifestaron un proceso de duelo con muchas dificultades.

Ahora bien, es importante resaltar que Neimeyer (2007) considera que la pérdida es un evento singular que se enmarca en un contexto social y que implica la creación de una nueva narrativa con la que el doliente atribuye sentido a la pérdida y reconstruye su historia personal. De este modo, las características personales de cada mujer, el contexto que las rodea, como las redes

de apoyo, los recursos económicos, las posibilidades de acceso a la salud, entre otros, son factores que influyen en el proceso de duelo.

Con base en los últimos datos reportados en Colombia, de acuerdo con el Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses (INMLCF), durante el 2018 fueron asesinadas 960 mujeres en el país, al menos el 13% de estas mujeres fue presuntamente asesinadas por su pareja o expareja (132). Esto nos sitúa en una problemática en la que las mujeres que son víctimas de violencia de pareja no siempre logran salir de este ciclo de violencia. Ahora bien, todas las participantes de la investigación lograron ponerle fin a su relación violenta, a continuación, se abordan los factores que aportaron a salir de la relación.

Respecto a lo que moviliza a las mujeres terminar la relación violenta, Aiquipa y Canción (2020), plantean que la priorización del bienestar de los hijos representó el motivo más importante para decidir terminar la relación, esto difiere de la investigación presente, pues de las participantes solo una es madre en el momento de la relación violenta, en este caso, fue la priorización de ellas mismas como sujetos valiosos lo que incide en la decisión de terminar.

De este modo, como ya se mencionó, la psicoterapia y la activación de la red de apoyo son fundamentales para terminar la relación, pero también estas mujeres cuentan con recursos personales que aportan a generar insights, los cuales las concientizan de que la relación que vivían era violenta y, posteriormente, estas capacidades las impulsan a terminar por completo los vínculos con su maltratador. Dichos recursos se manifiestan en la capacidad de establecer límites, el reconocimiento de los roles que se cumplen en una relación, la desidealización de su pareja y el enfrentamiento a actos violentos que dejan marcas tan fuertes que se imponen en la realidad.

Respecto a lo anterior, hay un factor que facilita el duelo, Freud (1993) lo denomina prueba de realidad, en el duelo por un ser querido que fallece esta prueba de realidad corresponde al cadáver, pues esta le demuestra al sujeto que su objeto amado ya no existe y le demanda la renuncia a su vínculo. Pero, en otros tipos de duelo, lo que se puede constatar por medio de los sentidos, especialmente oído y vista, funciona como prueba de realidad, cuando se ve algo (un morado, sangre, daños) o se escucha algo, esto es lo real influyendo lo simbólico, es decir, lo que se puede percibir pero que no se puede explicar con palabras (porque inicialmente es incomprendible para la realidad psíquica) es una prueba de realidad que sacude al sujeto y lo impulsa a la acción, facilitando la elaboración del duelo (Díaz, 2019).

También es importante resaltar que hay factores que aportan al mantenimiento de una relación violenta, Aiquipa y Canción (2020) encontraron que pese a los continuos maltratos que sufren las mujeres por parte de su pareja, ellas experimentan compasión de ellos cuando los perciben vulnerables y solos, quieren protegerlos pues los ven indefensos y arrepentidos; en consecuencia, perdonan. Se evidencia este comportamiento en las participantes, pues cuando sus parejas se encontraban en problemas ellas privilegiaban el bienestar de ellos, ignorando lo malo que ocurría en la relación y perdonando para así continuar.

Ahora bien, terminar la relación con la pareja agresora es un proceso que tiene más de un intento (Jiménez et al., 2013), ya sea por la actitud manipuladora de la pareja, por las características de la mujer o por los efectos psicológicos en ella producto de la violencia. Esto coincide con lo encontrado, pues casi todas las participantes tuvieron que intentar varias veces terminar su relación hasta que llegó la ruptura definitiva. Esta ambivalencia al momento de decidir terminar conlleva tristeza, confusión, angustia, enojo y desconcierto, emociones que algunos autores refieren como parte de un proceso de duelo (Aiquipa & Canción, 2020).

Otro de los aspectos que influyeron de manera significativa en la terminación de la relación de pareja es el empoderamiento femenino. Según lo que propone Murguialday (2013), el empoderamiento se trata de un cuestionamiento de roles que llevan a la redistribución del poder y, también, es un proceso que ocurre sobre sí mismo y los otros, y fue esto justamente lo que ocurrió en las vivencias relatadas por las participantes; quienes inician cuestionando los roles que viven en la relación, y esto las lleva a manifestarlo con las demás mujeres que las rodean. Una de las participantes recalca que, si bien ella tuvo la fortuna de contar con información y herramientas, ha evidenciado que muchas mujeres no cuentan con esto, por lo que es fundamental potenciar la educación y brindar herramientas, para evitar que mujeres vulnerables permanezcan en relaciones violentas. En suma, a través de los relatos de todas las participantes se ve cómo el empoderamiento femenino es un proceso que trastoca tanto a la mujer en sí misma como a otras a su alrededor, formando así un complejo entramado de redes de apoyo.

Por otro lado, al abordar el contexto de violencia de la pareja, se encontraron aspectos interesantes a contrastar con estudios previos, el primero de ellos es en torno a las afectaciones de salud mental: Llosa Martínez y Canetti Wasser (2019) concluyen que la violencia de pareja es un factor de riesgo alto para depresión y para conductas suicidas, afirmación que converge con lo encontrado, principalmente en Victoria y Sofía, pues eran mujeres sanas en términos de patologías

mentales y después de la relación desarrollaron síntomas de trastornos afectivos, ideación suicida e incluso Victoria lleva a cabo un intento de suicidio.

Respecto al trastorno de estrés postraumático (TEPT), Rivas-Rivero y Bonilla-Algovia (2020) han concluido que la puntuación media de la muestra indica una alta probabilidad de padecer TEPT, lo que sugiere que las mujeres víctimas de violencia de pareja tienen más probabilidad de desarrollar este trastorno a diferencia de mujeres que no han sido víctimas de esta violencia. Adicionalmente, otro estudio manifiesta que existe una relación significativa entre haber experimentado violencia y presentar psicopatología psiquiátrica, además, las mujeres víctimas de violencia de pareja presentaron síntomas de depresión y ansiedad (Lara et al., 2019). Si bien en la investigación presente no se realizaron evaluaciones diagnósticas de patologías mentales, no se podría afirmar con certeza que las participantes desarrollaron alguna patología; sin embargo, sí se evidencian afectaciones que pueden ser síntomas de psicopatologías, como son: recurrentes ataques de pánico, estados de vigilancia anormales en cuanto a las relaciones afectivas, miedo a salir de casa, anhedonia, ideación suicida e intentos suicidas, además, en su consulta particular Victoria ha sido diagnosticada con trastorno afectivo bipolar.

Aiquipa (2015) encontró que las mujeres que viven o han vivido violencia de pareja obtuvieron puntuaciones mucho más elevadas de dependencia emocional respecto a aquellas mujeres que no han vivido tal experiencia. Con base en el mismo autor, se define la dependencia emocional como un patrón que denota comportamientos de sumisión y subordinación a la pareja, necesidad de acceso a la misma, miedo a que la relación se termine, priorización de la pareja, entre otras características disfuncionales. En esta investigación se encontró que las participantes muestran principalmente miedo a que la relación termine, además, durante la relación viven momentos de sumisión y priorizan a la pareja antes que a ellas, lo que muestra que la dependencia emocional sí estuvo presente en sus relaciones.

En cuanto a las relaciones sexuales establecidas en la relación violenta, en una investigación anterior se encontró que más del 70% fueron forzadas a mantener relaciones sexuales con la pareja (Rivas-Rivero & Bonilla-Algovia, 2020). En el presente estudio se presenta una discrepancia, debido a que las participantes encuentran el rechazo sistemático de sus parejas hacia el intercambio sexual como un modo de maltrato, pues este en la mayoría de los casos estaba acompañado de agresión verbal y psicológica.

En las fuentes consultadas no se encontró información acerca de cómo se da la historia de la relación de pareja; en la presente investigación se halló un patrón bastante similar en todas las mujeres, conllevando un inicio en el que el hombre muestra sus mejores cualidades buscando conquistar y enamorar a la mujer para posteriormente iniciar el maltrato, el cual generalmente inicia de forma verbal y, en algunos casos, pasa a violencia física la cual aumenta gradualmente. Ante las situaciones de maltrato, las mujeres tendían a ocultarlo, lo cual las hacía permanecer en la relación hasta que algo en ellas cambiara; por medio de procesos internos de reflexión y análisis y con la ayuda de factores externos como ONG, amigos, familia, medios legales y profesionales de la salud mental, lograban ponerle fin a la relación de forma definitiva. Llama entonces la atención que los agresores esperaban tener un vínculo significativo establecido para iniciar a generar el maltrato.

Finalmente, es significativo que en una de las participantes se dio una complicidad por parte de la familia de su agresor, quienes fueron testigos del maltrato, no hicieron nada al respecto, e incluso aportaron a la perpetuación de la violencia por medio de intentar conservar la relación; planeando encuentros entre la mujer y su pareja cuando incluso habían terminado. Es fundamental que por medio de la prevención se eviten situaciones como estas, en las que las mujeres víctimas de violencia de pareja se ven expuestas a mayor violencia y al silencio de testigos; como sociedad debemos estar listos para apoyar a quien lo necesite independientemente del vínculo que se tenga con la persona que agrede.

9. Conclusiones

En la presente investigación se tuvo como objetivo comprender la vivencia de pérdidas significativas y duelos a través de los relatos de cinco mujeres habitantes de Medellín víctimas de violencia de pareja. Por medio de la entrevista se recolectaron las narrativas, posterior a la sistematización de estas y al análisis de la información, se obtuvieron los siguientes resultados:

Se encontró que en relaciones de pareja violentas se vivencia una pérdida primaria, la cual se da en la ruptura de la relación perdiendo así al sujeto amado, quien, a su vez, es el agresor. Además, se vivencian unas pérdidas secundarias producto de las dinámicas de la relación violenta, estas se enfocan en varias dimensiones: en la relación consigo mismas y con el propio cuerpo, en los vínculos de soporte, en los ideales amorosos, en la capacidad de entablar nuevas relaciones, en el proyecto de vida y en el tiempo de la adolescencia.

Respecto a la relación consigo misma y con el propio cuerpo, se encuentra una pérdida identitaria y de costumbres, la cual se manifiesta en perder lo que las caracteriza como personas y las costumbres que han establecido a lo largo de la vida; se presenta un quiebre a lo que las ha definido hasta el momento. Se encontraron pérdidas de cualidades esenciales en la personalidad de cada una de las mujeres, especialmente, antes de la relación se recuerdan a sí mismas como mujeres valientes y, posterior a la relación violenta, se perciben vulnerables y con temor hacia las figuras masculinas. Se afecta la autoimagen, pues se presenta una pérdida en la sensualidad y el erotismo, lo que puede generar inseguridad. Se presenta una pérdida en la percepción de la autoeficacia, la cual se hace notoria en un sentimiento de incapacidad e incluso, de no reconocer las propias capacidades; esta se relaciona directamente con la falta de reconocimiento e invalidación de sus parejas. Se encuentra una pérdida del valor propio, evidenciándose un quiebre al reconocimiento de sí mismo como una persona valiosa. En cuanto al cuerpo se manifiestan pérdidas observables como pérdida de peso y en la fuerza vital, entendida como esa vitalidad inherente a los seres vivos.

En relación con los vínculos de soporte, se presenta una pérdida producto del aislamiento de las personas cercanas, lo que a su vez afecta sus redes de apoyo. Durante una relación violenta las parejas tienden a controlar el tiempo, las personas y los lugares que las mujeres frecuentan, causando que por temor a represalias se alejen de su familia, de amigos cercanos, de espacios de ocio, entretenimiento, deportivos e incluso, académicos; lo que convierte a su pareja en la única persona con quien pueden compartir y conversar, haciendo que la decisión de terminar sea aún más

difícil al implicar una sensación de solo contar con su agresor. Por esto, la red de apoyo es fundamental para acompañar la decisión de terminar la relación y en el proceso posterior a la ruptura; cuando estas mujeres buscaron y recibieron apoyo de su familia y amigos, lograron terminar definitivamente la relación, iniciar y retomar procesos psicológicos e incluso tomar acciones legales.

En cuanto a los ideales amorosos, se encontró que las expectativas y las definiciones del amor que culturalmente habían adquirido estas mujeres se pierden al enfrentar una relación violenta. Esta pérdida se ve reflejada en una prevención hacia todas las personas que se acercan, especialmente con fines amorosos, haciendo que sea muy difícil confiar en que los demás quieren actuar de buena manera. Lo anterior conlleva una pérdida de la confianza hacia los demás y en la capacidad de tener otra pareja. Posterior a la relación se vive entonces una dificultad e incluso desinterés para establecer nuevos vínculos y, después de establecerlos, se suelen presentar diversas secuelas que pueden llegar a sabotear las relaciones posteriores.

El proyecto de vida de las mujeres se ve afectado porque mientras las mujeres están en la relación se ven interrumpidas sus metas y compromisos, lo que les causa afectaciones en el estudio o trabajo. Se evidenció que algunos agresores impedían que las mujeres llevaran a cabo proyectos de estudio, e incluso, debido a las consecuencias de la violencia ejercida, las mujeres no lograban realizar con éxito sus actividades académicas y laborales, lo que las llevaba a perder o retrasar el rumbo de su proyecto de vida. Asimismo, una relación violenta puede afectar etapas fundamentales del ciclo vital, como lo es la adolescencia; una de las participantes percibe que esta fue su principal pérdida, debido a que el control y el maltrato ejercido por su pareja no le permitieron disfrutar de esta.

El proceso de elaboración del duelo conlleva aceptar la pérdida primaria, resignificar las pérdidas secundarias que conllevaron la relación violenta y, en algunos casos, recuperar lo perdido. Es fundamental el acompañamiento psicológico e incluso psiquiátrico para los avances en este proceso, debido a que se evidencia que las mujeres que han iniciado activamente un proceso de salud mental han logrado avanzar en la elaboración del duelo con mayor facilidad que aquellas que no contaban con acompañamiento por parte de un profesional.

Ahora bien, alrededor de la violencia de pareja existen unas consecuencias psicológicas y físicas graves y, al realizar el análisis de la información recogida, llama la atención el proceso que llevaron estas mujeres al tomar conciencia y afrontar la ruptura de la relación violenta, siendo esto

lo que al final lleva a prevenir mayores consecuencias para ellas mismas. Se encontró que este proceso de tomar conciencia inició en algunas de las mujeres después de actos violentos tan graves que no podían esconder a los demás ni a sí mismas, también, al notar que la relación que habían establecido conllevaba dinámicas que no se ajustaban a las de una pareja y al realizar procesos de introspección en los que analizaban sus reacciones emocionales ante los sucesos violentos de la relación. Estos hechos fueron facilitando los insights, los cuales impulsan a estas mujeres a finalizar de forma definitiva la relación violenta. Por otro lado, algunas mujeres solían terminar y regresar con sus parejas, por lo que se resaltan las estrategias de afrontamiento que aportaron a que finalmente decidieran no retomar la relación, que son:

- Búsqueda de estímulos externos como salir de fiesta, consumir licor o simplemente pasar tiempo por fuera de sus hogares,
- huida al buscar entretenerse con asuntos diversos con el fin de no pensar en lo displacentero de la ruptura,
- búsqueda de ayuda tanto económica como profesional, resaltando el acompañamiento psicológico, así como el apoyo de personas cercanas y de las instancias legales,
- la reconstrucción de la narrativa de vida,
- la gestión y validación de emociones propias y,
- la racionalización y utilización de recursos personales como las redes sociales.

Se encontró que hay experiencias significativas previas a la relación amorosa que pueden influir en la permanencia en la relación y en la forma de establecer límites. Los antecedentes de abuso sexual y las consecuencias que conllevan pueden generar mayor vulnerabilidad a permanecer en una relación violenta. La relación de pareja de los padres, al ser una relación con la que estas mujeres crecieron; conociendo y viviendo sus dinámicas al estar inmersas en ellas en rol de hijas, constituye un referente para las relaciones propias que al crecer van a establecer. Llama la atención que la figura paterna se percibe como algo negativo en las participantes, algunas de ellas con padres ausentes y las que contaron con su padre en su crianza, lo describen como una posición autoritaria que no se muestra disponible para proveer afecto ni soporte emocional, y en algunas ocasiones, ni siquiera de forma económica.

Sin embargo, también existen factores que aportan al bienestar de las mujeres. Las relaciones entre madre e hija constituyeron un factor protector para las mujeres de esta

investigación, siendo la madre una persona que impulsa a cumplir metas, pero que, sobre todo, apoya y soporta en los momentos más complicados, y que a su vez como hijas buscan retribuir ese apoyo incondicional, logrando que la relación madre e hija se base en un vínculo recíproco.

Se resaltan los procesos de empoderamiento que viven las mujeres posteriores a la finalización de la relación, los cuales se reflejan interna y externamente; en lo interno se evidencia en que cada una al finalizar la relación y avanzar en su proceso personal, muestra mayor autoestima, confianza y mayor valor como mujer y persona. En lo externo se evidencia en la sororidad, la cual las impulsa a buscar que lo que vivieron no le vuelva a pasar a ninguna otra mujer, compartiendo un sentimiento de protección hacia las mujeres que las rodean, ya sean familiares, amigas o simplemente mujeres que pueden llegar a conocer en un futuro; manteniendo disposición a servir de guía siempre que alguna mujer lo necesite y conservando un estado de alerta de lo que ven a su alrededor, para así ayudar a prevenir futuros casos de violencia.

Es significativo dar cuenta que la historia de la pareja en los relatos de las mujeres podría resumirse en el proceso de: primero, contar con la atención que les otorgan sus compañeros en el momento de la conquista y la conexión en gustos afines, luego surge el descubrimiento de formas de agresión, después el ocultamiento de lo que sucede ante otras personas, lo que implicaba la imposibilidad de lectura de la gravedad de la situación y, finalmente, la consciencia y toma de decisiones para terminar con la relación. Lo anterior permite establecer un modo común de relacionarse de los agresores, para así generar mayor conciencia, buscando que las relaciones terminen en las primeras formas de agresión para evitar ciclos de violencia de los que es más complejo salir.

Finalmente, al salir de relaciones violentas, pueden permanecer afectaciones en las víctimas que van desde síntomas depresivos, ideación suicida, intentos suicidas, síntomas de TEPT, ataques de pánico, entre otros síntomas que conllevan afectaciones graves en su salud mental. Y permanecen también los aprendizajes, debido a que se encontró que hay un incremento en el conocimiento propio enfocado en el manejo de emociones, mayores criterios en el tipo de personas con las que se quiere rodear, además de un establecimiento de límites más claro y una capacidad para ponerle fin a las situaciones que generen malestar, dejando a un lado el hecho de considerar que aguantar es amar; de esta manera, los aprendizajes se convierten en factores protectores para próximas situaciones adversas.

10. Recomendaciones

Al finalizar la presente investigación, quedan algunos interrogantes que podrían ser contestados en futuras investigaciones, surgen hipótesis acerca de la importancia e influencia de las relaciones familiares para la construcción de posteriores relaciones interpersonales de los hijos, se genera entonces el siguiente interrogante: ¿Las relaciones amorosas de los padres influyen directamente en la manera en cómo los hijos establecen posteriormente las propias relaciones afectivas?

La relación con las figuras masculinas puede tener una connotación negativa generada desde la relación de padres e hijas, ¿puede conllevar mayor vulnerabilidad a establecer y permanecer en una relación de pareja violenta si la relación entre padre e hija es percibida de forma negativa? Y, asimismo, ¿constituye un factor protector si la relación padre e hija es percibida como buena?

Se recomienda realizar un estudio con mayor población para permitir realizar generalizaciones con lo encontrado respecto a las pérdidas y duelos, la toma de conciencia y el proceso de afrontamiento con la finalidad de contrastar lo planteado en esta investigación con otros casos y analizar qué se puede confirmar y/o cuestionar.

Referencias

- Aiquipa, J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista De Psicología*, 33(2), 411-437. <https://cutt.ly/qwJVkzXY>
- Aiquipa Tello, J. J., & Canción Suárez, N. M. (2020). Mujeres supervivientes de violencia de pareja: factores y procesos psicológicos implicados en la decisión de permanecer o abandonar la relación. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 38(1), 189-202. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.7139>
- Allouch, J. (2006). *Erótica del duelo en tiempos de la muerte seca*. Buenos Aires: El cuenco de Plata.
- Amagua Anasi, E. P. (Noviembre de 2019). Violencia psicológica en la relación de pareja: del maltrato normalizado a la pérdida de la autonomía. *Tesina de especialización*. Quito, Ecuador: Flacso Ecuador.
- Armas Vargas, E. (2020). Creencias y pensamientos distorsionados hacia la violencia en hombres y mujeres. Agresividad, autoestima y control del sesgo de respuesta. En S. E. Forense, *Psicología jurídica y forense: investigación para la práctica profesional* (págs. 139-154). Madrid: Sociedad Española de Psicología Jurídica y Forense. <https://cutt.ly/nwJDG22L>
- Arnal, J., Del Rincón, D., & Latorre, A. (1992). *INVESTIGACIÓN EDUCATIVA. Fundamentos y metodología*. Barcelona: Labor S.A.
- Beltrán Beltrán, A. P., & Flórez Duarte, D. L. (2018). Evaluación neuropsicológica del funcionamiento ejecutivo en un caso de violencia contra la mujer ejercida por su pareja que aún vive con su agresor. *Trabajo de grado*. Bogotá, Colombia: Corporación Universitaria Minuto de Dios. <https://cutt.ly/uwKtpnoV>
- Blanco, M. (2011). Investigación narrativa: una forma de generación de conocimientos. *Argumentos*, 24(67). <https://cutt.ly/cwJVzfs6>
- Bowlby, J. (1980). *La pérdida afectiva*. Barcelona: Paidós.
- Bruner, J. (1990). *Acts of Meaning*. Cambridge: Harvard University Press.
- Burton, J., & Hoobler, J. (2011). Aggressive reactions to abusive supervision: The role of interactional justice and narcissism. *Scandinavian Journal of Psychology*, 52(4), 389-398. <https://cutt.ly/twKh0tui>
- Cardona, J. C., Casas, L. P., Cañón, S., Castaño, J., Godoy, A., Henao, D., & Valencia, L. (2015). Sexismo y concepciones de la violencia de género contra la mujer en cuatro universidades de la ciudad de Manizales (Colombia). *Archivos de Medicina (Col)*, 15(2), 200-219. <https://cutt.ly/xwJDO6EM>
- Castillo Hidalgo, E. G. (2017). Dependencia emocional, estrategias de afrontamiento al estrés y depresión en mujeres víctimas de violencia de pareja de la ciudad de Chiclayo. *Revista científica PAIAN*, 36-62. <https://cutt.ly/wwJVWE5w>

- Castillo Ledo, I., Ledo González, H., & Del Pino Calzada, Y. (2012). Técnicas narrativas: un enfoque psicoterapéutico. *Norte de Salud Mental*, 10(42), 59-66. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3910979>
- Colombia. Congreso de la República. (1932). *Ley 28 de 1932 (Noviembre 12) Sobre reformas civiles (Régimen Patrimonial en el Matrimonio)*. Diario oficial
- Colombia. Congreso de la República. (1980). *Ley 95 de 1980 (Noviembre 16) Sobre reformas civiles*. Diario oficial
- Colombia. Congreso de la República. (2000). *Código penal*. Diario Oficial.
- Colombia. Congreso de la República. (2000). *Ley 581 de 2000 (Mayo 31) Por la cual se reglamenta la adecuada 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*. Diario oficial.
- Colombia. Congreso de la República. (2006). *Ley 1090 de 2006 (septiembre 6): Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones*. Diario Oficial.
- Colombia. Congreso de la República. (2011). *Ley 1448 de 2011 (Junio 10) Por la cual se dictan medidas de atención, asistencia y reparación integral a las víctimas del conflicto armado interno y se dictan otras disposiciones*. Diario oficial.
- Colombia. Congreso de la República. (2011). *Ley estatutaria 1475 de 2011 (Julio 14) Por la cual se adoptan reglas de organización y funcionamiento de los partidos y movimientos políticos, de los procesos electorales y se dictan otras disposiciones*. Diario oficial.
- Colombia. Congreso de la República. (2014). *Ley 1719 de 2014 (Junio 18) Por la cual se modifican algunos artículos de las Leyes 599 de 2000, 906 de 2004 y se adoptan medidas para garantizar el acceso a la justicia de las víctimas de violencia sexual, en especial la violencia sexual con ocasión del conflicto armado, y se dictan otras disposiciones*. Diario oficial.
- Colombia. Congreso de la República. (2015). *Ley 1761 de 2015 (Julio 06) Por la cual se crea el tipo penal de feminicidio como delito autónomo y se dictan otras disposiciones. (Rosa Elvira Cely)*. Diario oficial.
- Colombia. Congreso de la República. (2019). *Ley 1959 de 2019 (Junio 20) Por medio de la cual se modifican y adicionan artículos de la Ley 599 de 2000 y la Ley 906 de 2004 en relación con el delito de violencia intrafamiliar*. Diario oficial.
- Colombia. Presidencia de la República. (1991). *Constitución Política de Colombia*. Presidencia de la República.
- Colombia. Presidente de la República Colombiana. (1974). *Decreto 2820 de 1974: Por el cual se otorgan iguales derechos y obligaciones a las mujeres y a los varones*. Diario Oficial.

- Cortés Avila, L. N., & Pareja Parrado, L. A. (2020). Abordajes terapéuticos Gestáltico hacia el manejo de culpa para pacientes en la adultez temprana ante el duelo oncológico. *Tesis de pregrado*. Repositorio Institucional UCC. <https://cutt.ly/MwJVYdvY>
- De Alencar-Rodrigues, R., & Cantera, L. (2012). Violencia de Género en la Pareja: Una revisión teórica. *Psico*, 116-126.
- Díaz Facio Lince, V. E. (2019). Versiones y variaciones sobre la psicología del duelo. En V. E. Díaz Facio Lince, *La escritura del duelo* (págs. 33-60). Medellín: Uniandes. doi:10.30778/2019.18
- Fernández Lansac, V. (2018). Narrativas traumáticas en mujeres víctimas de violencia en la pareja. *Tesis doctoral*. Madrid, España: Universidad Complutense de Madrid. <https://cutt.ly/AwJVPskB>
- Fivush, R. (1995). Language, Narrative, and Autobiography. *Consciousness and Cognition*, 4(1), 100-103. <https://cutt.ly/VwKku5ZQ>
- Freud, S. (1993). Duelo y melancolía. En S. Freud, *Obras completas* (págs. 235-255). Buenos Aires: Amorrortu.
- Galeano, M. E. (2004). Enfoques cualitativos y cuantitativos de investigación. Dos maneras de conocer la realidad social. En M. E. Galeano, *Diseño de proyectos en la investigación cualitativa* (págs. 13-26). Medellín: Fondo Editorial Universidad EAFIT.
- Godoy, D. A., Videtta, W., Santa Cruz, R., Silva, X., & Aguilera-Rodríguez, S. (2020). Cuidados generales en el manejo del traumatismo craneoencefálico grave: consenso latinoamericano. *Medicina Intensiva*, 44(8), 500-508. <https://cutt.ly/DwKtSVYd>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collabo, C., & Baptista Lucio, P. (2010). *Metodología de la investigación*. Quinta edición. México D.F.: McGRAW-HILL.
- Herrera, M. C., & Pertuz Bedoya, C. (2015). Narrativas femeninas del conflicto armado y la violencia política en Colombia: contar para rehacerse. *Open Edition Journals*, 150-162. Obtenido de <https://cutt.ly/hwKtZxzA>
- Herrero, O., & Neimeyer, R. (2006). Duelo, pérdida y reconstrucción narrativa: Estudio de un caso. En L. Botella, *Construcciones, narrativas y relaciones*. Barcelona: Edebé. <https://cutt.ly/4wKtVaJ0>
- INMLCF. (2015). *Comportamiento de la Violencia de Pareja*. medicinallegal.gov.co: <https://cutt.ly/XwJVgKwk>
- INMLCF. (2023). *Boletín estadístico mensual*. Grupo Centro de Referencia Nacional sobre Violencia - GCERN. medicinallegal.gov.co: <https://cutt.ly/bwJC5fDr>
- Jiménez García, M., Blanco Freites, J., Medina Salas, S., & Gómez Lozano, R. (2013). Ruta Crítica de las mujeres afectadas. Venezuela: Fundación CDB Publicaciones. <https://bit.ly/47zDdAY>

- Lara Caba, E. Z., Aranda Torres, C., Zapata Boluda, R., Bretones Callejas, C., & Alarcón, R. (2019). Depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia en la relación de pareja. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 11(1), 1-8. <https://cutt.ly/MwKt29ZX>
- Llosa Martínez, S., & Canetti Wasser, A. (2019). Depresión e ideación suicida en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 9(1), 138-160. <https://bit.ly/3SISMaT>
- López Rosales, F., Moral de la Rubia, J., Díaz Loving, R., & Cienfuegos Martínez, Y. (2013). Violencia en la pareja. Un análisis desde una perspectiva ecológica. *Ciencia Ergo Sum*, 20(1), 6-16. <https://cutt.ly/iwKhVpXy>
- Molina, E. (2016). Factores de riesgo y consecuencias de la violencia de género en Colombia. Manizales, Colombia: Universidad de Manizales. <https://bit.ly/41TKRVF>
- Muñiz, M. (2005). *Estudios de caso en la investigación cualitativa*. México: Universidad Autónoma de Nuevo León. <https://cutt.ly/8wKt7SSf>
- Muñoz, P., & Iniesta, A. (2017). La violencia de género en jóvenes adolescentes desde los estereotipos de las relaciones de pareja. Estudio de caso en Colombia y en España. *Revista INFAD De Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 169–178. <https://cutt.ly/awJDDNxD>
- Murguialday, C. (2013). *Reflexiones feministas sobre el empoderamiento de las mujeres*. Barcelona: Cooperacció. <https://bit.ly/424DrII>
- Neimeyer, R. (2007). *Aprender de la pérdida: Una guía para afrontar el duelo*. Barcelona: Paidós.
- Nelson, K. (1999). Event representations, narrative development and internal working models. *Attachment & Human Development*, 1(3), 239–252. <https://cutt.ly/owKkouY>
- Ocampo Otálvaro, L. E., & Amar Amar, J. J. (2011). Violencia en la pareja, las caras del fenómeno. *Salud Uninorte*, 27(1), 108-123. <https://cutt.ly/AwKt6JKi>
- OMS. (noviembre de 2013). *Comprender y abordar la violencia contra las mujeres*. who.int: <https://cutt.ly/uwKhEHDy>
- OMS. (8 de Marzo de 2021). *Violencia contra la mujer*. who.int: <https://bit.ly/4aTgHWq>
- ONU Mujeres. (21 de Septiembre de 2023). *Hechos y cifras: Poner fin a la violencia contra las mujeres*. unwomen.org: <http://bit.ly/3HfZskI>
- Parkes, C. M. (2002). Grief: Lessons from the past, visions for the future. *Death studies*, 26(5), 367-385. <https://cutt.ly/KwKjGpYQ>
- Perrone, R., & Nannini, M. (2010). *Violencia y abusos sexuales en la familia. Una visión sistémica de las conductas sociales violentas*. Barcelona: Paidós.
- Profamilia. (2015). *Encuesta Nacional de Demografía y Salud*. Profamilia.org.co: <https://bit.ly/3TXoixm>
- Rando, T. (1995). Grief and mourning: Accommodating to loss. En R. Neimeyer, & H. Wass, *Dying: Facing the facts* (págs. 211–241). Washington D.C: Taylor & Francis.

- Red feminista antimilitarista. (2022). *Vivas nos queremos. Resumen anual de feminicidios*. observatoriofeminicidioscolombia.org: <https://cutt.ly/AwJVeEX9>
- Reina-Barreto, J. (2021). Relación entre violencia de género por la pareja y apoyo social en mujeres colombianas. Análisis con perspectiva de género. *Cuadernos de Trabajo Social*, 34(2), 301-315. <https://cutt.ly/BwJDLnQj>
- Rivas-Rivero, E., & Bonilla-Algovia, E. (2020). Salud mental y miedo a la separación en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 11(1), 54-67. <https://cutt.ly/HwKywDj2>
- Rodríguez Ortiz, A. M. (2020). La narrativa como un método para la construcción y expresión del conocimiento en la investigación didáctica. *Sophia*, 16(2), 183-195. doi:<https://doi.org/10.18634/sophiaj.16v.2i.965>
- Ruiz Brito, L. A., & Dandong Jiménez, S. (2018). Caracterización del aprendizaje en pacientes con daño neurológico y alteraciones en las funciones ejecutivas: estudio teórico. *Proyecto de grado*. Santa Marta, Colombia: Universidad Cooperativa de Colombia. <https://cutt.ly/5wJVUXax>
- Sandoval Casilimas, C. (1996). *Investigación cualitativa*. Bogotá: ARFO Editores e Impresores Ltda.
- Strauss, A., & Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Medellín: Editorial Universidad de Antioquia.
- Stroebe, M., & Schut, H. (2010). The dual process model of coping with bereavement: a decade on. *Omega*, 61(4), 273-289. doi:10.2190/OM.61.4.b
- Suárez, I. (2015). Violencia de género y violencia sexual del conflicto armado colombiano. *Cambios Y Permanencias*, 173–203. <https://cutt.ly/iwJDKV25>
- Walker, L. (2004). El perfil de la mujer víctima de violencia. En J. Sanmartín Esplugues, *El laberinto de la violencia. Causas tipos y efectos* (págs. 205-218). Barcelona: Ariel.
- Worden, W. (1997). *El tratamiento del duelo. Asesoramiento psicológico y terapia*. Buenos Aires: Paidós.

Anexos

Con el presente archivo se adjunta el consentimiento informado sin diligenciar, el cual es el único anexo.