

VIOLENCIA DE GÉNERO Y EFECTOS EMOCIONALES DESDE EL ASESORAMIENTO Y DESARROLLO HUMANO

Petra Gutiérrez¹

RESUMEN

El presente ensayo tiene el propósito de compartir reflexiones en torno a la violencia de género y sus efectos emocionales desde la perspectiva del asesoramiento y el desarrollo humano. Estas reflexiones se apoyan en los aportes de distintos investigadores que por mucho tiempo han tratado el tema en diferentes partes del mundo. Estos aportes permiten comprender que entre las secuelas más comunes que deja la violencia de género podemos encontrar: baja autoestima, sentimientos de miedo y culpa, aislamiento, dependencia, sentimiento de traición y desesperanza, trastornos de estrés postraumáticos, el automaltrato y la indecisión. En estos casos, las labores de asesoramiento y desarrollo humano cobran especial importancia pues, generalmente, las personas que padecen de tales secuelas presentan conductas autodestructivas, trastornos alimenticios, ingesta de sustancias tóxicas y alcohol e incapacidad de vislumbrar un futuro prometedor lejos del sufrimiento que vive.

Palabras clave: Violencia de Género. Efectos Emocionales. Asesoramiento. Desarrollo Humano.

Recibido: 22-02-2022 / Aceptado: 16-03-2022

¹ Correo electrónico: petruagutierrez@gmail.com.

GENDER-BASED VIOLENCE AND EMOTIONAL EFFECTS FROM ADVICE AND HUMAN DEVELOPMENT

ABSTRACT

This essay has the purpose of sharing reflections on gender violence and its emotional effects from the perspective of counseling and human development. These reflections are based on the contributions of different researchers who have dealt with the subject for a long time in different parts of the world. These contributions allow us to understand that among the most common consequences of gender-based violence we can find: low self-esteem, feelings of fear and guilt, isolation, dependence, feelings of betrayal and hopelessness, post-traumatic stress disorders, self-abuse and indecision. In these cases, advisory work and human development is especially important because, generally, people who suffer from such consequences present self-destructive behaviors, eating disorders, intake of toxic substances and alcohol, and inability to envision a promising future far from the sufferings they experience.

Keywords: Gender Violence. Emotional Effects. Counseling. Human Development.

INTRODUCCIÓN

La violencia de género tiene que ver con un problema social que no deja de provocar preocupación, pues se trata de un fenómeno complejo que afecta de distintas formas a todas las clases sociales. Al igual que en otros países, en Venezuela este fenómeno perturba a muchos grupos familiares y tiene efectos emocionales significativos en las mujeres que padecen esta violencia. El presente ensayo tiene su origen en las inquietudes que provoca esta realidad y en reflexiones que permiten entender la importancia que tiene el asesoramiento en desarrollo humano en estos casos.

Con el propósito de compartir estas reflexiones, en la primera parte de este ensayo, el tema de la violencia de género se presenta asociado a la desigualdad y a las relaciones de poder. La segunda –con el apoyo de los planteamientos de varios investigadores e investigadoras– da cuenta de los negativos efectos que tienen la violencia de género en los procesos del desarrollo humano. En la tercera se describen los efectos emocionales de la violencia de género y, para finalizar, en la última se presentan algunas conclusiones.

La violencia de género: una mirada general como expresión de la desigualdad de género

La violencia de género ha estado presente a lo largo de la historia humana como expresión de una marcada desigualdad –que se ha construido por diferencias en el género. Siendo esto así, se comenzará acá la reflexión en un nivel teórico con la conceptualización de género, esto es, qué se entiende por género y cómo se ha llegado a la desigualdad y violencia contra la mujer, como sujeto que ha ocupado a lo largo de esa historia un lugar subalterno, en situaciones de marcada inferioridad que afecta su desarrollo humano, en donde sus derechos humanos todavía siguen siendo violentados tanto por los Estados, como por los procesos sociales donde la mujer es discriminada.

El concepto de género, surgió a mediados del siglo XX, en el ámbito de la psicología y la medicina para describir y explicar lo que estaba pasando con los dos sexos más allá de lo biológico. Inicialmente el sexo fue entendido como las características sexuales biológicamente asignadas desde el nacimiento, concepto que poco a poco se ampliaría y desarrollaría en el ámbito de la Ciencias Sociales, para referirse a las respuestas sociales y

culturales que se han construido en torno a esta dicotomía sexual. Al respecto, Ramos (1997) sostiene:

El género es una categoría analítica que surge desde el feminismo de los años sesenta y ochenta, en particular desde las ciencias sociales y desde el feminismo anglosajón, que señala la necesidad de repensar las perspectivas de análisis como perspectivas permeadas de una visión parcial, masculina, que oculta las diferencias entre hombres y mujeres. El género, entendido como la construcción social de la diferencia sexual señala justamente la necesidad de enfocar las diferencias entre los géneros como una elaboración histórica que adscribe roles determinados a hombres y mujeres en base a sus diferencias biológicas. En esta perspectiva una de las aportaciones más importantes de la teoría del género es el señalamiento de la historicidad de las diferencias sexuales².

De esa forma, el género –como constructo social-, surge asociado con el sexo en su acepción biológica, para explicar la situación que actualmente atraviesan las mujeres y los hombres en el marco de todo un amplio contexto de variaciones y particularidades desde su nacimiento y desarrollo vital en torno a roles y mandatos de género. Por su parte, Lamas (2007) define el *género*, como el conjunto de creencias, prescripciones y atribuciones construidas socialmente desde la diferencia sexual de las personas, que funciona como una especie de filtro cultural con el cual se interpreta al mundo, como una armadura con la que se constriñen las decisiones y oportunidades de acuerdo al sexo de la persona³. Desde una perspectiva más histórica –para Scotts (2008)– se está ante un producto cultural que se articula en distintas facetas para la distribución de los recursos de poder, asociada de forma repetida a la simbolización de lo biológico que marca la diferencia sexual⁴. Este autor coincide con Lamas, cuando sostiene que es un producto

² Véase Ramos, C. (1997). El concepto de género y su utilidad para el análisis histórico, *La Aljaba, segunda época*, vol. II, p. 13. Disponible en: <http://www.biblioteca.unlpam.edu.ar/pubpdf/aljaba/v02a02ramos.pdf>.

³ Véase Lamas, M. (2007). *El Género es cultura. Carta Cultural Iberoamericana*. En: [http://www.paginaspersonales.unam.mx/app/webroot/files/981/El genero es cultura Martha Lamas.pdf](http://www.paginaspersonales.unam.mx/app/webroot/files/981/El_genero_es_cultura_Martha_Lamas.pdf)

⁴ Scott, J. W. (2008), *Género e Historia*. Boadas, C. V. (Traduct.), Fondo de Cultura Económica, UNAM, México. En: <https://introhistoria13.files.wordpress.com/2012/10/scott-gc3a9nero-e-historia-parte-i.pdf>

cultural e histórico que deriva de un conjunto de prácticas, ideas, discursos y representaciones sociales que influyen y condicionan la conducta objetiva y subjetiva de las personas en función de su sexo.

Durante el siglo XX se produjeron importantes referentes y declaraciones en la definición de las relaciones de género como relaciones de poder. Por ejemplo, en la Conferencia Beijing (1995), quedó establecido que las “relaciones de poder” han conducido a la dominación y discriminación de uno sobre otro y de ciertas pautas culturales que han perpetuado a las mujeres como seres inferiores. En sentido general, la violencia y discriminación en base al género, en una perspectiva histórica, se expresa en un conjunto de acciones, omisiones y prácticas sociales, políticas, económicas, culturales o simbólicas que determinan la imposición de la voluntad de una persona o grupo por sobre la de otro, desde una relación de dominación o subordinación, que implica la distribución asimétrica del poder y el acceso y control a los recursos materiales e inmateriales entre hombres y mujeres, en el que la mujer -aun cuando se reconoce el progreso normativo del sistema internacional de los derechos humanos donde se especifican derechos inherentes a la protección de la mujer-; no obstante, sigue ocupando la mujer, en muchos ámbitos, un lugar subalterno.

Desarrollo humano y violencia de género: algunas reflexiones desde la experiencia

En general se reconoce en la literatura del desarrollo la importancia que viene adquiriendo el concepto de desarrollo humano, como un proceso que involucra un conjunto de factores asociados a esta dimensión: crecimiento económico, salud y educación; esta última juega un papel determinante para la construcción de una autonomía plena de los sujetos, como en este caso, de las mujeres, quienes han ocupado posiciones subalternas que son expresión de una desigualdad de género y de una marcada violencia hacia la mujer –que en la práctica-, reduce las opciones para su desarrollo humano; esto es, la violencia contra la mujer conlleva, como se sostiene en documento de PNUD⁵, que “la pérdida del desarrollo humano atribuible a la violación de la autonomía personal generada por dicha violencia”, limitando así las opciones

⁵ Véase PNUD–INMUJERES (S/F). *Desarrollo humano y violencia contra las mujeres en México*. Documento en línea: <https://www.onu.org.mx/wp-content/uploads/2016/12/DesarrolloHumano-y-ViolenciaMujeres.pdf>

del desarrollo humano no sólo en este colectivo de mujeres, sino también de las sociedades en su conjunto.

La violencia contra las mujeres lleva a un proceso de reducción de las opciones y capacidades que limitan el desarrollo humano de la mujer, lo que debe ser visto no sólo como expresión de la discriminación histórica a la que ha sido, en base a las desigualdades de género, sometida la mujer, sino también lo que en un sentido amplio expresa procesos complejos de desigualdad social en el que la mujer es reducida en cuanto a las diferentes opciones que desde el concepto de agencia limitan su autonomía, sus capacidades para tomar decisiones, su libertad, pues en la práctica no se logra dar vida a la igualdad efectiva de género. Esto es, como sostiene PNUD-México, “este enfoque parte de la idea de que la violencia contra las mujeres representa una restricción a su agencia para ver realizadas sus capacidades de alcanzar lo que consideran valioso, y en consecuencia reduce su calidad de vida”⁶.

Por su parte, en el documento *Igualdad de género y desarrollo humano, caso Ecuador*, Zambrano y otros (2019), plantean que el desarrollo humano comprende:

Todo un proceso directamente vinculado a la mejora continua de las condiciones de vida de las personas, a fin de que estas puedan satisfacer sus necesidades básicas, a través del acceso a los bienes y servicios necesarios a ese fin, y consecuentemente desarrollarse en un medioambiente en el que se garanticen y respeten sus derechos humanos. Desde ese punto de vista el desarrollo humano está directamente vinculado con las opciones que la sociedad le ofrece al individuo para que pueda desarrollarse a plenitud⁷.

Esas opciones no han sido iguales para las mujeres, lo que en un contexto de desigualdad social, cultural, política y económica llevan a situaciones que merman la libertad de las mujeres de tomar decisiones que contribuyan a su desarrollo humano. En este sentido, en la experiencia presentada por Zambrano y otros (2019), se hace referencia a como la

⁶ Ídem.

⁷ Zambrano, S., Cabanes, I., Salinas, J., Goyas, L., y Goyas, L. (2019). La igualdad de género y el desarrollo humano. Especial referencia a la República del Ecuador. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 2(3), p. 121. Disponible en: <http://remca.umet.edu.ec/index.php/REMCA>

desigualdad de género termina afectando el desarrollo y derechos humanos de las mujeres, en el que las mujeres en Ecuador no han estado ajenas. Al respecto, es importante tomar nota de las reflexiones planteadas en ese documento que en sintonía con la literatura que aborda la violencia de género, desigualdad y discriminación hacia la mujer, enfatiza lo siguiente:

No es precisamente la igualdad de género lo que prima en el mundo de hoy, las mujeres son discriminadas, abusadas y en el peor de los casos asesinadas, las diferencias persisten en muchos sentidos, y el problema tiene raíces profundas al haber calado en la cultura de las diferentes sociedades, que en muchos casos ven como algo normal, diferentes formas de discriminación a la mujer, ya sea en el ámbito doméstico, laboral, educacional, político, mercantil, entre otros⁸.

Por su parte, en el estudio sobre prevención de la violencia contra la mujer desde la perspectiva del asesoramiento y desarrollo humano, Gutiérrez (2013) presenta una conceptualización de la violencia de género en el que se reconoce su presencia histórica como problema social que afecta el desarrollo de las mujeres limitando sus capacidades para tomar decisiones en sintonía con su autonomía y su libertad, como problemática que está presente en el contexto venezolano. En este sentido, la autora se ubica en un contexto general, señalando que:

En efecto, la violencia constituye un fenómeno complejo y extendido que se encuentra en todas las clases sociales y en todos los niveles socioeducativos, adoptando distintas formas de maltratos, tales como físico, psicológico y sexual. En Venezuela esta situación de violencia en contra de las mujeres constituye un problema social que afecta a grupos familiares y genera efectos psicosociales que atentan contra la integridad y calidad de vida de las personas y de la sociedad en general⁹.

⁸ Ídem., p. 124.

⁹ Gutiérrez, I. (2013). Prevención de la violencia contra las mujeres. Propuesta educativa desde el asesoramiento y desarrollo humano. *Revista Notas de Investigación*. AÑO XII, N° 15 y 16, enero-diciembre 2013 p. 55.

Reconociendo el impacto que tiene la violencia en el desarrollo humano, en especial para las mujeres, la autora identifica los siguientes rasgos: figuran en orden de importancia las causas sociales como potenciadoras de la violencia de género; los factores culturales y la socialización en el contexto de las familias adquieren un papel importante como espacios donde se aprenden roles asociados al género que reproducen relaciones sociales desiguales en las cuales la mujer va construyendo una identidad subalterna en relaciones de poder donde el patriarcado limita las opciones y capacidades para la toma de decisiones de las mujeres, lo que reduce su desarrollo humano.

En ese contexto, Gutiérrez, plantea a partir del diagnóstico realizado en su investigación –por medio de entrevistas realizadas a mujeres víctimas de la violencia-, un conjunto de acciones orientadas a la prevención desde una propuesta educativa de asesoramiento y desarrollo humano, bajo un enfoque que prioriza el concepto de integralidad del desarrollo humano, siendo el componente educativo de importancia. En palabras de esta autora, “la educación juega un rol fundamental para operar estos cambios, en función de orientar procesos tendientes a promover y fomentar valores, actitudes y comportamientos saludables para el pleno disfrute de los derechos humanos”¹⁰.

Efectos emocionales de la violencia de género, el asesoramiento y desarrollo humano

La violencia contra las mujeres es una problemática universal y la violencia más generalizada de los derechos humanos, puede incluir abuso físico, sexual, psicológico sin importar edad, raza, cultura, sucede en el hogar, escuela o trabajo. La violencia física está ampliamente identificada, su prevención es ampliamente difundida. Sin embargo, la violencia emocional, no es fácil de distinguir por las víctimas porque no sólo conllevan conductas obvias como los insultos o las amenazas, sino conductas más sutiles, en la violencia emocional no hay huellas físicas, moretones o heridas que sangren, sin embargo, el dolor emocional es más profundo. Las emociones cumplen una función social y motivacional a través de la primera, facilita la interacción social, permitiendo la comunicación de los estados afectivos. La emoción es la encargada de energizar una conducta motivada.

¹⁰ Ídem., p. 64.

En este sentido, las emociones son reacciones psicofisiológicas de las personas ante situaciones relevantes desde un punto de vista adaptativo, tales como aquellas que implican peligro, amenaza, daño, pérdida, éxito, novedad, etc. Estas reacciones son de carácter universal, bastante independientes de la cultura, producen cambios en la experiencia afectiva (dimensión cognitivo-subjetiva), en la activación fisiológica (dimensión fisiológica-adaptativa) y en la conducta expresiva (dimensión conductual-expresiva). Además, desde un punto de vista psicológico, emociones tales como la alegría, el miedo, la ansiedad o la ira; son emociones básicas que se dan en todos los individuos de las más diversas culturas, poseen un sustrato biológico considerable, son esencialmente agradables o desagradables, nos activan y forman parte de la comunicación con los demás y a su vez, pueden actuar como poderosos motivos de la conducta¹¹.

Bajo esta perspectiva las víctimas de violencia de género padecen unos daños específicos de la situación de maltrato, que suelen aparecer de forma habitual en todas las víctimas, pero debemos resaltar la heterogeneidad de las personas y remarcar que cada situación entraña matices diferentes y, por lo tanto, las secuelas no se presentarán en todas las víctimas con la misma intensidad ni de la misma manera. Villague (2019), asimismo, nos dice que existen cuatro tipos de secuelas en víctimas de violencia de género: secuelas emocionales y afectivas, secuelas cognitivas, secuelas conductuales y secuelas físicas.

De acuerdo con Villague (2019), las secuelas emocionales y afectivas “son las relacionadas con la autoestima de la víctima, sus emociones y sentimientos”. Este tipo de emociones son difíciles de detectar. Aunque pueden presentarse múltiples síntomas a nivel psicológico-afectivo, nos vamos a centrar en las 7 secuelas emocionales más frecuentes: baja autoestima, sentimientos de culpa y miedo, aislamiento emocional, dificultad para reconocer y expresar emociones, trastorno de estrés postraumático, sentimientos de traición al agresor y trastornos de apego. A continuación, se hace necesario describir brevemente cada una de estas secuelas:

¹¹ Véase Villague, J. (2019). *Las 7 secuelas de las víctimas de violencia de género*. Disponible en: <http://psicología y mente.com/forense/secuelas-victimas-violencia-de-genero>

Baja autoestima, problemas de identidad y autoimagen distorsionada

Cuando hablamos de baja autoestima o de falta de autoestima, nos referimos a una percepción de nosotros mismos que nos impide percibirnos como personas valiosas, talentosas o simplemente tener un juicio objetivo respecto a quiénes somos. La autoestima se define como un conjunto de percepciones, evaluaciones e ideas sobre nosotros mismos, en las cuales se fundamenta nuestra capacidad de autoconfianza, de amor propio y nuestra necesidad de ser reconocidos por los demás, entre otros aspectos de la personalidad¹².

Las mujeres que han sido violentadas sistemáticamente tienen una imagen de sí mismas totalmente distorsionada y se perciben de forma negativa. Es frecuente que duden de sus capacidades y posibilidades. Se ven como personas totalmente distintas a aquellas que empezaron esa relación tóxica que les ha dañado. Las mujeres que han padecido violencia de género adquieren baja autoestima, dificultad para decir que no, viven los errores propios como algo catastrófico e insuperable, deseo compulsivo de complacer a los demás, tolerar o aceptar condiciones humillantes y tienen una visión negativa de sí mismas.

Sentimientos de culpa y miedo

El miedo se define como una respuesta del organismo que se desencadena ante una situación de amenaza o peligro físico o psíquico, cuyo objeto es dotar al organismo de energía para anularlo o contrarrestarlo mediante una respuesta (conducta de huida o de agresión)¹³. Cuando las mujeres han sido violentadas generan un miedo constante, especialmente porque el agresor le amenaza todo el tiempo. Su vida se llena de estrés, tensión, hipervigilancia. En este caso todo el tiempo están viendo sobre su hombro para ver si las siguen, si las escuchan, si las acechan. Esta necesidad de estar vigilando si las miran les genera distracción, desorientación y ansiedad. Asimismo arrastra sentimientos de culpa. Las mujeres que han sido maltratadas generan una culpabilidad debido a los constantes mensajes que

¹² Véase *Concepto (2021) La Enciclopedia*. <https://concepto.de/baja-autoestima/> Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/posttraumaticstressdisorder.html>

¹³ Véase Sandín, B. & Chorot, P. (1995). Concepto y categorización de los trastornos de ansiedad. En A. Belloch & B. Sandín y F. Ramos (Eds.), *Manual de Psicopatología*, Vol. 2. Madrid: McGraw-Hill, pp. 53-80

sus agresores les envían. Ellos suelen decirles que si les han maltratado es porque ellas los provocan o porque “se han portado mal”, hasta que ellas terminan creyendo que es así, que son malas personas y se merecen el maltrato. Los sentimientos de culpa y el miedo paralizan a las mujeres y se dan por el constante mensaje que les envía su maltratador.

Aislamiento social

A raíz del aislamiento social que provoca el agresor, la víctima siente que está totalmente sola y que nadie puede entender lo que le sucede. Creen que no pueden confiar en nadie y que, por tanto, nadie las puede ayudar. Paralelamente, dependen cada vez más del agresor. También pueden llegar a creer que lo que están viviendo solamente les sucede a ellas y que nadie las comprendería¹⁴.

El aislamiento social es cuando la persona presenta retraimiento, guarda las emociones para sí misma, no son capaces de recibir o solicitar apoyo emocional de otras personas, están aparentemente indiferentes, solo se comunican cuando es absolutamente indispensable, se pasan días enteros sin salir de casa, ni hablar con amigas. Si lo tomamos como síntoma, indicaría trastornos emocionales como las repercusiones psicológicas en las víctimas de abuso emocional, por parte de su pareja. Asimismo pueden desarrollar trastornos de personalidad, esto ocurre porque no poseen las habilidades emocionales necesarias y las personas pueden retraerse como consecuencia. Además de ocasionarle a las víctimas momentos de tristeza, también presenta cuadros de depresión, se producen estados de agotamiento físico. Una mujer víctima de violencia al mismo tiempo sufre las actitudes nacidas del desprecio, que buscan la humillación, control y aislamiento.

Dificultad para reconocer y expresar emociones

Debido a la situación de control absoluto por parte del agresor, se produce una negación de sentimientos y de emociones propias de la víctima. Ellas piensan que sus sentimientos no tienen importancia, que están exagerando o que están equivocadas (desconfían de sus propios sentimientos). De esta manera, suelen optar por esconder sus emociones¹⁵. Las mujeres que

¹⁴ Véase Villague (2019) Óp. Cit.

¹⁵ Véase Villague (2019) Óp. Cit.

se encuentran en un estado constante de violencia, sienten que existe un control absoluto por parte del agresor, esto trae como consecuencia que nieguen sus sentimientos y emociones, piensan que sus sentimientos no importan y esconden sus emociones.

Trastornos de estrés postraumático

El trastorno de estrés postraumático (TEPT) es una afección de salud mental que algunas personas desarrollan tras experimentar o ver algún evento traumático. Este episodio puede poner en peligro la vida, como la guerra, un desastre natural, un accidente automovilístico o una agresión sexual. Pero a veces el evento no es necesariamente peligroso. En este sentido, las mujeres que están viviendo o han vivido situaciones de violencia, pueden surgir síntomas típicos del TEPT como: ansiedad, pesadillas, depresión, hipervigilancia, embotamiento emocional, irritabilidad, ideas de suicidio, insomnio, respuestas emocionales exageradas, entre otros síntomas.

Sentimientos de haber traicionado al agresor

La mujer maltratada guarda dentro de sí un sentimiento de haber traicionado al hombre. Se siente culpable por hablar mal de él, aunque lo que diga trate de su experiencia de violencia. Además, las mujeres que han sido víctimas de violencia de género durante largo tiempo pueden llegar a integrar ideas y mensajes que han ido recibiendo por parte del agresor. Se acaban convirtiendo en lo que el agresor quiere que ellas sean.

En este sentido, podemos decir también que está presente el “síndrome de la mujer maltratada”, La psicóloga Leonore Walker define este síndrome como el patrón de signos y síntomas que sufre una mujer después de haber sido objeto de abusos físicos, sexuales y/o psicológicos en el ámbito de una relación íntima, cuando el compañero ejerce poder y control sobre ella y es capaz de coaccionarla para que haga lo que él decida, con desprecio a sus derechos y sus sentimientos¹⁶.

¹⁶ Walker, L. (2009). *The battered woman syndrome*. Third edition. New York: Springer Publishing Company, LLC.

Trastornos de apego

Las mujeres que sufren violencia de género, se le dificulta creer en las demás personas, perciben el entorno como una amenaza por haber sido maltratada, asimismo surge la ambivalencia afectiva, se da porque les cuesta aceptar el afecto de otras personas porque se intentan proteger de situaciones de violencia, esta situación también se produce con el agresor, ya que es una de las partes del ciclo de la violencia, el agresor les pide perdón (luna de miel: sienten cariño hacia él y lo perciben como alguien que es digno de ser querido) y en las siguientes fases vuelven las fases de acumulación de tensión y explosión (sienten odio hacia él).

Asimismo, desde el punto de vista de la salud mental de la víctima, la exposición a una violencia o abuso emocional continuado, aun cuando no exista violencia física, provoca consecuencias muy graves y que requieren del tratamiento terapéutico adecuado para superarlas. Entre los principales trastornos psicopatológicos, efectos de la violencia de género, encontramos:

- **Depresión:** los episodios de violencia a los que la víctima se ve sometida suponen un evento estresante que deriva en una falta de control sobre la situación, sentimientos de culpa y miedo.
- **Trastorno de ansiedad:** aparece en el intento por controlar los estímulos que puedan suponer un peligro ante el agresor.
- **Trastorno obsesivo compulsivo:** la víctima en un intento por controlar la situación puede llegar a desarrollar conductas compulsivas y pensamientos obsesivos sobre el agresor.
- **Distorsiones cognitivas:** este tipo de distorsiones hacen que la víctima minimice o reste importancia a las situaciones violentas vividas.
- **Síndrome de adaptación paradójica:** similar al Síndrome de Estocolmo que sufren las víctimas de secuestro, crea una dependencia psicológica hacia el agresor.
- **Síndrome de la mujer maltratada:** parte de las secuelas psicológicas que presenta la víctima de violencia de género hacen que soporte incidentes de maltrato utilizando la minimización, negación o disociación para justificarlos¹⁷.

¹⁷Véase Martínez, S. (2019). Efectos de la Violencia de Género en las víctimas. *Revista Digital INESEM*. Disponible en: <https://revistadigital.inesem.es/educación-sociedad/violencia-de-género>.

En este sentido, cabe mencionar que cada una de las secuelas o trastornos que sufre la mujer víctima de violencia de género, impacta de manera negativa en su identidad, bienestar social, físico y psicológico. Existen muchas manifestaciones de violencia de género, las cuales van enfocadas en un mismo objetivo, el cual es disminuir el grado de autoestima de la mujer, para así el agresor aumentar su grado de poder y control; existe una causa esencial y es el convencimiento por parte del hombre generalmente, de su superioridad y primacía sobre la mujer.

Cada una de estas manifestaciones de violencia traen consecuencias emocionales y físicas que repercuten en la salud mental de la mujer. Existen diversas consecuencias, pero que debemos tener cuidado con los efectos emocionales y afectivos que ocasionan para la mujer víctima de violencia de género, como son: la baja autoestima, los sentimientos de miedo y culpa, aislamiento, dependencia, sentimiento de traición y desesperanza, trastornos de estrés postraumáticos, el automaltrato y la indecisión. Estos efectos traen consigo que la mujer víctima de violencia, padezca de conductas autodestructivas, con trastornos alimenticios, ingesta de sustancias tóxicas y alcohol, es incapaz de vislumbrar un futuro prometedor lejos del sufrimiento que ahora vive, estas secuelas o consecuencias psicológicas son comunes en mujeres objeto de maltrato. Estas secuelas de la violencia de género, deben ser tratadas con un especialista en salud mental.

Asimismo, el Asesor en Desarrollo Humano, de acuerdo con Martínez (2009), puede orientar a las mujeres que han padecido de violencia de género siguiendo el principio de desarrollo, el cual:

...se fundamenta en el concepto de Desarrollo; concepto éste que entiende la evolución del ser humano como un proceso de continuo crecimiento, de cambios cualitativos hasta convertirlo en un ser cada vez más complejo. Gracias a dichos cambios, la persona adquiere nuevas experiencias, las integra y amplía, posibilitando, de este modo, el desarrollo de la personalidad¹⁸.

Este principio concibe a la persona como una unidad integral, que presenta en el momento actual unas capacidades, pero, que sobretodo, puede llegar a desarrollar otras que son potenciales. Resulta sumamente enriquecedor considerar que ningún ser humano tiene límites en su desarrollo,

¹⁸ Martínez Miguélez, M. (2009). Dimensiones Básicas de un Desarrollo Humano Integral. *Polis* [En línea], 23 | 2009. Disponible en: <http://journals.openedition.org/polis/1802>

que cada uno puede llegar a desarrollar capacidades que, en un principio, parecen inimaginables. El principio de desarrollo implica una orientación que atienda a todos los aspectos del desarrollo humano. Supone considerar al individuo en un continuo crecimiento y la orientación como un proceso continuo dirigido al desarrollo integral de la persona.

A manera de conclusión

La violencia de género ha estado presente en la historia de la humanidad, afectando los derechos humanos de las mujeres y las diferentes opciones que han sido limitadas por vía de discriminación en diferentes sociedades ubicadas en el tiempo. La desigualdad social con base al género limita la autonomía y libertad de las mujeres para tomar decisiones, reduciendo así las opciones que merman su desarrollo humano. El siglo XX, ha sido un siglo importante en materia de avances normativos donde han crecido ampliamente el catálogo de derechos humanos donde se especifican los derechos de las mujeres, siendo importante conceptos como igualdad de género reivindicados en los movimientos de luchas de las mujeres e incorporados en los ordenamientos internos de los países, entre ellos, se citan los casos de México, Ecuador y también Venezuela.

No obstante, el gran avance a nivel internacional, en materia de derechos humanos de las mujeres, igualmente impulsado y reconocido también por Venezuela, no deja de ser menos cierto que la problemática vinculada a la violencia de género sigue siendo una realidad presente en el contexto de la sociedad global, en el que la violencia hacia la mujer sigue afectando a este grupo social, reduciendo sus capacidades, oportunidades y mermando su libertad, lo que termina limitando su buen vivir, su autonomía. Se plantea dar vida a diferentes mecanismos que por medio de la educación estén orientados a lograr cambios en la cultura, en las relaciones sociales dando paso relaciones más igualitarias entre hombres y mujeres, es decir, hacia una igualdad efectiva de género. El componente educativo en ese sentido es medular en cualquier proceso de transformación cuyo objetivo sea la igualdad efectiva de género. Aún hay camino por andar para lograr esa igualdad efectiva, para llegar a un mundo donde no se discrimine en base al sexo construido socialmente.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Concepto (2021). La *Enciclopedia*. <https://concepto.de/baja-autoestima/>
Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/posttraumaticstressdisorder.html>.
- Gutiérrez, I. (2013). Prevención de la violencia contra las mujeres. Propuesta educativa desde el asesoramiento y desarrollo humano. *Revista Notas de Investigación*. AÑO XII, N° 15 y 16, enero-diciembre 2013 p. 55.
- Lamas, M. (2007). *El Género es cultura. Carta Cultural Iberoamericana*. En: http://www.paginaspersonales.unam.mx/app/webroot/files/981/El_genero_es_cultura_Martha_Lamas.pdf.
- Martínez, S. (2019). Efectos de la Violencia de Género en las víctimas. *Revista Digital INESEM*. Disponible en: [https://revistadigital.inesem.es/educación-sociedad/violencia-de-generoPNUD-INMUJERES\(S/F\).Desarrollohumanoyviolenciacontra las mujeres en México](https://revistadigital.inesem.es/educación-sociedad/violencia-de-generoPNUD-INMUJERES(S/F).Desarrollohumanoyviolenciacontra las mujeres en México). Documento en línea: <https://www.onu.org.mx/wp-content/uploads/2016/12/DesarrolloHumano-y-ViolenciaMujeres.pdf>.
- Martínez Miguélez, M. (2009). Dimensiones Básicas de un Desarrollo Humano Integral. *Polis* [En línea], 23 | 2009. Disponible en: <http://journals.openedition.org/polis/1802>.
- Ramos, C. (1997). El concepto de género y su utilidad para el análisis histórico, *La Aljaba, segunda época*, vol. II, p. 13. Disponible en: <http://www.biblioteca.unlpam.edu.ar/pubpdf/aljaba/v02a02ramos.pdf>.
- Sandín, B. & Chorot, P. (1995). Concepto y categorización de los trastornos de ansiedad. En: A. Belloch & B. Sandín y F. Ramos (Eds.), *Manual de Psicopatología*, Vol. 2. Madrid: McGraw-Hill, pp. 53-80.
- Scott, J. W. (2008). *Género e Historia*. Boadas, C. V. (Traduct.), Fondo de Cultura Económica, Unam, México. En: <https://introhistoria13.files.wordpress.com/2012/10/scott-gc3a9nero-e-historia-parte-i.pdf>.

Villague, J. (2019). *Las 7 secuelas de las víctimas de violencia de género*. Disponible en: <http://psicologíaymente.com/forense/secuelas-victimas-violencia-de-genero>.

Walker, L. (2009). *The battered woman syndrome*. Third edition. New York: Springer Publishing Company, LLC.

Zambrano, S., Cabanes, I., Salinas, J., Goyas, L., y Goyas, L. (2019). La igualdad de género y el desarrollo humano. Especial referencia a la República del Ecuador. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 2(3), p. 121. Disponible en: <http://remca.umet.edu.ec/index.php/REMCA>.