

Las dos vías que protagonizan las mujeres para cortar con la violencia de género en la pareja

María Antonia Aretio Romero¹

Recibido: 13/03/2020; Revisado: 30/03/2020; Aceptado: 25/05/2020

Resumen. Las mujeres atrapadas por la violencia de género de sus parejas han de recorrer un largo camino para tomar conciencia de la misma y afrontarla hasta lograr romper con ella. Se trata de un proceso de gran complejidad, sufrimiento y heterogeneidad en el que las mujeres atraviesan diversas fases. Existen dos vías para lograr la ruptura: una sustentada en factores positivos que fomentan el empoderamiento de las mujeres; y la otra, articulada con factores negativos que conducen a su agotamiento y destrucción. En el proceso de ruptura y superación de la violencia de género se han mostrado decisivas las medidas que fomentan la autonomía económica y subjetiva de las mujeres. Con ello se ha descubierto la ineficacia de buena parte de las medidas públicas destinadas a las mujeres afectadas por la violencia de género. Es urgente, por lo tanto, un cambio radical de dichas medidas. El Trabajo Social se muestra como una – o “la”- profesión decisiva para acompañar a las mujeres en su proceso de abordaje, ruptura y superación de la violencia de género, especialmente a aquellas con mayor vulnerabilidad frente a la misma.

Palabras clave: género; Trabajo Social; empoderamiento; vulnerabilidad.

Sumario: Introducción. 1. Metodología. 2. Consideraciones previas. 3. Origen, evolución y consciencia de la violencia de género. 3.1. Camino a la consciencia. 3.2. Evolución de sus sentimientos. 3.3. Estrategias para frenar la violencia de género. 3.4. Agravamiento. 3.5. Reacciones del entorno de la mujer al conocer la violencia de género. 3.6. Rupturas parciales. 4. De la consciencia a la ruptura definitiva. 4.1. Factores facilitadores negativos. 4.2. Factores facilitadores positivos. 4.3. Las dos vías para la ruptura. 5. Factores esenciales para la ruptura.

Cómo citar: Aretio Romero, M. A. (2021) Las dos vías que protagonizan las mujeres para cortar con la violencia de género en la pareja. *Cuadernos de Trabajo Social*, 34(1), 155-168.

Introducción

La violencia de género es uno de los problemas más graves de las sociedades actuales. Consecuencia del sistema patriarcal que promueve relaciones de desigualdad entre hombres y mujeres (Miranda, 2007), fomenta el dominio y subordinación de éstas últimas respecto a los primeros.

La violencia de género, entendida como la ejercida por los varones para asegurarse privilegios que la cultura les ha otorgado y que el rol asignado a las mujeres les proporciona (Nogueiras, 2011), adquiere múltiples expresiones.

Una de las más destacadas es la violencia en las relaciones de pareja heterosexuales.

Violencia de género que ha ido ocupando progresivamente mayor espacio público, debido sobre todo al potente movimiento social liderado por mujeres en diversos rincones del planeta reivindicando un giro radical en las políticas. En España, se han implementado nuevos y más recursos a la lucha contra este problema. Pero los resultados muestran, dramáticamente, el fracaso de la mayoría de esas estrategias, muy centradas en la “judicialización” de la violencia de género. Resulta oportuno evaluar qué es lo que está ocurriendo con

¹ Trabajadora Social Atención Primaria del Servicio Riojano de Salud.
toniar66@gmail.com

los procesos de intervención. En muchos de ellos está implicado el Trabajo Social.

Aquí se va a mostrar cómo las mujeres transitan por diversos itinerarios desde que son conscientes de la violencia ejercida por su compañero afectivo hasta lograr romper dicha relación. Y que las diferencias entre esos caminos van a determinar el éxito de la ruptura definitiva con dicha violencia y la superación (mejor o peor) del trauma ocasionado en su vida, la de sus menores y su entorno próximo.

El Trabajo Social es una profesión, tal vez “la” profesión, llamada a tener un papel central en el acompañamiento a las mujeres y sus menores en ese tránsito que suele durar muchos años. La pericia y competencia profesional va a poder acortar significativamente este tiempo de sufrimiento. Nuestra responsabilidad como trabajadora/es sociales es elevada. Avanzar en el conocimiento y comprensión de los procesos que afectan a las mujeres para realizar intervenciones sociales apropiadas a cada momento y con cada mujer es, sin duda, un reto profesional de primer orden. Porque no todo vale. Ni todas las actuaciones tienen la misma eficacia ni incluso bondad; algunas incluso son revictimizadoras.

1. Metodología

Los resultados aquí expuestos son algunas conclusiones de mi tesis doctoral, destinada a conocer los factores que ayudan a las mujeres afectadas por violencia de género a la ruptura de la misma y la superación posterior. El trabajo de campo fue realizado con metodología cualitativa. Se emplearon entrevistas en profundidad, triangulares y dinámicas grupales.

En la primera fase del trabajo de campo (2012) se mantuvieron entrevistas con 50 mujeres. Compartían estos criterios: haber vivido al menos una ruptura de pareja con presencia de violencia de género, encontrarse mejor que antes de la ruptura y haber realizado algún avance personal respecto al inicio.

Fueron entrevistas semiestructuradas. Las mujeres fueron derivadas por profesionales de servicios públicos y entidades intervinientes en violencia de género. Uno de los propósitos del trabajo era “dar voz” a mujeres con situaciones de vulnerabilidad/exclusión, habitualmente no incluidas en este tipo de investigaciones. Con

este objetivo, se realizaron estas entrevistas: 21 migrantes, 2 internas en el centro penitenciario y otra ex reclusa, 4 con discapacidad, 3 mayores de 65 años, 11 del mundo rural, 1 había tenido problemas de adicciones, 1 gitana y 3 en otras situaciones de exclusión social.

Se excluyeron 7 entrevistas del total de las 50 porque las mujeres no habían logrado superar la violencia de género. Las entrevistas fueron grabadas en audio, exceptuando las 2 realizadas en el centro penitenciario. La duración media del tiempo de grabación de cada entrevista está próxima a las 2 horas.

En la segunda fase (mayo 2013) se realizaron 4 entrevistas triangulares con 12 profesionales expertas en violencia de género (trabajadoras sociales, psicólogas, médica de familia y psiquiatra) de diversas instituciones.

Además, se realizaron tres dinámicas grupales con mujeres (junio y julio 2013). La primera fue un grupo focal con mujeres provenientes de los grupos² del proyecto municipal de Logroño “Autonomía en femenino plural” para comparar los diferentes procesos de superación –mujeres con relaciones de pareja violenta y mujeres con otras situaciones de crisis personal- al objeto de explorar similitudes y diferencias entre ambos procesos de superación. Las otras dos dinámicas grupales estuvieron integradas por mujeres con quienes se habían mantenido entrevistas individuales en la fase primera.

El análisis de los datos de todas las entrevistas (individuales, profesionales y grupos) se realizó con el programa ATLAS.ti v.4.1. Los rigurosos aspectos éticos y metodológicos del trabajo de campo pueden consultarse directamente en el apartado correspondiente de la tesis doctoral.

En este artículo van a mostrarse algunos testimonios de las mujeres, señalados al final de las citas así: (M-mujer-. nº de la entrevista).

2. Consideraciones previas

Antes de avanzar, es preciso señalar cuatro cuestiones fundamentales:

La heterogeneidad

Cada una de las relaciones de pareja con violencia de género reviste un carácter peculiar.

² Grupos de apoyo para mujeres en situaciones vitales de crisis. Las participantes en la dinámica no habían vivido VG en pareja.

La manera original en que se combinan los diversos tipos de factores que conforman la identidad de cada mujer (desde los más próximos –personales y del contexto socio-cultural cercano– a los más estructurales) y varón generan relaciones de pareja violentas únicas (García y Casado, 2010). La diversidad caracteriza: el momento y formas de inicio de la violencia de género, su evolución, las maneras en que la mujer la percibe y comprende, los afrontamientos de la situación, la ruptura y el itinerario posterior de superación.

Aunque por motivos expositivos aquí se describirán procesos desde un marco general, es imprescindible tener presente esta heterogeneidad y unicidad en el acercamiento profesional a cada mujer –y su entorno– afectada por violencia de género.

La naturalización e invisibilidad

La violencia contra las mujeres está presente de una u otra manera en el conjunto de las relaciones sociales, presididas por la desigualdad estructural entre géneros. Su naturalización, fruto del patriarcado, ocasiona dificultad para desvelarla tanto por profesionales como mujeres. Hay una parte muy importante de mujeres afectadas directamente por violencia de género que no son conscientes de ella.

Sus enormes consecuencias

Las dramáticas y devastadoras consecuencias que esta violencia produce han sido puestas de relieve en una gran profusión de estudios nacionales e internacionales, generando consenso acerca de los efectos nocivos que genera en la salud de las mujeres (Valls, 2008) a corto, medio y largo plazo. Afecta a su salud, dignidad, seguridad y autonomía. Repercute en otras personas que conviven con ellas (hijas e hijos, personas dependientes). Dificulta su participación social y económica. Influye en la probabilidad de tener empleo y en las posibilidades de promoción. Produce una tendencia a ocupar empleos de baja cualificación, salarios más bajos, mayor índice de absentismo y pérdida de empleo. La violencia de género empobrece, a las mujeres, sus familias y comunidades. Ser una mujer que ha vivido violencia de género incrementa la probabilidad de ser estigmatizada.

Mujeres más vulnerables

Aunque todas las mujeres están expuestas por igual a la violencia de género por el hecho de ser mujeres (variable estructural) no todas la van a vivir y afrontar de la misma manera. Hay situaciones que incrementan su vulnerabilidad a la violencia de género en relación directa a su dependencia económica y subjetiva (Aretio, 2015). Destacan: migración, exclusión social, pobreza, diversidad funcional, residencia en el mundo rural, etnia minoritaria, edad elevada, etc.

3. Origen, evolución y consciencia de la violencia de género

La violencia de género no emerge de forma repentina. Ni la mujer ni el hombre se posicionan igual desde el inicio. Hay una larga y compleja evolución hasta que las mujeres dan el paso a la ruptura definitiva. Se suceden cambios imperceptibles generando una dinámica envolvente que las atrapa con más fuerza según transcurre el tiempo.

Puede estar presente con claridad casi desde el inicio de la relación (noviazgo) o puede ir surgiendo más soterradamente. Se teje despacio, de manera sutil, revestida con el amor romántico, enmascarando el dominio y control. Incluye el aislamiento de las redes de apoyo y espacios propios así como el socavamiento de proyectos de la mujer vinculados a esferas de autonomía. Pese a la heterogeneidad, hay un itinerario tipo respecto a las formas de expresión inicial de la violencia, con gradación de menor a mayor gravedad. El maltrato psicológico está presente en todas las relaciones; el físico es el menos frecuente. El sexual, social y económico están muy invisibilizados.

3.1. Camino a la consciencia

Proceso dilatado en el tiempo. Al principio las mujeres perciben un malestar inespecífico, desencanto, contradicciones. Tienen menos capacidad para dialogar con su pareja, para decidir. Un cerco que se va estrechando desorientándolas, socavando sus referencias previas. No saben ponerle nombre al profundo pesar que va surgiendo en su vida. Se les empieza a desmoronar el castillo construido a base de entrega incondicional, minimizando conductas de control y dominio. Todavía no pueden ver lo que no están preparadas para encontrar.

Muchas llegan a reconocer gran distancia entre su ideal previo de vida en pareja y la realidad, pero todavía buscan justificación a la conducta del agresor. En ese camino, se suelen responsabilizar y culpabilizan del fracaso de la pareja.

Pero el malestar avanza, impidiéndoles cesar en la búsqueda de explicaciones. Empiezan a pensar que las causas no están en ellas, sino en su relación de pareja.

El camino de la consciencia atraviesa fases, para ir aceptando la realidad y nombrar la violencia. Además, el estereotipo que asocia violencia de género casi exclusivamente con estallidos explosivos de violencia física muy grave dificulta que reconozcan otros tipos de violencia antes.

Dentro de la heterogeneidad, hay algunos elementos destacados que ayudan en esa lucidez. Uno, la disminución de propósito de enmienda en sus parejas. Otro, las agresiones físicas. Igual que el aumento de gravedad de las agresiones habituales. O el maltrato económico cuando ocasiona carencias materiales en la vida cotidiana. O algunas intervenciones profesionales adecuadas y oportunas. Los medios de comunicación también pueden ser muy

útiles, máxime cuando existe aislamiento social intenso.

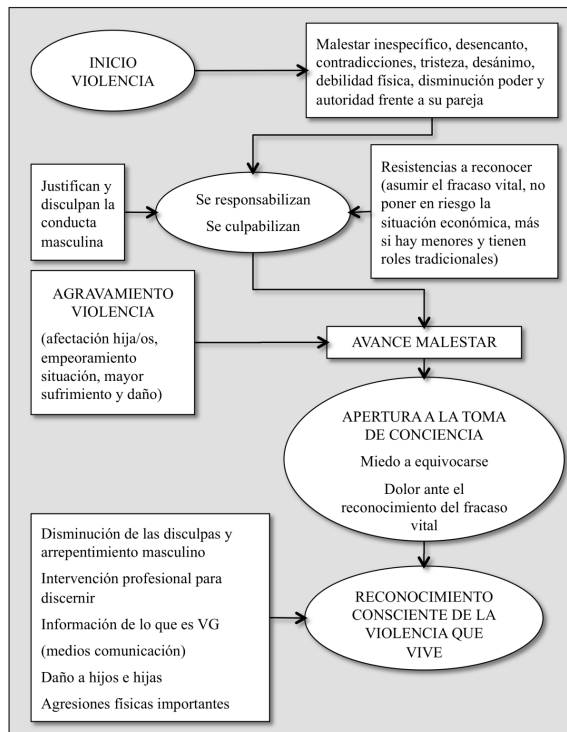
Este proceso de discernimiento implica algunos pasos previos, como el de asumir la propia individualidad. La socialización femenina tradicional pivota sobre cada decisión. El mandato de atender a hija/os y demás personas de su familia por encima de las propias necesidades (Lagarde, 2000) condiciona que muchas mujeres, intuyendo la situación de maltrato, no quieran de manera consciente entrar a indagar en ello. Esta variable adquiere mayor peso en mujeres de edad avanzada. Mas cuando perciben que la violencia de género daña directamente a sus descendientes, hay cambio: es uno de los motivos importantes para reconocerla.

Pero hasta tiempo después de haber realizado la ruptura no se tiene plena consciencia de lo vivido.

Quando sales de los malos tratos es cuando tomas consciencia en realidad de lo que te ha pasado (M.29).

Sintetizando, el proceso de consciencia incluye diversas fases recogidas³ así:

Figura 1: Proceso de consciencia por parte de las mujeres de la violencia de género recibida.



Fuente: Elaboración propia.

³ Teniendo en cuenta que es un proceso tipo que no recoge de manera completa la heterogeneidad de los procesos de todas mujeres..

3.2. Evolución de sus sentimientos

Emergen paralelos al proceso cognitivo de saberse “mujer maltratada”.

Al principio viven momentos de desconcierto, inseguridad, ambivalencia. La decepción es una constante. Más tarde, aparece la sensación de fracaso. Constatar su equivocación atrae sentimientos de excesiva responsabilidad, casi de culpabilidad. Aunque pretendan minimizar la violencia recibida, viven contradicciones que les permiten mantenerse alerta y avanzar. Pero la violencia se va instalando: aumenta el malestar, la pérdida de control, vacío y desorientación. Su autoestima cae paulatinamente, igual que el sentimiento de competencia para dar un giro a la situación.

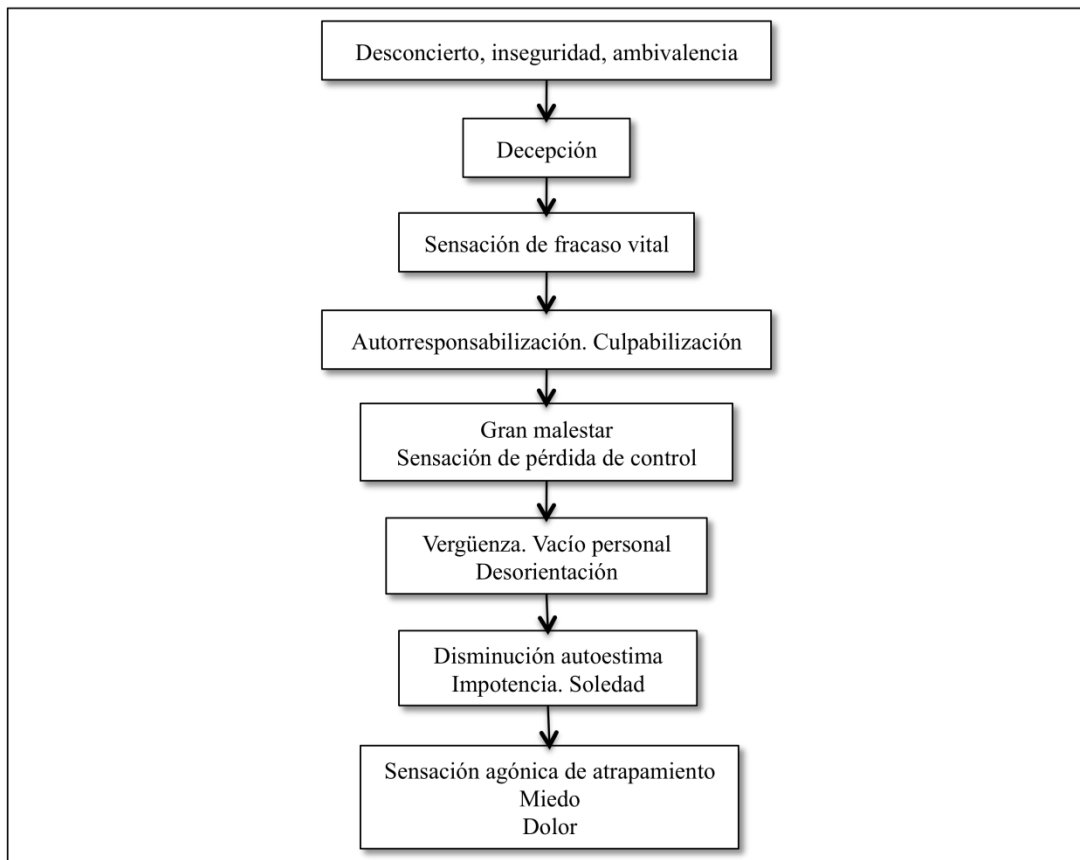
Reconocerse como mujer atrapada por la violencia de género es muy doloroso, máxime estando debilitadas. Además, “saberse víctima sin tener recursos psicológicos para reaccionar adecuadamente es devastador” (Dio, 2011).

El dolor, vergüenza, sensación de fracaso, inseguridad, junto al aislamiento y falta de apoyo social, las empujan a vivir esta experiencia en soledad. Se va cerrando un círculo vicioso, cada vez más agónico, del que es más difícil salir según transcurre el tiempo.

La violencia prosigue: el miedo aparece en todas las mujeres. Entonces pueden considerar la ruptura como una solución.

La siguiente figura recoge este proceso. La intensidad de la mayoría de las emociones va a ir aumentando con el tiempo, sumándose hasta el momento en que el miedo envuelve a las demás.

Figura 2: Evolución de los sentimientos según avanza la consciencia de la violencia de género.



Fuente: Elaboración propia.

3.3. Estrategias para frenar la violencia de género

Las mujeres se muestran muy activas tejiendo estrategias desde el principio para minimizar la violencia de género y “salvar” su pareja. Múltiples y adaptadas tanto a la situación y posibilidades de cada una como a la coherencia con las tres fases por las que parecen tran-

sitar en su extenuante empeño. Al principio, confían en su propia capacidad para controlar la violencia. Según constatan que se va a producir igualmente, hagan lo que hagan, sus maniobras irán dirigidas a sufrir lo menos posible. Finalmente, asumido que su pareja no va a cambiar, planean acciones encaminadas a la ruptura.

Figura 3: Fases para minimizar la violencia



Evidencia la actividad de cada mujer en todo el proceso y su inmenso esfuerzo para salir de la violencia.

deja su vida (y la de sus menores) devastada mucho tiempo. Algunas secuelas serán para siempre (Simón, 2017).

3.4. Agravamiento

Gran parte de ellas señalan que los episodios con violencia física y/o sexual constituyen un salto a mayor gravedad en la escalada violenta. Muchas nunca han llegado a recibir agresiones físicas, mas la violencia psicológica termina siendo tan devastadora o más que la física. Pese a semejante heterogeneidad hay un hilo común: la sensación de pérdida de control y la emergencia del miedo, pánico y debilidad, presentes en sus vidas a partir de determinada fase.

El momento en que cada mujer decide continuar en la relación pese a la violencia es diverso. Sus testimonios reflejan un intenso proceso reflexivo donde cada una sopesa elementos a favor y en contra, resquebrajando la imagen de pasividad y de poca o equivocada capacidad para discernir que se proyecta sobre ellas.

En relación con momentos de violencia extrema, presentes en una parte de las relaciones, se advierte su complejidad simbólica y contextual. Lejos de ser el motivo único para la ruptura, pueden ser un incidente muy poderoso que contribuyen a colmar el vaso de resistencia de cada mujer.

La gravedad de los cambios experimentados por las mujeres por la violencia de género

3.5. Reacciones del entorno de la mujer al conocer la violencia de género

Las mujeres no viven este proceso de violencia en el vacío. Las reacciones de su entorno próximo (familia, apoyo social y profesional) son muy relevantes. Los apoyos que les prestan son decisivos en su proceso hacia la ruptura. Cualitativa y cuantitativamente se han mostrado más eficaces los provenientes de la familia y amistades. El profesional interviene mucho menos en las fases previas a la ruptura. Las amistades aportan un apoyo muy apreciado, especialmente por las mujeres migrantes; para muchas, su única fuente de ayuda. Los agresores en ocasiones también presionan a familiares y amistades. Todavía persisten en los tres tipos de apoyo actitudes y creencias negativas respecto a la violencia de género que dificultan una ayuda eficaz.

3.6. Rupturas parciales

Algunas mujeres protagonizan rupturas no definitivas; acceden a reconciliaciones dando nuevas oportunidades a sus parejas. Los motivos por los que deciden romper con la relación en un inicio no son diferentes a los que esgrimen quienes realizan una ruptura definitiva. Sin embargo, se encuentran con algunas situaciones imprevistas que las “empujan” a

regresar con su agresor. Entre las más relevantes están:

- Dependencia económica, problemas laborales y de conciliación: precariedad laboral, ayudas públicas tardías y/o insuficientes, dificultades para cuidar a sus criaturas.
- Dependencia afectiva del agresor, sentimiento de culpabilidad.
- Miedo y amenazas de muerte.
- Presiones de su entorno familiar (hija/os incluida/os) y social para dar una nueva oportunidad.
- Dificultades legales: re-victimización secundaria en juzgados, asesoramiento equivocado y/o deficiente, temer la pérdida de custodia de sus criaturas.
- Insuficiente preparación (material). La ruptura consume mucha energía y recursos que, salvo si se han planificado, no suelen estar disponibles. Ocasiona demasiada carencia e inseguridad en ellas y su entorno.

4. De la consciencia a la ruptura definitiva

No hay un momento ni acontecimiento puntual y exclusivo que genere la ruptura. Es un proceso que hunde sus raíces en el conjunto particular de la experiencia de cada mujer.

Tras la consciencia, el miedo y dolor suelen ir avanzando hasta el punto en que ellas se plantean una salida y se organizan para ello. Este proceso puede durar mucho tiempo, incluso años (en mujeres más tradicionales y con menos apoyos).

Las mujeres coinciden en que viven un momento en el que sienten que la decisión y posibilidad de la ruptura está en sus manos: se sienten competentes. Momento “revelador” que las posiciona en el centro de su responsabilidad y autonomía. Todas lo han percibido con claridad. Momento de liberación (Pérez-Portabella, 2011), al que les cuesta llegar: vienen de una relación donde han mutilado su autodeterminación. A partir de entonces el escenario es diferente: organizan sus fuerzas para la separación.

Empiezas a darle más vueltas y yo tenía claro ya en un momento que eso yo no lo quería para toda mi vida (...). Entonces, me abrí una cuenta a escondidas... (M.40).

Desde que las mujeres deciden cortar hasta que se produce la ruptura el tiempo empleado es variable según circunstancias y recursos disponibles. Se constatan factores decisivos, agrupables en dos bloques:

- negativos: producen dolor y sufrimiento,
- positivos: permiten a las mujeres mejorar su situación (física, psíquica y social) mediante un proceso de empoderamiento mientras continúan en el vínculo violento.

4.1. Factores facilitadores negativos

Entre ellos destacan:

- momentos de violencia extrema y/o cuando esta violencia se hace pública. Lejos de ser el motivo único para la ruptura, pueden ser un incidente muy poderoso para cambiar su decisión.
- Reincidencia del agresor en la violencia tras acceder la mujer a convivir tras una ruptura parcial.
- Percepción del daño que la violencia produce en sus descendientes. Entran en contradicción dos mandatos: el de sostén de la pareja/familia y el de cuidado y protección de sus criaturas. Es una de las razones más poderosas para impulsar la ruptura cuanto antes.
- Presiones importantes de su círculo próximo.
- Agotamiento, gran deterioro de la salud y sufrimiento extremo tras años de violencia (8 años promedio, según la *Macroencuesta 2015* de la Delegación del Gobierno para la Violencia de Género). Las mujeres ya no tienen fuerzas para continuar.
- Pérdida de control casi total sobre la situación. Saben que la evolución será sólo a peor; no hay esperanza de cambio. En ese momento los deseos suicidas, o incluso la sensación de que las amenazas de muerte de su agresor van a cumplirse, colocan a las mujeres en una situación extrema en la que, combinadas con otras circunstancias, pueden ser el detonante definitivo para cortar.
- Conflictos con la sexualidad (descubrimiento de infidelidades de su pareja, violaciones sistemáticas, rechazo del cuerpo de las mujeres,...). Cuestionan su identidad y el rol dentro de esa pareja por la que tanto han soportado y mantenido la exclusividad sexual y afectiva. Provoca una quiebra decisiva en su autoestima.

- Daños económicos importantes (abuso económico sistemático, carencias en las necesidades básicas,...) incluso siendo ellas las sostenedoras económicas de la familia.

Todo este conjunto de factores facilitadores negativos (y otros similares) provocan un estado final de agotamiento: las mujeres no pueden continuar soportando la violencia. En el camino han perdido salud, energía y las mejores ilusiones vitales. Están devastadas, algunas al borde de la muerte y/o del suicidio. Han dado todas las oportunidades de cambio a su pareja, y sólo cuando la deriva de la situación es muy grave, alejado el fantasma de la culpabilidad por haber hecho todo lo que podían, comprenden el sinsentido de seguir sosteniendo la relación. Desde esa posición de extenuación, reconocen “no puedo más”. En ese momento, cualquier pequeño o gran incidente funciona como detonante definitivo para la ruptura. Incidente que no debe comprenderse ajeno a todo el contexto y proceso evolutivo de cada mujer en la relación y, en ocasiones, dentro del conjunto de su vida.

La ruptura cuando se realiza sobre todo desde la influencia de muchos factores negativos está caracterizada por el dolor, debilitamiento extremo y destrucción de la mujer. Es una vía de salida “en negativo”, llamada Vía A.

Llegas un momento, dices “ya no hay más oportunidades más” (...) Es el propio temor el que hace que uno dé ese paso (...) sentir que la vida se le va a ir a uno en un golpe (M.43).

4.2. Factores facilitadores positivos

Son múltiples y diversos. Les caracteriza la capacidad para ubicar a las mujeres en otro escenario marcado por la esperanza y acceso a algunos derechos, rompiendo la dinámica asfixiante de la dominación. Algunos de los más significativos:

- Apoyos eficaces y suficientes de todo tipo (instrumental, material, informativo, afectivo) recibidos tanto desde la familia, amistades y red social como del circuito profesional, que las ayuden a evaluar de manera diferente la situación y las acompañen en el tránsito.
- Acceso a espacios diversos - laborales y/o sociales- de relaciones más igualitarias donde reciben una imagen de mayor estima

y reconocimiento que aumentan su competencia para el cambio.

- Acceso a modelos alternativos de ser mujer. Conocer que las relaciones de pareja pueden estar basadas en el respeto e igualdad. Tener referencias de un futuro distinto les permite replantearse su presente. Cortan con la violencia de género, alentadas por el deseo de una vida mejor a su alcance. En general, todos los procesos que favorecen su empoderamiento personal y social para comprender que tienen derecho a otra vida diferente. Dentro de este bloque es importante la participación en espacios grupales (Zamanillo, 2008); mejor conformados desde la perspectiva de género (Millán, 2019). Constituyen unas herramientas muy valiosas para procurarles referentes alternativos y dotar de experiencias y oportunidades (Burin, 2002).

Ese grupo de apoyos positivos en su conjunto permite a las mujeres cambiar su mundo referencial. E iniciar de forma progresiva un necesario proceso de “deconstrucción identitaria”: desde la desigualdad y subordinación a un horizonte de mayor independencia y respeto (Lagarde, 2000). Conquistar espacios de autonomía económica y/o psicológica estando todavía emparejadas con su agresor. Es un camino hacia una nueva identidad: mujeres autónomas y empoderadas, que les permite posicionarse de otra manera. En esta posición empiezan a reconocerse: “no quiero vivir así”, “no me merezco esto”, “quiero y deseo vivir de otra manera”. Ese momento de toma de conciencia de su dignidad y valía les permite evaluar su relación y concluir que no les compensa seguir con su pareja. Inician el camino hacia la autonomía dentro del vínculo violento. Esa nueva forma de autoafirmarse frente a sus parejas les posibilitará la ruptura total después.

Es una vía a la ruptura basada en el empoderamiento progresivo y una mayor disponibilidad de apoyos. Vía de salida “en positivo”, llamada Vía B.

Sabía que tenía que salir de esa relación (...) Entonces empecé a trabajar, vas a reuniones, vas a un curso, empiezas a conocer a gente (...) a pensar y darme cuenta (...) fueron las primeras cosas que me empezaron a ayudar (M.6).

La mezcla de ambos tipos de factores facilitadores (positivos y negativos) caracteriza a la

Vía C. En ésta toman mayor protagonismo la disponibilidad de apoyos diversos y el miedo vivido tras momentos extremos de violencia.

4.3. Las dos vías para la ruptura

En el itinerario variado de cada mujer hacia la ruptura (tanto tengan mayor presencia los factores facilitadores negativos o positivos) se conjugan de manera particular las diversas variables psicosociales y estructurales. Camino atravesado por etapas cualitativamente diferentes, que desembocan en el momento de posicionamiento consciente y autónomo de cada una para afirmar su deseo y voluntad de la quiebra del vínculo que la encadena al agresor.

Lo significativo de todas las biografías es que en el proceso de violencia de género el tiempo y la energía que cada mujer dispone, incluido su margen de resistencia, se parece a un recipiente (diferente según cada una) que va llenándose progresivamente en el devenir de la relación. Cada acontecimiento, incidente, insulto, negación, desprecio, infidelidad, acoso, explotación, humillación... cuenta hasta que llega un momento en que, simplemente, se rebasa y la mujer se ubica en otra situación. En todos los casos es como si hubieran llegado al límite de su capacidad para soportar la violencia de género y sostener la pareja, con independencia de cada uno de los motivos concretos más o menos próximos a la decisión de la ruptura definitiva.

Las mujeres rompen con la relación cuando su recipiente particular se desborda y/o cuando sienten que no se merecen y/o no quieren vivir así desde su dignidad. Ese momento les lleva a concluir que no les compensa seguir con su pareja: no pueden y/o no quieren. Tienen que sentir esto con claridad en algún momento o el lamento por lo perdido provocará una vuelta a la relación o un duelo muy pronunciado.

Tras ese proceso de discernimiento y evaluación global de su experiencia de pareja, muchas expresan “¡hasta aquí he llegado!” (Cantera, 2004). A partir de ese momento clave se posicionan ante sí mismas y ante su pareja de manera diferente: ya han iniciado el camino de la soledad, se terminó la pareja (aunque algunas tengan que seguir conviviendo todavía un tiempo con sus agresores mientras resuelven temas legales u otros como vivienda, economía,...). Ya no van a realizar más esfuerzos

para salvar el vínculo. Todas sus energías van dirigidas a organizar su nueva vida, de la cual ahora se sienten responsables. Saben que no hay marcha atrás. Es un momento muy significativo: las mujeres tienen elevada conciencia de lo que supone; su autodeterminación es muy fuerte. Si los apoyos sociales y profesionales no hubieran estado presentes antes, éste es el momento idóneo en el que todos debieran conjugarse para aupar a las mujeres en esta fase de tránsito hacia su nueva vida, mostrando alternativas, facilitando recursos, confiando en su capacidad de elección.

Desde que deciden separarse del agresor hasta que lo hacen los plazos pueden ser muy variados. Algunas mujeres resuelven en pocas semanas; otras emplean muchos meses. Todas necesitan prepararse para cambiar de vida. En las primeras, habitualmente tras un incidente muy violento, pero también hay quienes toman la decisión porque se desvanecen temores o dificultades que las mantenían atadas a la relación. Cuando la ruptura se hace esperar, con frecuencia obedece a planes de las mujeres para salir en mejores condiciones: ahorran, esperan que sus descendientes tengan más edad, o tener un trabajo que les permita autonomía económica, o van dando pasos para una mejora progresiva de su autoestima o recuperación física.

En cualquier caso, no existen motivos que desencadenen la ruptura independientes del contexto e historia de cada relación. Lo que para una mujer es causa de ruptura, para otra puede resultar un motivo menor. Pese a la heterogeneidad de experiencias, hay un esquema común. Todas las mujeres llegan a un momento en el que sienten que no pueden y/o no quieren sostener durante más tiempo la relación de pareja. Lo relevante es el proceso, no el incidente puntual.

No todas dan el paso con la misma convicción. Algunas han relatado que han sido circunstancias desencadenadas en un momento concreto las que han terminado por variar su postura. Suelen ser personas próximas a ellas (que las ven sufriendo mucho y con ambivalencia ante la decisión) quienes hacen, o provocan algo, que las termina conduciendo a la ruptura. Sus hija/os adulta/os (o menores) ejercen un papel destacado, incluso presionándolas para la separación. También familiares, amistades cercanas, compañera/os de trabajo. Incluso la presión profesional puede precipitar el momento de la ruptura.

Se puede establecer una clasificación según sea el momento preciso en que se produce la separación física de la pareja:

- planificada,
- precipitada.

En la ruptura planificada, las mujeres realizan el tránsito con mayor serenidad, previsión y consciencia de lo que ocurre. Deciden contando con suficientes elementos de juicio. Disponen de apoyos precisos tanto dentro de la familia, red social así como de servicios públicos. Lo/as hijo/as, si los hay, viven el tránsito con menor carga de urgencia, sin que se les desbarate tanto la vida. Ellas incluso pueden haberse recuperado bastante física y emocionalmente. Es un proceso más ordenado, respeta mejor los ritmos y necesidades tanto de la mujer como de sus descendientes. Protagonizan el proceso, van decidiendo de manera progresiva respecto a la multitud de elementos sobre los que hay que tomar determinaciones. Esta ruptura planificada coincide más con la Vía A, la salida “en positivo”.

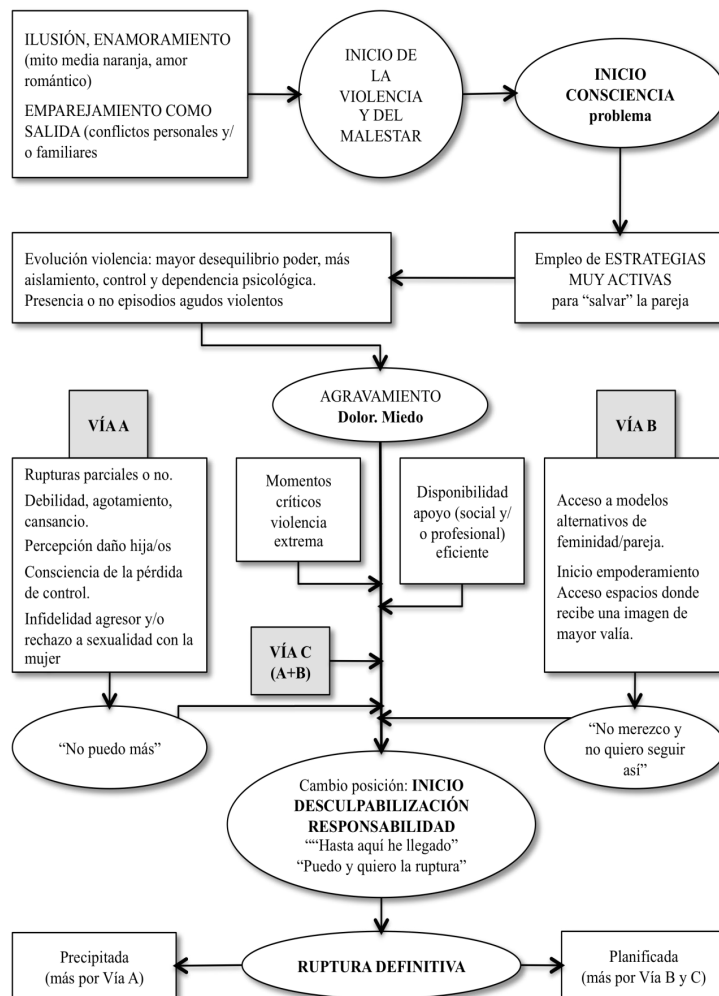
En la ruptura precipitada aumenta la probabilidad de la pérdida de control de la situación y derechos –por desconocimiento,

muchos no se ejercen–, del aumento de daños colaterales (incluyendo a hija/os). Las mujeres perciben el proceso como caótico; no saben muy bien ni lo que dicen ni a quien se lo cuentan (si media denuncia, de manera habitual realizan muchas declaraciones encadenadas en el tiempo ante diferentes profesionales, casi sin descansar y/o con mucha debilidad física y psicológica). Sus descendientes atraviesan esos días como si una fuerza extraña les empujara de un lado para otro, viviendo momentos de cierto desamparo. Una vorágine que los envuelve a todos. A veces a las mujeres les tientan deseos de dar marcha atrás para recuperar parte de su vida anterior, percibida en ese tránsito como menos caótica. Esta ruptura precipitada coincide más con la Vía B, la salida “en negativo”.

Las consecuencias de romper de una u otra manera son muy diferentes y relevantes. La vía protagonizada condiciona el bienestar de cada mujer y su familia así como su sensación de haber acertado con la decisión.

A modo de síntesis del proceso que las mujeres recorren desde el emparejamiento hasta la ruptura se ofrece la siguiente figura que recoge los momentos más relevantes del mismo y los factores influyentes en cada etapa.

Figura 4: Del emparejamiento a la ruptura en una relación de pareja heterosexual violenta.



Fuente: Elaboración propia.

5. Factores esenciales para la ruptura

Además de lo expuesto, y como gran marco que engloba el proceso para la ruptura, existe una relación directa entre el poder (personal y social) que cada mujer tiene y la mayor probabilidad de protagonizar una ruptura y superación en menor tiempo y con menor sufrimiento.

Hay dos conjuntos de factores que tienen una influencia determinante: aquellos que permiten la **autonomía económica** y los que posibilitan la **autonomía subjetiva**. Autonomía entendida como autogobierno (Murillo, 2011). Son claves para lograr el empoderamiento de las mujeres. Así se puede afirmar que:

- En la medida que una mujer logra ambos, supera la VG.
- Si una mujer tiene dificultades para lograr

una de las dos vertientes de autonomía, o ambas, su permanencia en la violencia de género será mayor o no logrará superarla.

Cuando a la dependencia económica se une la existencia de descendientes dependientes, la cronicidad en la violencia de género aumenta, así como la mayor dificultad para cortar la relación y superarla. Si se añade a una situación de escasos e insuficientes apoyos para conciliar el cuidado de esto/as, el panorama se torna dramático (Moriani, 2015).

Decía ¿quién va a cuidarme a la niña? (M.24).

Las situaciones de mayor vulnerabilidad frenan en mayor medida la autonomía. Son diversas, como se ha recogido al principio. Si

coinciden varias en una mujer sus efectos negativos se multiplican de manera exponencial. En las mujeres más vulnerables se encuentran más presentes algunas de estas variables: mayor preeminencia de valores y roles patriarcales, menor autonomía económica, menor acceso a los servicios públicos y mayor dificultad con el apoyo recibido desde sus redes sociales, que agravan y vuelven crónica la violencia de género.

Lo/as **hijos e hijas** son un factor fundamental que condiciona tanto la ruptura como la superación. La influencia que ejercen en las mujeres para mantener o romper con la violencia de género es compleja y evoluciona a través de diversas fases. En líneas generales la cadena de sentido sigue este eje: de ser un motivo para mantener el vínculo y preservar el modelo de familia nuclear patriarcal, a percibir el sufrimiento que reciben por la violencia de género para ser, finalmente, una de las principales motivaciones para la ruptura.

La separación no implica de manera automática el cese de la violencia de género; mucho menos la superación de la misma (Murillo, 2011). Entre otros medios, los agresores utilizan a hija/os para seguir ejerciendo violencia. Las mujeres y sus descendientes continúan sufriendo. Acoso posterior tan persistente que muchas llegan a plantearse un retorno a la relación.

El **apoyo profesional** es más eficaz en la medida que:

- Detecta de manera precoz la violencia de género.
- Respeta la autodeterminación, ritmos y necesidades de las mujeres.
- Establece buen vínculo y existe una figura de referencia.
- Planifica la ruptura con tiempo, coordinación y recursos adecuados.
- Asegura una coordinación eficaz si se inicia en los momentos de urgencia/gravedad/denuncia.

6. Conclusiones

- Las mujeres han revelado la compleja realidad de la violencia de género. Cada una vive un proceso particular donde se entretienen de manera diferencial variables personales, psicosociales y estructurales. Demandan en la intervención profesional una

mirada individualizada y exhaustiva a sus historias para escuchar y desvelar junto con ellas las tramas que sustentan el proceso violento en cada relación única, dentro de su contexto evolutivo. Implica evaluar las dinámicas internas de los dos miembros de la pareja (interacción de los factores socio-culturales con los específicos), la situación psicosocial de cada mujer, la manera en que se percibe a sí misma y contempla o no alternativas de salida.

- Las mujeres precisan un nuevo marco referencial alternativo que posibilite su cambio. Piden autodeterminación para decidir cómo –incluyendo o no interposición de denuncia (Aretio, 2007)– y cuándo hacer la ruptura (o permanecer en la relación). Exigen ser agentes de su propio proceso de cambio, dejando al sector profesional el rol de acompañante que facilite su autonomía y empoderamiento.
- El modelo de las dos vías para la ruptura cuestiona la mayoría de las intervenciones y políticas públicas, centradas en la denuncia y en forzar la salida inmediata de la violencia de género. Es necesario y urgente reorientar la mirada a los procesos de apoyo a las mujeres, desde la consciencia al empoderamiento para que sean ellas quienes decidan. Exige dotar de tiempo y medios profesionales y materiales eficaces y suficientes.
- La autonomía económica y subjetiva son los elementos imprescindibles para la ruptura con la violencia de género. La sociedad tiene una responsabilidad directa en su logro. Implica un cambio radical en el abordaje institucional de la violencia de género así como para des-culpabilizar a las mujeres por no lograr la ruptura antes.
- Las mujeres con alguna situación de vulnerabilidad necesitan de mucho más apoyo (diverso, intensivo, específico, adaptado a sus necesidades y suficiente para superar o minimizar su/s condiciones de vulnerabilidad) coordinado y sinérgico. Apoyos parciales o insuficientes, reforzarán la cronicidad y el agravamiento de la violencia de género.
- Muchos de los factores decisivos para la consciencia y ruptura con la violencia de género están íntimamente vinculados con las competencias del trabajo social, incluida la capacidad de acompañamiento a través del largo proceso para la autonomía

- subjetiva y económica. La proximidad de esta profesión al contexto de la mujer (individual/familiar, grupal y comunitario) (Ríos, 2020) permite realizar un abordaje global adaptado a las necesidades peculiares de cada una. Por todo ello, el trabajo social es una de las más relevantes o “la” profesión clave en la intervención ante la violencia de género.
- Los y las trabajadores y trabajadoras sociales han de mejorar su cualificación para intervenir ante la violencia de género (Elboj y Ruiz, 2010). Para ayudar a discernir, mostrar y facilitar alternativas. Acoger. Escuchar. Animar. Impulsar fortalezas. Facilitar. Propiciar recursos. Reforzar los apoyos sociales (Andreu, 2017). Trabajar en equipo interdisciplinar y en red (Navarro, 2004). Coordinar. Investigar.
 - Trabajo social que ha de realizarse desde la imprescindible perspectiva feminista para ayudar a las mujeres a desvelar los mandatos patriarcales que las encadenan a la violencia de género y remover las estructuras sociales para generar condiciones de vida en igualdad (Romero, 2019). Para defender los derechos humanos, la igualdad y la justicia social, vulnerados por la violencia de género y principios inherentes a nuestra profesión (CGTS, 2019).

7. Referencias bibliográficas

- Andreu Álvarez, M.D. (2017). *Resiliencia y Sintomatología Clínica en Mujeres Víctimas de Violencia de Género*. (Tesis doctoral). Facultad de Psicología, Universidad de Murcia, Murcia.
- Aretio Romero, M.A. (2015). *Las supervivientes que salieron del infierno. Factores que ayudan a las mujeres a superar la violencia de género en la pareja heterosexual*. (Tesis doctoral). Departamento de Trabajo Social, Universidad Pública de Navarra, Pamplona.
- Aretio, M.A. (2007). Aspectos éticos de la denuncia profesional de la violencia contra las mujeres, *Gaceta Sanitaria*, 21(4), 273-7.
- Burin, M. (2002). *Estudios sobre la subjetividad femenina*. Buenos Aires: Librería de Mujeres.
- Cantera Espinosa, L.M. (2004). *Más allá del género. Nuevos enfoques de nuevas dimensiones y direcciones de la violencia en la pareja*. (Tesis doctoral). Departamento de Psicología de la Salud y Psicología Social, Universidad Autónoma, Barcelona.
- Consejo General del Trabajo Social. (2019). *Código deontológico del trabajo social*. Madrid: CGTS.
- Dio Bleichmar, E. (2011). *Mujeres tratando a mujeres*. Barcelona: Octaedro.
- Elboj, C. y Ruíz, L. (2010). Trabajo Social y Prevención de la Violencia de Género. *Trabajo Social Global*, 1(2), 220-233.
- García Selgas, F. y Casado Aparicio, E. (2010). *Violencia en la pareja: género y vínculo*. Madrid: Talasa.
- Lagarde y de los Ríos, M. (2000). *Claves feministas para la autoestima de las mujeres*. Madrid: Horas y horas.
- Millán, R. (2018). Visibilizar cómo influyen en la salud de las mujeres las relaciones de desigualdad y violencia. *Servicios Sociales y Política Social*, XXXV(116), 11-26.
- Miranda, MJ. (2007). Relaciones de pareja, relaciones conflictivas. *Viento Sur*, 91, 83-90.
- Moriana, G. (2015). Barreras para escapar de la violencia de género: la mirada de las profesionales de los centros de protección de mujeres. *Cuadernos de Trabajo Social*, 28(1), 93-102.
- Murillo de la Vega, S. (2011). Violencia de género e igualdad: la igualdad como anticipo de la violencia. En: J. Pérez Viejo y A. Escobar Cirujano (coords.), *Perspectivas de la violencia de género* (pp.11-29). Madrid: Grupo 5.
- Navarro Pedreño, S. (2004). *Redes sociales y construcción comunitaria*. Madrid: CCS.
- Nogueiras, B. (2011). Feminismo y violencia contra las mujeres por razón de género. En J. Pérez Viejo y A. Escobar Cirujano (coords.), *Perspectivas de la violencia de género* (pp. 31-45). Madrid: Grupo 5.
- Pérez-Portabella Puig, M. (2011). Grupo de atención psicosocial para mujeres en proceso de ruptura de pareja. En: N. Roca Cortés y J. Masip Serra, *Intervención grupal en violencia sexista* (pp. 136-154). Barcelona: Herder.
- Ríos Campos, P. (2020) Aportaciones de las teorías relacionales y feministas al Trabajo Social, *Cuadernos de Trabajo Social*, 33(1), 43-52.

- Romero Delgado, J. (2019). Violencia de género y Trabajo Social. Análisis de los discursos y abordajes de los/las profesionales de Trabajo Social en materia de violencia de género. *Revista de Treball Social*, 217, 31-53. DOI: 10.32061/RTS2019.217.02
- Simón, M. (2017). Evaluación de secuelas y lesiones sociales de víctimas adultas de violencia de género en el contexto del trabajo social forense. Dimensiones e indicadores. En: S. Amaro y C. Krmpotic (coords.), *Diccionario Internacional de Trabajo Social en el ámbito sociojurídico* (pp: 469-501). Barcelona: Nova Casas.
- Valls, C. (2008). *Mujeres invisibles*. Barcelona: De Bolsillo.
- Zamanillo, T. (2008). *Trabajo social con grupos y pedagogía ciudadana*. Madrid: Síntesis.