



Impacto de la violencia familiar en la autoestima, el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento en mujeres

Impact of family violence on self-esteem, psychological well-being and coping strategies in women

Impacto da violência familiar na autoestima, no bem-estar psicológico e nas estratégias de enfrentamento das mulheres

Yanet Yvonne Rocha-Cuadros

yanetrochac@unife.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0003-0370-9309>

Universidad Femenina Sagrado Corazón

Lima - Perú

Dante Jesus Jacobi-Romero

dante.jacobi@uwiener.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0002-3062-328X>

Universidad Privada Norbert Wiener S.A.

Lima - Perú

Tito Orlando Chunga-Díaz

tchungad@ucvvirtual.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0003-2933-6715>

Universidad Cesar Vallejo

Lima - Perú

Marco Antonio Mori-Doria

mmorid@cientifica.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0002-7846-5807>

Universidad Científica Del Sur

Lima - Perú

<http://doi.org/10.59659/revistatribunal.v5i10.112>

Artículo recibido 03 de septiembre de 2024 / Arbitrado 28 de septiembre de 2024 / Aceptado 19 noviembre 2024 / Publicado 01 de enero de 2025

Resumen

El propósito de este estudio fue investigar la asociación entre la autoestima, el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia familiar atendidas en un Centro de Salud en Lima, Perú. La investigación se basó en un enfoque cuantitativo, de tipo aplicado y con un diseño descriptivo correlacional, utilizando una muestra de 45 mujeres afectadas por la violencia. Los resultados destacan que la autoestima y el bienestar psicológico tienen un poder predictivo significativo, representado por un R^2 de 0.763, con una significancia estadística de $p < 0.01$, lo que implica que estas variables explican el 76.3% de la variabilidad en las estrategias de afrontamiento. Además, se observó una correlación significativa entre la autoestima, el bienestar psicológico y sus respectivas dimensiones con las estrategias de afrontamiento. En conclusión, se evidenció una relación significativa entre la autoestima, el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento en las mujeres víctimas de violencia familiar analizadas, destacando que el bienestar psicológico tiene una mayor capacidad predictiva que la autoestima en las estrategias de afrontamiento de estas mujeres.

Palabras clave:

Autoestima, Bienestar psicológico, Estrategias de afrontamiento, Mujeres, Víctimas de violencia.

Abstract

The purpose of this study was to investigate the association between self-esteem, psychological well-being and coping strategies in women victims of family violence treated at a Health Center in Lima, Peru. The research was based on a quantitative approach, applied and with a descriptive correlational design, using a sample of 45 women affected by violence. The results highlight that self-esteem and psychological well-being have a significant predictive power, represented by an R^2 of 0.763, with a statistical significance of $p < 0.01$, which implies that these variables explain 76.3% of the variability in the strategies. coping. Furthermore, a significant correlation was observed between self-esteem, psychological well-being and their respective dimensions with coping strategies. In conclusion, a significant relationship was evident between self-esteem, psychological well-being and coping strategies in the women victims of family violence analyzed, highlighting that psychological well-being has a greater predictive capacity than self-esteem in the coping strategies of these women.

Keywords:

Self-esteem, Psychological well-being, Coping strategies, Women, Victims of violence.

Resumo

O objetivo deste estudo foi investigar a associação entre autoestima, bem-estar psicológico e estratégias de enfrentamento em mulheres vítimas de violência familiar atendidas em um Centro de Saúde de Lima, Peru. A pesquisa baseou-se em abordagem quantitativa, aplicada e com desenho correlacional descritivo, utilizando uma amostra de 45 mulheres vítimas de violência. Os resultados destacam que a autoestima e o bem-estar psicológico têm um poder preditivo significativo, representado por um R^2 de 0,763, com significância estatística de $p < 0,01$, o que implica que estas variáveis explicam 76,3% da variabilidade nas estratégias. Além disso, foi observada correlação significativa entre autoestima, bem-estar psicológico e suas respectivas dimensões com estratégias de enfrentamento. Concluindo, ficou evidente uma relação significativa entre autoestima, bem-estar psicológico e estratégias de enfrentamento nas mulheres vítimas de violência familiar analisadas, destacando que o bem-estar psicológico tem maior capacidade preditiva do que a autoestima nas estratégias de enfrentamento destas mulheres.

Palavras-chave:

Autoestima, Bem-estar psicológico, Estratégias de enfrentamento, Mulheres, Vítimas de violência.

INTRODUCCIÓN

El continuo incremento en las investigaciones en el campo de la psicología legal, en sus diferentes áreas como en la justicia penal, civil, familiar y laboral, ha evidenciado diferentes variables asociadas tanto a los agresores, las víctimas y los agentes asociados al proceso. Esto ha permitido identificar modelos explicativos de cómo se presentan agresiones que, en muchas ocasiones, en el ámbito de la violencia familiar son permanentes. Existen dos variables que parecen ser importantes: la autoestima y la presencia de bienestar psicológico. La autoestima en las mujeres que han sido víctimas de violencia física y psicológica será baja; hay investigaciones que señalan que la autoestima baja predispone a la mujer a tales circunstancias.

Por otro lado, diversos estudios han realizado investigaciones sobre el bienestar psicológico y la autoestima, de tal manera que algunas conclusiones señalan que algunas personas maltratadas disfrutan de un elevado bienestar psicológico y autoestima. Para Flores Castañeda, (2023) una posible explicación a este fenómeno podría ser cierta capacidad de resistencia o características fuertemente arraigadas en la personalidad que les permiten aceptar y manejar las circunstancias vitales asociadas al maltrato. Hay varios estudios que señalan la asociación entre autoestima, bienestar psicológico y el maltrato, y su relación con diferentes estrategias de afrontamiento. Lo que parece común es que vías más adaptativas de afrontamiento (comprensión intelectual, reevaluación y aceptación, búsqueda de apoyo social, entre otras) están asociadas con un mejor bienestar. En psicología positiva, la violencia familiar no es considerada como un camino para obtener bienestar psicológico; sin embargo, encontramos estudios en los que las estrategias utilizadas ante situaciones de violencia influyen en el bienestar

La violencia familiar es un problema global que afecta a la salud y el bienestar de las víctimas y constituye en la actualidad un importante problema de salud pública. Los datos obtenidos en diferentes estudios tanto nacionales como internacionales indican que la violencia de género es una epidemia a nivel mundial. La violencia hacia la mujer constituye una de las formas más comunes de violencia en la sociedad, siendo cualquier acto violento, sea físico, sexual o psicológico, que afecta desfavorablemente a las mujeres. La atención a las mujeres víctimas de violencia familiar o de género constituye en la actualidad un campo privilegiado para la investigación, la intervención y el análisis de un problema complejo cuya resolución exige la coordinación y el compromiso de los agentes implicados desde diferentes planos: político, social, económico, jurídico y sanitario, entre otros. Las intervenciones con estas mujeres han sido demandadas tradicionalmente por diferentes ámbitos, especialmente desde lo social y psicológico.

Así, diferentes estudios como el de Aguilar Nina, (2023) coinciden en destacar la necesidad de asistir a las mujeres mediante la aplicación de programas específicos para su recuperación. Dichos programas están enfocados a cubrir las necesidades existentes en estas mujeres con el objetivo de mejorar su situación emocional y psicológica. Sin embargo, también existen dificultades a la hora de llevar a cabo programas de estas características, ya que no todas las mujeres similares han experimentado situaciones violentas de forma similar. Esto hace que la tarea de creación de este tipo de programas sea complicada y requiera tener en cuenta y definir diferentes (Laudano, 2023)

La autoestima se ha considerado una de las variables privilegiadas en las aproximaciones psicológicas en el campo de la salud mental. Tanto es así que autoestima y salud mental, en muchos casos, han llegado a ser intercambiables. La autoestima se define como el “juicio horizontal del valor de uno mismo y el juicio vertical de su competencia en áreas específicas.” Las personas, según este concepto, tienen una serie de creencias sobre su capacidad para llevar adelante situaciones de interacción social, capacitación o habilidades propias, logros materiales, etcétera, diferente y más específico del concepto genérico de autoestima. La autoestima se refiere a que “principalmente, el ser humano puede distinguir entre él mismo (autoestima) y con respecto a los demás (heteroestima), estableciendo una relación graderante de estímulo en la que prima la percepción, la vivencia y la actuación.” (Carvajal Carrera, 2023)

La autoestima tiene unas íntimas relaciones con la salud mental. Tanto es así que se comentan los beneficios directos e indirectos a nivel psicofisiológico, emocional, social y cognitivo; a nivel de competencias personales y profesionales; en relación con el manejo adecuado del estrés; en el mantenimiento o mejora del bienestar; desde la perspectiva psicopatológica como prevención para los trastornos mentales y somáticos; e incluso económicos y de marketing. Otras aproximaciones no paran en destacar la relación entre autoestima, salud mental y bienestar, sino que además encontramos que la autoestima es un determinante de la motivación, ya que el individuo actuará más en actividades que le hagan sentirse valioso, donde obtenga más éxito y logros, siendo además estas personas más flexibles a pesar de los fracasos en relación a su autoestima (Salinas Álzate, 2024)

El estudio define el bienestar psicológico, indicando que es un constructo que reniega de la presencia de síntomas (en mayor o menor nivel), pero sin permitir la ausencia de los mismos. Dicho autor señala que el bienestar biopsicosocial e intrapsíquico se relaciona con la salud y la enfermedad de manera positiva o negativa. Si bien la salud y la enfermedad suelen ser considerados como dos fenómenos que así se definen, esta clasificación significa que el cuerpo o la mente presentan una situación deseable o no deseable desde el punto de vista biopsíquico. (García Navarrete, 2022)

Por otra parte, autoras señalan que subjetivamente los sujetos se encuentran bien o mal consigo mismos, y son en estos términos como fases del bienestar que han sido revisitadas por distintos autores, influyendo en su apreciación los niveles educacionales, sociales, económicos, etc. Estas autoras identifican tres condiciones necesarias para considerar la existencia de una secuencia

de situaciones: a) la ausencia de situaciones negativas contextualizadas o transitorias; b) la ausencia de efectos adversos específicos e internos de la falta de bienestar del sujeto; c) la existencia de indicadores directos que posibiliten la percepción del bienestar de modo objetivo. Lo que el bienestar no es, sino que pareciera ser. Dentro de las intervenciones relacionadas con el bienestar psicológico que a menudo se proponen, se ha subrayado especialmente la importancia de las acciones que las personas puedan llevar a cabo por ellas mismas, tanto en el ámbito de los cambios sobre el estado de salud, psicológico o biológico. (Cruz-Martínez et al., 2024)

El objetivo general de este estudio fue investigar la relación entre la autoestima, el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento (tanto por aproximación como por evitación) en mujeres víctimas de violencia familiar que reciben atención en un Centro de Salud de Lima. Los objetivos específicos incluyeron analizar la relación entre las dimensiones de autoestima (sí mismo general, social, familiar), bienestar psicológico (subjetivo, material, laboral, relaciones con la pareja) y las estrategias de afrontamiento (por aproximación y por evitación). En respuesta a la hipótesis planteada sobre la existencia de una relación significativa entre la autoestima, el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento en estas mujeres víctimas de violencia familiar atendidas en el Centro de Salud de Lima.

De acuerdo con lo expuesto, se puede deducir una clara interconexión entre la autoestima, el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento, evidenciando una superposición entre ellas. En este contexto, la relevancia de este estudio radica en comprender de manera más precisa y sólida cuáles dimensiones están más estrechamente relacionadas, lo cual proporciona orientación sobre los aspectos específicos que deben abordarse en intervenciones dirigidas a esta población de mujeres afectadas por la violencia familiar.

MÉTODO

Este estudio se enmarca en un enfoque cuantitativo, el cual se caracteriza por la recopilación de datos con el fin de poner a prueba las hipótesis planteadas, empleando mediciones numéricas y análisis estadísticos. Además, se clasifica como una investigación de tipo básica, cuyo propósito es enriquecer los conocimientos teóricos y contribuir al avance científico en el campo. En cuanto a su nivel metodológico, se trata de una investigación correlacional, que busca determinar la relación entre dos o más variables de interés en una misma muestra de sujetos, o entre dos fenómenos o eventos observados (Sánchez y Reyes, 2015). Por lo tanto, el diseño de investigación adoptado es

no experimental, ya que se observan los fenómenos en su entorno natural para su posterior análisis, siendo de carácter transversal al recolectar los datos en un único momento y período de tiempo.

La población objeto de estudio estuvo compuesta por 45 mujeres víctimas de violencia familiar que recibieron atención en un centro de salud en el distrito del Rímac de Lima Metropolitana, seleccionadas a través de un muestreo no probabilístico de tipo intencionado. Para la recolección de datos, se optó por utilizar encuestas debido a la naturaleza de las variables estudiadas. Como instrumentos de medición, se emplearon tres cuestionarios: el Inventario de Autoestima de Coopersmith (SEI) en su versión para adultos, para evaluar la variable de autoestima (con una confiabilidad de $\alpha=0.81$), la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) para medir el bienestar psicológico (con una confiabilidad de $\alpha=0.90$), y el Inventario de Respuestas de Afrontamiento (CRI) para evaluar las estrategias de afrontamiento (con una confiabilidad de $\alpha=0.83$), todos ellos respaldados por su respectiva validez.

Para el procesamiento de los datos se elaboró una base de datos en Excel, para luego ejecutar un análisis estadístico mediante el programa IBM SPSS versión 25.0. Asimismo, se realizaron técnicas estadísticas descriptivas e inferencial para verificar las hipótesis planteadas, a través de pruebas de correlación de Pearson y Rho de Spearman.

RESULTADOS

Los datos de las variables y sus respectivas dimensiones fueron sometidos a la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk (S-W) para poblaciones inferiores a 50, revelando una distribución normal en la mayoría de las variables y dimensiones, con la excepción de la dimensión de autoestima familiar y el bienestar psicológico subjetivo, cuyos datos no siguen una distribución normal. Por lo tanto, se decidió emplear la prueba paramétrica de correlación de Pearson para contrastar las hipótesis planteadas en este estudio. En el caso de la dimensión de autoestima familiar y bienestar psicológico subjetivo, se optó por utilizar la prueba no paramétrica de correlación de Spearman debido a la naturaleza de sus resultados.

Tabla 1. Modelo predictivo: influencia de la autoestima y el bienestar psicológico en las estrategias de afrontamiento por aproximación en mujeres víctimas de violencia familiar

Modelo*		R	R cuadrado	R cuadrado corregido
Variables independientes	Autoestima	0,942	0,887	0,881
	Bienestar psicológico			

* Variable dependiente: Estrategias de afrontamiento por aproximación

Como se puede apreciar en la Tabla 1, el valor de la regresión obtenido ($R = 0.942$) sugiere un fuerte poder predictivo de las variables independientes, autoestima y bienestar psicológico, sobre la variable dependiente, estrategias de afrontamiento por aproximación, indicando un nivel significativo de predicción. Además, el valor del coeficiente de determinación ($R^2 = 0.887$) revela que el 88,7% de la variabilidad en la variable dependiente puede ser explicada por las variables independientes.

Adicionalmente, al considerar el coeficiente de determinación ajustado (R^2 corregido = 0.881), se puede afirmar que aproximadamente el 88,1% de la variabilidad en las estrategias de afrontamiento por aproximación puede ser explicada por las variables autoestima y bienestar psicológico.

Tabla 2. Contribución de la autoestima y el bienestar psicológico al afrontamiento por aproximación: coeficientes beta y significancia

		Beta	t	Sig.
Modelo ^a	(Constante)		-7,811**	0,000
	Autoestima	0,352	4,352**	0,000
	Bienestar psicológico	0,645	7,979**	0,000

a Variable dependiente: Estrategias de afrontamiento por aproximación.

** Significativo al nivel de $p < 0,01$.

En la Tabla 2, se observa que las variables independientes, autoestima y bienestar psicológico, predicen de manera significativa ($p < 0,01$) la variable dependiente, estrategias de afrontamiento por aproximación. Además, se destaca que el bienestar psicológico exhibe un coeficiente Beta superior al de la autoestima, lo que sugiere que, según el valor calculado de t, el

bienestar psicológico posee una mayor capacidad predictiva en el comportamiento de la variable dependiente.

Tabla 3. Modelo predictivo: impacto de la autoestima y el bienestar psicológico en las estrategias de afrontamiento por evitación

Modelo*	R	R cuadrado	R cuadrado corregida
Variables independientes	0,715	0,511	0,487
Autoestima			
Bienestar psicológico			

* Variable dependiente: Estrategias de afrontamiento por evitación.

En la Tabla 3, se puede observar que el valor de la regresión obtenido ($R = 0.715$) indica el poder predictivo de las variables autoestima y bienestar psicológico sobre las estrategias de afrontamiento por evitación a un nivel moderado. Además, el coeficiente de determinación ($R^2 = 0.511$) revela que el 51.1% de la variabilidad en la variable dependiente puede ser explicada por las variables independientes.

Además, al considerar el coeficiente de determinación ajustado (R^2 corregido = 0.487), se puede afirmar que aproximadamente el 48.7% de la variabilidad en las estrategias de afrontamiento por evitación puede ser explicada por las variables autoestima y bienestar psicológico.

Tabla 4. Significancia de la autoestima y el bienestar psicológico en el afrontamiento por evitación: coeficientes beta y análisis *t*

	Beta	t	Sig.
(Constante)		-1,741	0,089
Modelo ^a			
Autoestima	0,474	2,821**	0,007
Bienestar psicológico	0,284	1,690	0,098

a Variable dependiente: Estrategias de afrontamiento por evitación.

** Significativo al nivel de $p < 0,01$.

En la Tabla 4, se puede observar que únicamente la variable independiente autoestima predice de manera significativa ($p < 0.01$) las estrategias de afrontamiento por evitación en la variable dependiente. Por otro lado, la variable bienestar psicológico no muestra una significancia

en su coeficiente beta. Por lo tanto, se concluye que se rechaza parcialmente la hipótesis nula en este contexto.

Tabla 5. *Relación entre dimensiones de autoestima (general, social y familiar) y estrategias de afrontamiento (aproximación y evitación)*

	Si mismo general		Social		Familiar	
	Sig.	Cof. Correlación Pearson	Sig.	Cof. Correlación Pearson	Sig.	Cof. correlación Spearman
Estrategias de afrontamiento aproximación	,000	0.784	,000	0.782	,000	0.777
Estrategias de afrontamiento por evitación	,000	0.606	,000	0.602	,000	0.765

** Significativo al nivel de $p < 0,01$.

En la Tabla 5, se puede observar que se obtuvieron coeficientes de correlación significativos entre las dimensiones de autoestima general ($r = 0.784, 0.606$), autoestima social ($r = 0.782, 0.602$) y autoestima familiar ($\rho = 0.777, 0.765$) con las estrategias de afrontamiento por aproximación y por evitación. Estos coeficientes presentan una significancia bilateral de 0.00, lo que indica que existe una correlación significativa entre las mencionadas dimensiones de autoestima y las estrategias de afrontamiento por aproximación y por evitación.

Tabla 6. *Correlación entre dimensiones del bienestar psicológico (subjetivo, material, laboral, relaciones de pareja) y estrategias de afrontamiento en mujeres afectadas por violencia familiar*

	Subjetivo		Material		Laboral		Relaciones con la pareja	
	Sig.	Cof. correlación Spearman	Sig.	Cof. Correlación Pearson	Sig.	Cof. Correlación Pearson	Sig.	Cof. Correlación Pearson
Estrategias de afrontamiento aproximación	,000	0.946	0.270	0.094	0.158	0.153	,000	0.935
Estrategias de afrontamiento por evitación	,000	0.717	0.178	-0.141	0.467	-0.013	,000	0.703

** Significativo al nivel de $p < 0,01$.

En la Tabla 6, se observó un coeficiente de correlación significativo entre las dimensiones subjetiva ($r = 0.946, 0.717$) y relaciones con la pareja ($\rho = 0.935, 0.703$) con las estrategias de

afrontamiento por aproximación y por evitación, con una significancia bilateral de 0.00. Estos resultados confirman la existencia de una correlación significativa entre dichas dimensiones y las estrategias de afrontamiento por aproximación y por evitación.

Sin embargo, las dimensiones materiales (Sig. = 0.270, 0.178) y laboral (Sig. = 0.158, 0.467) presentaron valores de significancia mayores al valor crítico establecido. Por lo tanto, se aceptó la hipótesis nula en estos casos, lo que evidencia que no existe una relación significativa entre las dimensiones mencionadas y las estrategias de afrontamiento por aproximación y por evitación.

En conclusión, los análisis realizados a través de las tablas presentadas revelan la importancia de variables como la autoestima, el bienestar psicológico y diversas dimensiones personales en la predicción y correlación con las estrategias de afrontamiento por aproximación y por evitación. Mientras que algunas dimensiones como la subjetiva y las relaciones con la pareja mostraron una fuerte correlación significativa, otras como las dimensiones material y laboral no presentaron relación significativa con dichas estrategias. Estos hallazgos destacan la complejidad y la diversidad de factores que pueden influir en las estrategias de afrontamiento, subrayando la importancia de considerar múltiples dimensiones para comprender de manera más completa y precisa cómo las personas afrontan situaciones estresantes en su vida.

DISCUSIÓN

En líneas generales, los resultados obtenidos indican que tanto la autoestima como el bienestar psicológico son variables de gran relevancia en la predicción de las estrategias de afrontamiento utilizadas por mujeres que han sido víctimas de violencia. Según el análisis realizado, se destaca que el bienestar psicológico muestra un impacto predictivo relativamente más significativo en comparación con la autoestima al explicar la variabilidad en las estrategias de afrontamiento. Aunque la diferencia en la capacidad predictiva entre ambas variables no es considerable, en conjunto logran predecir el 76,3% de la variabilidad en estas estrategias. Estos hallazgos respaldan lo planteado por Rey de Castro (2017), quien identificó relaciones notables y positivas entre el bienestar, la autoestima y la reinterpretación positiva como estrategias de afrontamiento. Además, se encontró que la estrategia de afrontamiento "Enfoque y liberación de emociones" tiene correlaciones negativas con el bienestar y la autoestima, lo que refuerza la importancia predictiva de estas variables sobre las estrategias de afrontamiento.

En cuanto a la validación de las hipótesis específicas 1, 2 y 3, se observó que las dimensiones de autoestima, autoconcepto general, social y familiar están significativamente correlacionadas con las estrategias de afrontamiento. Se destaca que la autoestima familiar muestra la correlación más fuerte ($r = 0,791$), mientras que la autoestima general presenta el coeficiente de correlación más bajo ($r = 0,703$). Este hallazgo guarda similitud con los resultados reportados por Medina (2012) en su estudio con madres adolescentes, donde se observó que las estrategias de afrontamiento más comunes son improductivas, asociadas a niveles más bajos de autoestima y pensamientos negativos. Estas adolescentes tienden a enfocarse en las consecuencias inmediatas y presentan sentimientos de autorreproche e inutilidad, lo que incide en su autoestima disminuida y en su tendencia a minimizar o negar los problemas. Por lo tanto, se puede comprender mejor por qué las mujeres víctimas de violencia pueden experimentar bajos niveles de autoestima. Adicionalmente, Morales et al. (2011) encontró que estas mujeres se perciben como fracasadas e inútiles debido a la violencia que enfrentan, lo que sugiere que, a mayor nivel de violencia, menor es su autoestima.

De igual forma, Osorio y Ruiz (2011), en su estudio sobre la relación entre el maltrato en el noviazgo y la autoestima de estudiantes universitarias, encontraron una correlación negativa significativa y moderada entre los niveles de violencia y la autoestima. Asimismo, observaron que los niveles de maltrato y baja autoestima estaban relacionados con la presencia de roles familiares violentos. Estos hallazgos sugieren que estas mujeres manejan de forma improductiva la situación generada por su pareja agresora. Por otro lado, Araujo (2018) señaló que las mujeres víctimas de violencia de pareja tienden a utilizar de manera deficiente la estrategia de afrontamiento de aproximación denominada análisis lógico, evidenciando dificultades para prepararse mentalmente y enfrentar el estrés y sus consecuencias, y mostrando una falta de visión lógica para resolver el problema.

Sin embargo, en lo que respecta a las estrategias de afrontamiento por evitación, las mujeres víctimas de violencia parecen mostrar un nivel de uso más efectivo. Según Araujo (2018), en cuanto a la evitación cognitiva, un porcentaje significativo de mujeres se ubicó en niveles promedio o ligeramente por encima, lo que indica cierta eficacia en esta estrategia. La evitación cognitiva, como describe Moos (1993), implica evitar pensar críticamente y realísticamente sobre la situación actual. Castillo (2017) corroboró que las estrategias de evitación cognitiva y resignación fueron las más empleadas por mujeres que experimentaban violencia. En este contexto, los procesos

cognitivos se despliegan de manera flexible para hacer frente a demandas internas percibidas como abrumadoras, incluso anticipándose a la situación conflictiva.

En el análisis de las hipótesis específicas 4, 5, 6 y 7, se observó que únicamente las dimensiones de bienestar subjetivo y relación en pareja mostraron correlaciones significativas con las estrategias de afrontamiento, destacándose una correlación más fuerte ($\rho = 0,936$) entre el bienestar en la relación de pareja y dichas estrategias. Estos resultados coinciden con hallazgos previos, como los de Sanjuán y Magallares (2014), quienes identificaron que ciertas estrategias de afrontamiento están relacionadas con el bienestar subjetivo, como la planificación, la reinterpretación positiva y el crecimiento, las cuales contribuyen al bienestar psicológico. Se concluyó que el uso de estrategias de evitación impacta negativamente en el bienestar, mientras que algunas estrategias de afrontamiento se vinculan de manera directa con el bienestar psicológico.

En síntesis, los resultados de este estudio confirman la importancia predictiva de la autoestima y el bienestar psicológico en relación con las estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia. Se evidencia que las mujeres que sufren violencia familiar tienden a presentar niveles bajos de autoestima, una característica que puede ser explotada por el agresor para mantener el control en situaciones de violencia. La baja autoestima puede dificultar que la mujer se enfrente al agresor o busque ayuda. Asimismo, al confirmar la relación entre la autoestima y el bienestar psicológico, se destaca la importancia de intervenir con mujeres que tienen baja autoestima, trabajando en su afecto positivo y autoestima para mejorar su bienestar psicológico.

Por otro lado, se identificó que la mayoría de las mujeres víctimas de violencia tienen dificultades para emplear estrategias de afrontamiento efectivas para enfrentar la situación de violencia. La interacción entre la autoestima y el bienestar psicológico juega un papel crucial cuando la mujer agredida se siente incapaz de decidir qué estrategia de afrontamiento utilizar, lo que puede llevar a comportamientos pasivos o de resignación, prolongando el ciclo de violencia.

CONCLUSIONES

En resumen, los resultados revelan una relación significativa entre la autoestima, el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia familiar en un Centro de Salud de Lima. Se destaca que las dimensiones de autoestima, como el autoconcepto general, social y familiar, se relacionan de manera significativa con las estrategias de afrontamiento en estas mujeres. Por otro lado, las dimensiones de bienestar psicológico, como el

bienestar subjetivo y las relaciones de pareja, también muestran correlaciones con las estrategias de afrontamiento en este contexto, mientras que las dimensiones material y laboral no presentan relación con las estrategias de afrontamiento en estas mujeres. Sin embargo, se identificó como una limitación el desafío de la disposición de las participantes para una asistencia establecida durante la recolección de información.

Por consiguiente, se recomienda la implementación de talleres preventivos e informativos dirigidos a mujeres en relaciones civiles de convivencia o casadas, con el objetivo de fomentar la mejora de la autoestima, fortalecer el bienestar psicológico y potenciar las estrategias de afrontamiento frente a posibles situaciones de conflicto familiar. Además, se sugiere brindar acompañamiento psicológico a las mujeres víctimas de violencia familiar participantes del estudio, para ayudarles a superar el estrés postraumático y recuperar su bienestar psicológico gradualmente, lo que facilitaría un afrontamiento efectivo de la situación conflictiva y una posible resolución de los problemas familiares. Se insta a las autoridades del centro de salud a enfocar los casos para un abordaje específico y oportuno de cada mujer afectada por la violencia.

Por último, se recomienda a los psicólogos del centro de salud realizar visitas domiciliarias como actividad extramuros, con el fin de establecer un diálogo con la pareja agresora o miembro conflictivo de la familia, con el propósito de encontrar soluciones o acciones paliativas para abordar la problemática y realizar un seguimiento efectivo del caso.

REFERENCIAS

- Aguilar Nina, H. E. (2023). Incidencia y causas en las formas de violencia familiar en la ciudad de Juliaca, año 2022. <http://repositorio.upsc.edu.pe/handle/UPSC/594>
- Araujo, R. J. (2018). *Estrategias de afrontamiento de las mujeres víctimas de violencia de pareja en el centro poblado de Villa San Isidro; Corrales - Tumbes 2018* (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional de Tumbes, Tumbes, Perú. <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/UNITUMBES/292>
- Carvajal Carrera, P. S. (2023). El deporte como medida preventiva en problemáticas de la salud mental. <https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/5061>
- Castillo, 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 Paian*, 8(2), 36-62. <http://revistas.uss.edu.pe/index.php/PAIAN/article/view/735/645>
- Cruz-Martínez, G., Vargas-Faulbaum, L., & Velasco, J. J. (2024). Estado de Bienestar en América Latina: Regímenes de bienestar, trayectorias históricas y arquitecturas de política

social. *Estado de Bienestar en la Encrucijada: Políticas sociales en perspectiva comparada*, 205-232. https://www.researchgate.net/profile/Gibran-Cruz-Martinez/publication/377926528_Estado_de_Bienestar_en_America_Latina_Regimenes_de_bienestar_trayectorias_historicas_y_arquitecturas_de_politica_social/links/65bd605d79007454975fed4/Estado-de-Bienestar-en-America-Latina-Regimenes-de-bienestar-trayectorias-historicas-y-arquitecturas-de-politica-social.pdf

Flores Castañeda, J. T. (2023). Programa cognitivo conductual para el bienestar psicológico en mujeres víctimas de violencia en Demuna Cutervo. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/10931>

García Navarrete, V. (2022). Relación entre el proceso de diferenciación del self y el estilo de apego en adultos: Revisión sistemática. <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/66281>

Laudano, C. (2023). Acciones colectivas contra la violencia hacia las mujeres en Argentina. <https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/libros/pm.5867/pm.5867.pdf>

Moos, R. H. (1993). *Coping Responses Inventory Adult Form. Professional Manual*. USA: PAR (Psychological Assessment Resources, Inc.).

Morales, A. C., Alonso, M. M., y López, K. S. (2011). Violencia de género y autoestima de las mujeres de la Ciudad de Puebla. *Rev Sanid Milit Mex*, 65(2), 48-52. <https://www.medigraphic.com/pdfs/sanmil/sm-2011/sm112b.pdf>

Osorio, M. y Ruiz, N. G. (2011). Nivel de maltrato en el noviazgo y su relación con la autoestima. Estudio con mujeres universitarias. *Uaricha Revista de Psicología (Nueva época)*, 8(17), 34-48. <http://www.revistauaricha.umich.mx/index.php/urp/article/view/452>

Rey de Castro, C. M. (2017). *Autoestima, afrontamiento y bienestar en un grupo de mujeres con depresión* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú] <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/9833>

Salinas Álzate, A. M. (2024). Consecuencias en la salud mental de las mujeres víctimas de violencia de pareja a partir de una revisión documental. <https://repository.ces.edu.co/handle/10946/8641>

Sánchez, H. y Reyes, C. (2015). *Metodología y diseños en la investigación científica*. Lima: Business Support Aneth.

Sanjuán, P., & Magallares, A. (2014). Coping strategies as mediating variables between self-serving attributional bias and subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 15, 443-453. <https://psycnet.apa.org/record/2013-09676-001>