

El ciclo psicosocial y estructural de la violencia machista

The psychosocial and structural cycle of violence against women

Alessandra Caprari Ayala¹

ORCID: 0009-0000-2448-6541

Sara Gómez²

ORCID: 0009-0004-3045-4318

Recepción: 11/07/25. Revisión: 16/02/26. Aceptación: 23/02/26

Para citar: Caprari Ayala, Alessandra, y Gómez, Sara. (2026). El ciclo psicosocial y estructural de la violencia machista. *Revista de Treball Social*, 230, 81-103. <https://doi.org/10.32061/RTS2026.230.04>

Resumen

En este artículo compartimos nuestra experiencia acompañando a mujeres supervivientes de la violencia machista. En concreto, queremos hablar de un fenómeno que hemos ido observando a lo largo de nuestra experiencia profesional atendiendo a mujeres. Lo denominamos “el ciclo psicosocial y estructural de la violencia machista” por la sensación de parálisis y de estar apesadas que sienten las mujeres que se encuentran en una relación de violencia, y que explica por qué es tan difícil salir de esta. Explicamos este fenómeno dando un enfoque global teniendo en cuenta lo microsociales, desde el punto de vista de los procesos mentales individuales, y lo macrosociales, desde el punto de vista de los factores psicosociales y estructurales que operan e impactan en este problema social que sufrimos las mujeres y que supone un fenómeno tan complejo y multidimensional que produce que nos quedemos atrapadas y sosteniendo, a veces por demasiado tiempo, tanta violencia. Hemos querido aportar una visión psicosocial al ciclo de la violencia machista de Lenore Walker (1979) para que tanto los y las profesionales que acompañamos a las mujeres en sus procesos de recuperación, como cualquier persona, sea capaz de detectarlos, identificarlos y poder reflexionar como sociedad en el impacto y daño que sufrimos las mujeres.

1 Psicóloga en Servicios Sociales, Ayuntamiento de Barcelona. Licenciada en Psicología por la Universitat de Barcelona y en Psicopedagogía por la Universitat Oberta de Catalunya. alessandra.caprari@gmail.com

2 Profesora del grado de Trabajo Social en la Universitat de Barcelona. Graduada en Trabajo Social y postgraduada en Terapia Sistémica Familiar. saragomez@ub.edu

Palabras clave: Violencia machista, ciclo de la violencia machista, factores psicosociales y estructurales, proceso mental, intervención psicosocial.

Abstract

In this article, we share our experience of supporting women survivors of gender-based violence. Specifically, we focus on a phenomenon we have identified throughout our professional practice while assisting women. We refer to it as the “psychosocial and structural cycle of violence against women”, which reflects the sense of paralysis and entrapment experienced by women in abusive relationships and helps to explain why it is so difficult to leave them. We analyse this phenomenon through a comprehensive approach that considers both the microsocial level –focusing on individual mental processes– and the macrosocial level – examining the psychosocial and structural factors that shape and sustain this social problem affecting women. This is a complex and multidimensional phenomenon that often results in women remaining trapped and enduring violence for prolonged periods. Our aim is to contribute a psychosocial perspective to Lenore Walker’s cycle of violence (Walker, 1979), so that professionals working with women in recovery processes, as well as the wider public, are better able to recognise and identify these dynamics, and to reflect collectively on their impact and the harm experienced by women.

Keywords: Violence against women, cycle of violence against women, psychosocial and structural factors, mental processes, psychosocial intervention.

1.Introducción

“Teníamos dos opciones:
estar calladas y morir o hablar y morir.
Decidimos hablar”.
Malala Yousafzai

Oímos hablar, desde hace años, de la violencia machista y lo devastadora que es para nosotras, las mujeres. Un fenómeno invisibilizado a escala mundial desde hace demasiado tiempo, donde a diario se habla de la cantidad de mujeres que mueren a manos de hombres. Y solamente se contabilizan las muertes, sería impactante ver los datos reales de las diferentes formas en las que se da la violencia hacia las mujeres.

Cualquier relación violenta es una relación de dominio, control y abuso de una persona sobre otra, y la que domina se siente legitimada para obligar a la otra a hacer algo que no haría por propia voluntad y para ejercer sobre ella violencia (en cualquiera de sus manifestaciones: física, psíquica, sexual o económica) cuando lo estime oportuno (Fernández y Roig, 2013).

La violencia machista se sostiene en la sociedad patriarcal donde los privilegios de los hombres generan formas de dominación en las mujeres. Una de las formas de dominación por excelencia es el amor romántico o, mejor dicho, la “gran trampa” del amor romántico. Se nos vende un concepto y un ideal de amor lejos de la realidad, que implica para las mujeres una entrega absoluta, una idea de completarse gracias a haber encontrado su “media naranja” y la idea de la mujer “salvadora” que con el amor todo lo puede. Si a todo esto le añadimos los estereotipos de género impuestos en el ámbito social y que adquirimos e interiorizamos en nuestro proceso de socialización, aquí generamos una trampa importante. Trampa que implica como mujer sentir culpa todo el tiempo.

El miedo y el control son los mecanismos con más garantía para seguir ejerciendo esta violencia estructural y patriarcal, incluso la culpa. La culpa que debemos sentir las mujeres por no seguir a rajatabla el encargo social del género asignado a nuestro sexo, dentro de lo que se entiende como buena mujer, esposa y madre.

De esta manera, se va forjando el constructo social basado en el género y todas sus violencias asociadas. Así, con esmero y de manera estratégica, se van tejiendo a conciencia todas las redes y telas de araña donde finalmente las mujeres quedamos atrapadas, paralizadas, indefensas, oprimidas, violadas y asesinadas. El objetivo es despojarnos de nuestro poder y libertad.

La violencia de género es un tipo de violencia que afecta a las mujeres por el mero hecho de serlo. Constituye un atentado contra su integridad, su dignidad y su libertad, independientemente del ámbito en el que se produzca.

Lenore Walker ha arrojado, desde hace más de 40 años, luz sobre el ciclo de la violencia y sus tres fases: acumulación de tensión, incidente grave y reconciliación o “luna de miel” (Walker, 1979). Siguiendo el hilo de

su gran aportación, hemos querido introducir las variables psicosociales y estructurales que también operan durante todo el proceso mental y social en el ejercicio de la violencia machista y que, como profesionales, hemos detectado que cuesta más de identificar y abordar precisamente por ser variables que tenemos muy interiorizadas como sociedad y como mujeres, hasta el punto de pasar desapercibidas tanto en su detección como en su abordaje, pero no por ello de menor impacto.

Nos parecía muy urgente poder introducir factores psicosociales y estructurales muy arraigados en nuestra historia, en la distribución de roles según el género y, en especial, en toda la sociedad patriarcal que sigue reforzando a los hombres el uso de la violencia como la manera de llegar a cumplir sus objetivos y justificando la violencia por el mero hecho de ser hombres, como si ejercer violencia sea algo natural en ellos y hay que entenderlo y justificarlo situando a la sociedad en permisiva y minimizadora de sus secuelas, tanto individuales como sociales.

En esta misma línea, la cantidad de mandatos sociales que la mujer asume como encargos propios y naturales cuando no lo son, conlleva que a las mujeres nos sea mucho más complejo identificar y tomar acción. El mantenimiento de la familia unida como mandato judeocristiano por excelencia, la responsabilidad máxima en el cuidado de los hijos e hijas, la responsable del bienestar de todos, como cuidadora principal, incluyendo a la pareja. De alguna manera, poder nombrar estos mandatos que hemos ido asumiendo como propios nos puede aclarar el camino de cómo poder desprendernos de esta carga y esta culpa cuando decidimos priorizar la salud mental, romper el círculo abusivo y repetición de patrones machistas hacia nuestros hijos e hijas y salir de la trampa psicosocial que nos deja desgastadas, devastadas y confusas, porque podemos llegar a sentir que traicionamos no solo a la familia y a los hijos e hijas sino a una sociedad y una estructura que esperaba unas actitudes de más tolerancia a la violencia y flexibilidad ante la puesta de límites, porque se da por sentado que la mujer debe estar en la sombra del hombre, que tiene un rol menos importante en el ámbito social y que “indirectamente” está destinada a cumplir con lo que socialmente se espera de ella: buena esposa, buena madre, buena hija, buena mujer, cuidadora, callada y obediente. Este fantasma ideológico del pasado nos persigue y sigue incidiendo en la manera de vincularnos, de vernos a nosotras mismas y nos sigue acechando la culpa interiorizada de una sociedad machista cuando decidimos ponernos a salvo. Sentir todas estas presiones al unísono no facilita en absoluto salir del ciclo psicosocial y estructural de la violencia machista.

2. Factores socioestructurales perpetuadores de la violencia machista

El género puede comprenderse como una construcción sociocultural que organiza las normas, los significados y las expectativas atribuidas a lo femenino y lo masculino. Desde la perspectiva performativa propuesta por Butler (2006), el género no constituye una esencia interna, sino que se configura mediante la repetición ritualizada de prácticas reguladas por marcos normativos que producen la apariencia de identidades estables. A su vez, la teoría estructural de Connell enfatiza que las relaciones de género se insertan en dinámicas más amplias de poder, producción y afectividad, de modo que la socialización reproduce jerarquías y prácticas que sostienen un orden de género desigual (Connell, 1987; Connell y Pearse, 2018). Desde otra perspectiva clave, Rubin Gayle argumenta que el sistema sexo/género opera como un conjunto de arreglos sociales mediante los cuales lo biológico se transforma en productos culturales e ideológicos, sustentando normas y jerarquías que regulan la sexualidad y las identidades (Gayle, 1986; Carranza-Benites, 2024). En este marco teórico, los estereotipos de género se entienden como mecanismos sociales que refuerzan estas construcciones simbólicas, orientando comportamientos y roles que perpetúan la desigualdad en distintos contextos sociales (Butler, 2007).

Para construir las categorías “hombre” y “mujer”, la sociedad patriarcal utiliza los estereotipos de género. Los estereotipos de género son la atribución de comportamientos, pensamientos, deseos y expectativas consideradas masculinas o femeninas. A los “hombres” se les atribuye la rebeldía, la irresponsabilidad, la fuerza, la promiscuidad, la agresividad, la no conexión emocional, el riesgo, la competitividad, el proveer económicamente, resolverse solo los problemas sin pedir ayuda, la heterosexualidad y el rechazo de todo lo femenino. Las “mujeres”, en cambio, se asocian a la responsabilidad, la debilidad, la belleza, la fragilidad que necesita de protección (protección masculina), el cuidado, la lealtad, la tranquilidad, la emocionalidad, la asexualidad, la dependencia y en concreto la dependencia de todo lo considerado “masculino”. A todos estos estereotipos de género se le suman pesos distintos si añadimos los estereotipos raciales, étnicos, de origen y de religión (Ayala et al., 2020).

Los micromachismos son prácticas de dominación y violencia masculina en la vida cotidiana, del orden de lo “micro”, al decir de Foucault, de lo capilar, lo casi imperceptible, lo que está en los límites de la evidencia (Bonino, 1996). Bonino incluye “machismo” en el término acuñado porque alude, en el lenguaje popular, a una connotación negativa de los comportamientos de inferiorización hacia la mujer. Es decir, los micromachismos son microabusos y microviolencias que procuran que el varón mantenga su propia posición de género creando una red que sutilmente atrapa a la mujer, atentando contra su autonomía personal. Están en la base de las demás formas de la violencia de género (maltrato psicológico, emocional, físico, sexual y económico) y son las “armas” masculinas más utilizadas para

imponer sin consensuar el propio punto de vista o razón (Bonino, 1996). Los hombres cuentan con un poderoso aliado para utilizar estas armas: la sociedad patriarcal, que avala estos comportamientos, tildando a las mujeres de “exageradas” o “locas” si manifiestan queja o disconformidad.

El proceso de socialización de género se desarrolla a lo largo de toda la vida y es transmitido a través de los distintos agentes de socialización –familia, escuela, medios de comunicación o lenguaje–, que influyen en la creación y reproducción de normas y expectativas sobre lo que significa ser hombre o mujer en una sociedad determinada (Ricardo, 2024). Si observamos la construcción del género desde el proceso primario de socialización, podemos comprender cómo se integran progresivamente, y de forma naturalizada, comportamientos y roles que no son innatos, sino culturalmente aprendidos y reforzados por un sistema social que asigna atributos diferenciados según el sexo, atribuyendo a las mujeres características como la docilidad, la dependencia o la predisposición al cuidado (Lojo, 2009). Estas expectativas sociales contribuyen a legitimar desigualdades y pueden generar una permisividad implícita hacia conductas abusivas o dañinas que las mujeres “deben” tolerar, en consonancia con los mandatos de género tradicionalmente asociados a la feminidad.

El mecanismo más importante para reproducir y perpetuar estos estereotipos son los mitos del amor romántico, tal y como mencionamos en la introducción. El concepto de amor romántico hace referencia a las relaciones afectivas que se construyen entre hombres y mujeres basadas en la dependencia emocional. Las formas en las que se reproducen los mitos del amor romántico las iremos explicando a continuación, relacionando cómo todos estos ejes que conforman los estereotipos de género, las expectativas y el modo supervivencia se intersecan entre ellos y cómo opera la mente ahí (Gómez y Viejo, 2020; Granda y Moral, 2025).

Es importante recalcar que un mito es una creencia, pese a ser formulada y expresada de manera absoluta y poco flexible, pudiendo parecer una verdad. Estas creencias tienen una carga emotiva importante, involucran muchos sentimientos y contribuyen a crear y mantener la ideología de grupo. Por tanto, suelen ser resistentes al cambio y al razonamiento lógico (Marroquí y Cervera, 2014).

Dentro de los mitos del amor romántico encontramos:

- **Mito de la media naranja:** para conseguir la plenitud, por ende, el sentimiento de estar completa –especialmente en el caso de las mujeres– se sostiene la idea de que debemos encontrar a “alguien” que nos complete. Este mito funciona como un dispositivo simbólico que fomenta la dependencia emocional y reproduce mandatos de género ligados a la completitud afectiva femenina (Herrera, 2011).
- **Mito del amor predestinado:** la creencia de que existe una pareja destinada refuerza la idea de que la relación debe mantenerse a cualquier costo. Esto genera una alta tolerancia a comportamientos dañinos y dificulta la puesta de límites, especialmente

para las mujeres, reforzando dinámicas patriarcales vinculadas al sacrificio emocional (Flores, 2019).

- **Mito de que el amor todo lo puede:** esta creencia sostiene que el amor es suficiente para resolver cualquier conflicto, incluso en relaciones donde existe violencia. En el marco de los mecanismos que construyen el amor romántico, este mito opera como justificación simbólica para mantener relaciones desiguales y tolerar conductas dañinas bajo la promesa de cambio (Flores, 2019).
- **Mito de que el amor es para siempre:** entender el amor como algo eterno convierte la ruptura en sinónimo de fracaso, especialmente para las mujeres, quienes socialmente cargan con la responsabilidad de sostener la relación. Este mito contribuye a la perpetuación de mandatos afectivos que sitúan el amor como eje central de la identidad femenina (Herrera, 2011).

Las implicaciones y consecuencias que tiene todo esto para las mujeres son muy elevadas y tiene el nombre de violencia machista.

3. El modo supervivencia

Es importante señalar cómo opera el sistema nervioso de las mujeres en estos procesos. Para ello es importante entender cómo entramos y nos movemos los seres humanos en modo supervivencia. Cuando sentimos que hay peligro, el cerebro no funciona de la misma manera que lo hacemos en el día a día. En situaciones críticas activa un sistema neuronal de respuesta ultrarrápida en el plano hormonal y conductual, un mecanismo innato del que no somos conscientes cuando se activa (Macías y Mercado, 2025).

En circunstancias ordinarias funcionamos de manera más consciente, poniendo en marcha funciones aprendidas. Pero cuando se detecta un peligro, el cerebro activa el sistema de alarma, que toma decisiones de forma inmediata, aunque no siempre sean adecuadas. Nuestro cerebro posee el sistema límbico, ubicado en el lóbulo temporal, encargado del procesamiento emocional y de las respuestas que damos ante el miedo. La amígdala cerebral trabaja específicamente en la detección y procesamiento del peligro, y está conectada con distintas áreas cerebrales (Macías y Mercado, 2025).

Las reacciones innatas ante el peligro son tres: huida – lucha – parálisis. Estas respuestas automáticas están mediadas por estructuras como la amígdala, el hipotálamo, el tronco encefálico y la sustancia gris periacueductal, que activan el sistema nervioso autónomo y preparan al cuerpo según la intensidad y el tipo de amenaza (Fuentes et al., 2025). A veces podemos ser conscientes de que existe un peligro y, otras veces, nuestro sistema nervioso se activa antes de que nos demos cuenta.

Se trata de un proceso en el que se destinan todos los recursos neuronales y físicos para superar esa situación, pues estamos poniendo nuestro cuerpo y nuestra mente a trabajar a una intensidad muy superior a la habitual. La consecuencia posterior suele ser agotamiento extremo físico y emocional, ansiedad, insomnio y otras somatizaciones, efectos relacionados con la hiperactivación del circuito del miedo y la desregulación entre amígdala, hipocampo y corteza prefrontal (Sánchez, 2013).

La amígdala trabaja de la mano del hipocampo, estructura encargada de fijar los aprendizajes y los recuerdos en nuestra memoria. En modo supervivencia, la amígdala activa el hipocampo de forma intensa, haciendo que el recuerdo del hecho quede fijado con mucha fuerza (Macías y Mercado, 2025). ¿Qué significa esto? Que recordaremos de forma muy precisa, con muchos detalles y de forma recurrente las situaciones críticas o traumáticas, ya que este circuito prioriza la supervivencia sobre el procesamiento consciente y racional (van der Kolk, 2015).

Estos mismos procesos se dan cuando el miedo no se siente como amenaza vital inmediata, pero es continuo. En estos casos, se instala una memoria procedimental afectiva que opera como si la amenaza pasada estuviera permanentemente presente, destemporalizada y deslocalizada, impidiendo que el cuerpo recupere la homeostasis y provocando desregulación somática (Bleichmar, 2000).

Sería importante tener en cuenta que socialmente hay una tendencia a pasar por alto que, en su socialización, las mujeres han aprendido a tolerar la violencia. No se tiene en cuenta que los abusos que viven les ocasionan miedo y, ante el terror permanente en el que viven, deben utilizar estrategias de supervivencia para hacerle frente (de Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013).

4. El ciclo psicosocial y estructural de la violencia machista

¿Cómo hacemos para comprender el proceso mental que se da en las mujeres que viven y sostienen, a veces durante mucho tiempo, la violencia machista? ¿Por qué “aguantamos” tanto las mujeres? ¿Por qué justificamos tanto la violencia durante tanto tiempo?

Teniendo en cuenta los estereotipos de género y los mitos del amor romántico, observamos cómo las mujeres quedan relegadas a un segundo plano. Estas creencias otorgan a la mujer características como la paciencia, la dulzura, la comprensión y el rol de cuidadora en la familia, a la vez que al hombre se le otorga el deber de proteger y mantener a la familia, la agresividad, la valentía y la valía en el trabajo (Marroquí y Cervera, 2014).

La violencia invisibilizada, es decir todo lo que normalizamos en el ámbito social, es lo que se conoce como “micromachismos”. Es el término que propuso el psicólogo Luis Bonino Méndez para describir todos aquellos comportamientos de dominio, de manipulación y de control de los hombres hacia las mujeres que socialmente están legitimados, invisibilizados y

naturalizados (Bonino, 2000; 2017). Hablamos de un elevado número de comportamientos que los hombres ejecutan impunemente, que pueden darse de forma consciente o no, con el objetivo de perpetuar los roles tradicionales de género y, por tanto, mantener los privilegios que tienen, relacionados con la posición de superioridad, tener mayores ventajas y derechos respecto a las mujeres. Esta es la base de la violencia machista y de las desigualdades de género.

La construcción del género y su validez como algo inamovible sigue colocando a la mujer en un lugar de sumisión social y en la pobreza en todas las esferas de la vida, quedando siempre por encima los privilegios masculinos de los que, evidentemente, no quiere desprenderse el género masculino.

Sobre la base de la que acabamos de hablar se construyen las relaciones. Cuando una mujer conoce a un hombre, crea unas expectativas de pareja y/o de familia relacionadas con la parte que él muestra al inicio de la relación, en la fase que podemos denominar de “conquista”. Prácticamente todo hombre en esta primera fase muestra una faceta seductora, amable y amorosa hacia la mujer. Muñoz (2015) y Walker (2013) hablan del inicio del proceso de dominación sobre la seducción y la conquista, para gradualmente introducir las conductas abusivas, intimidatorias y culpabilizadoras, alternando conveniente y estratégicamente castigo y violencia con falsas conductas abusivas y de apego (Piedra-Cristobal et al., 2018).

Es fundamental entender esto, porque las mujeres se enamoran de esta imagen “positiva” del hombre. Todo lo que vendrá después generará una contradicción elevadísima en la mente de las mujeres, ya que no se corresponde con ese hombre que ellas vieron y que esperan todo el tiempo que vuelva a ser el de antes, aquel del que se enamoraron. Pues la violencia no empieza el primer día, generalmente, se va instaurando poco a poco, de manera sutil al principio, con pequeños reproches, muestras enmascaradas de celos que en realidad son control, pero que se justifican desde los mitos del amor romántico. Además de los micromachismos que ya operan para mantener la situación de dominio del hombre sobre la mujer. Todo esto se construye tal y como Walker (2013) especificó en las fases del ciclo de violencia, son fases siempre similares, generando una espiral que atrapa a la mujer y perpetúa la desigualdad en la relación (Piedra-Cristobal et al., 2018).

La habituación y la naturalización de los primeros incidentes violentos impide a las mujeres, por un lado, detectar la violencia que están padeciendo y en consecuencia poder abandonar la relación y, por otro lado, expone a la mujer, sin tener conciencia de ello, a graves secuelas sobre su salud física y psicológica (Bleichmar, 2014).

Conforme va pasando el tiempo, estas situaciones aumentan, a veces se mantienen en estas formas más sutiles o bien de baja intensidad, otras van en escalada. El hombre del que se enamoraron ya no es el mismo, pero su mente empieza a justificar este cambio con frases como “está nervioso por el trabajo”, “llega cansado a casa”, “es que tiene problemas con su familia”, “se pone agresivo cuando bebe” y una larga lista, inmensa nos atrevemos a decir, de explicaciones que las mujeres dan para intentar

mantener intacta la idea del hombre del que se enamoraron. Incluso llegando a culparse por provocar que él esté así, debido también en buena parte a los reproches que el hombre le hace constantemente y que la mujer asume. Queremos recordar que sigue operando la idea de familia, una de las principales instituciones que favorecen la perpetuación del heteropatriarcado (Lorente, 2001). Cuando Walker (1979) define las fases del ciclo de violencia dentro de una relación de pareja, habla de la dinámica interna en esa relación abusiva y las fases repetitivas, y en escalada, por las que pasa esa relación, con clara ascendencia violenta.

Estos mecanismos de defensa nacen ante el peligro, por un lado, de que puedan “perderlo” y, por tanto, la relación se acabe; por otro lado, nuestro mecanismo interno inconsciente se activa con el miedo. El miedo es una reacción ante el peligro que las mujeres sienten ante los comportamientos agresivos de los hombres. Lo que antes hemos nombrado el “modo supervivencia”. Aquí el miedo cobra protagonismo, porque las mujeres que viven violencia machista sienten miedo y terror todo el tiempo. El terror al maltratador es una semilla plantada en la psique de la mujer maltratada por el repetido sometimiento a manipulación psicológica y a violencia física, que aumenta hasta que la mujer es incapaz de creer en la efectividad de hacer algo positivo por sí misma y se convierte en la verdadera víctima de la indefensión aprendida (Walker, 2013).

El impacto que la violencia tiene sobre la autoestima y los sentimientos de inadecuación, el hecho de atribuirse una misma la causa y el origen del malestar, al no ser consciente de la relación de abuso en la que está inmersa, hacen que la culpa cobre protagonismo.

Vemos cómo operan varios factores que hemos ido nombrando: los mitos del amor romántico, los estereotipos y los roles tradicionales de género, los micromachismos, las expectativas de pareja y/o de familia generadas en base a ese hombre del que se enamoraron y, finalmente, el ciclo de la violencia, activando el miedo y por tanto el modo supervivencia por estar en situaciones de peligro.

Vamos a hablar de lo que Walker (2013) teorizó como un patrón que se desarrolla en las relaciones de maltrato y que denominó el **ciclo de la violencia**, que es imprescindible para poder comprender la dinámica de la violencia machista y la psicología de las mujeres que la viven (Walker, 2013). El ciclo de la violencia consta de tres fases:

1. La escalada de intensidad, en la que el hombre empieza a enfadarse y va subiendo de intensidad.
2. La agresión aguda o explosión, es decir, cuando ocurre la agresión hacia la mujer.
3. La luna de miel: puede darse de muchas formas, ya sea con arrepentimiento, grandes promesas de cambio, reconquista con palabras y gestos de amor que hacen conectar a la mujer con la idea que se ha anclado en su mente de aquel hombre que la conquistó. O bien incluso con una “aparente calma” dada por silencios. En esta fase aparece la pena, que es un gran cebo para mantener a las mujeres en las relaciones de violencia.

En esta última fase, la “luna de miel”, vuelve a empezar el ciclo y las mujeres pasan una y otra vez por estas tres etapas. Conforme la violencia se sostiene más en el tiempo, la luna de miel es cada vez más corta, hasta convertirse en inexistente. La sensación de confusión crece, por la contradicción constante entre las palabras y los comportamientos del hombre. La mujer puede permitir formas de abuso que para ella sean comparativamente menores, para evitar la escalada de la violencia (Walker, 2013). A la par se da un aislamiento creciente, factor importante porque pierden a su entorno y, por tanto, la posibilidad de ayuda.

En este contexto de violencia, Walker (2000) menciona que las mujeres pueden desarrollar síntomas de evitación (negación, minimización, represión) y síntomas psicofisiológicos (palpitación cardíaca, dificultad para respirar, ataques de pánico, dolores de estómago) que están asociados al aumento de estrés y ansiedad y a la estimulación del sistema nervioso autónomo. Muchas personas profesionales sin formación específica en violencia machista y perspectiva de género pueden diagnosticar problemas somáticos o desórdenes de personalidad, lo cual implica patologizar a las mujeres, en lugar de entender sus comportamientos desde la supervivencia como consecuencia de la violencia que están viviendo (de Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013).

Figura 1. El ciclo psicosocial y estructural de la violencia machista



Fuente: Elaboración propia.

5. El impacto psicosocial y estructural de la exposición al ciclo de la violencia machista

Considerando las variables psicosociales y estructurales de las que hemos ido hablando a lo largo del artículo, que operan durante todo el proceso mental y social en el ejercicio de la violencia machista, sin perder de vista las estrategias de supervivencia ante el miedo y el terror, vemos como las mujeres se mueven en una gran e inmensa contradicción, con la mente operando en modo supervivencia y el cuerpo agotado por estar destinando todos sus recursos neuronales y físicos a superar una situación que nunca pasa. Recordamos que, en este estado de alarma, no siempre es posible tomar las decisiones adecuadas. Aquí es cuando hay que entender que la mente intenta responder ante el peligro, pero con el objetivo de mantener la relación, ya que las mujeres hemos aprendido a cuidar a los demás y por tanto somos las responsables principales del bienestar de la familia y de que las relaciones funcionen, porque si se acaba sería entendido como un fracaso por nuestra parte. Además, la mujer modifica toda su conducta para sostenerse en el ciclo de violencia con la falsa idea de tener “control” sobre la conducta de él y evitar las explosiones del hombre y, en consecuencia, las agresiones. Volvemos a observar este desgaste continuo, con la mente intentando dar respuestas rápidas a situaciones de miedo.

Las mujeres siguen pensando todo el tiempo en que no hay más opción que esa relación porque, como tan bien nos enseñan, “el amor es para toda la vida”, “con mi amor lo salvaré” porque “el amor todo lo puede”. Por tanto, la misma mente crea una trampa mental donde los barrotos encadenan a las mujeres a las relaciones violentas.

El trauma como proceso tiene fases más rápidas, en cuanto a respuestas a eventos estresantes, y otras más lentas, como los días siguientes al suceso o la aparición de síntomas. El estrés supera la capacidad de respuesta habitual de la persona, que va buscando alternativas si el patrón de respuesta adaptativa ya no funciona. Si lo traspasamos al plano de una violencia sostenida y reiterada en el tiempo, la respuesta de las mujeres se va modificando sobre unos patrones que se acaban automatizando y se va profundizando la sensación de miedo, bloqueo, inseguridad, etc. Pudiendo desarrollar comportamientos de obediencia extrema y, por tanto, de manipulación por parte del agresor, puesto que la mujer intenta no generar conflictos ni enfados en él. Aquí opera el miedo, y “perderlo”, aquí la pena y la culpa tienen una gran presencia. En consecuencia, el daño es cada vez más grave, como si la mujer ya no tuviera capacidad de decidir.

En casos de violencia grave física y psicológica, puede darse la disociación como proceso adaptativo ante una emoción o varias emociones que la mujer no puede sostener y se desconecta para sobrevivir. La disociación a largo plazo es la consolidación de comportamientos que responden a la estrategia de evitación. Bloquear emociones provoca que se compartimenten recuerdos en nuestra mente, sin poder procesar de forma completa los sucesos por parte del sistema nervioso (Romeo, 2019).

Cuando viven violencia machista de forma sostenida y continua en el tiempo, las mujeres ven dañado su autoconcepto y autoestima y, por tanto, debilitada o anulada la capacidad de confianza en sus propias habilidades y, en consecuencia, se ve dañada la capacidad de tomar decisiones. Además, las mujeres experimentan problemas de atención y concentración, ya que en modo supervivencia nuestro sistema nervioso está en alerta para detectar amenazas, por lo que la atención se focaliza en determinados elementos. Ello, correlacionado con la ansiedad y dificultades emocionales que están sintiendo, hace muy difícil poder llevar a cabo tareas, poder planificar e incluso iniciar actividades. Asimismo, hay que estar todo el tiempo enfocada en la resolución del conflicto generado entre las demandas del agresor, por tanto, del ambiente y los recursos personales disponibles, que, como hemos señalado, se hallan muy dañados o minados (López-Soler, 2008).

La mujer queda atrapada en un vínculo traumático que no solo la somete desde la violencia del otro, sino desde sí misma. Un atrapamiento en el vínculo traumático, que requiere que como profesionales podamos mirar con ellas cuáles son las motivaciones y las angustias propias que las mantienen en esa trampa (Bleichmar, 2000).

Desde el ámbito social, otro de los factores clave que observamos en la intervención con mujeres que han sufrido el impacto del ciclo de la violencia es el aislamiento social, la falta de red y apoyo emocional y un deterioro significativo de las relaciones sociales, así como la fractura de muchos sistemas a los que la mujer pertenecía (familia, amistades, actividades, autocuidado, ocio, etc.).

Dejar de participar en esos espacios sociales y no sentir la pertenencia a una red de apoyo es una de las secuelas más habituales dentro de la vivencia del ciclo de la violencia porque la mujer, por supervivencia, abandona progresivamente espacios, personas y actividades para adaptarse a la pareja y evitar la reacción que él pueda tener frente a su interacción social y apoyo de otras personas.

Ir cerrando estos vínculos y no participar en estos espacios sociales conlleva que la mujer esté en un estado de mayor soledad y vulnerabilidad, pasando a ser la pareja abusiva el foco absoluto de su atención como mecanismo de defensa y para “evitar el enfado” y la reacción agresiva de él.

Desde la intervención social es importante poder hacer consciente a la mujer de cómo se han ido rompiendo esos vínculos y poderlos restaurar para fortalecer su entorno, tener mayor autonomía y posibilidades de movimiento y apoyo dentro de la paralización en la que se encuentra a causa de estar inmersa en el ciclo de la violencia.

Revincular a la mujer a sus sistemas de apoyo, fortalecer los vínculos saludables que le pueden dar contención en ese momento y ofrecerle espacios de ocio y cuidado será fundamental para reducir este aislamiento social y poder disminuir su vulnerabilidad social frente a la violencia.

Es importante acompañar a la mujer a poner palabras e identificar cuáles son esos mandatos estructurales y sociales que están bloqueando aún más su incapacidad para tomar decisiones, porque al ser mandatos sociales muy integrados y normalizados dentro de una sociedad machista,

es difícil detectarlos (la mujer es quien debe mantener la familia unida, si te separas vas a romper la familia, tus hijos van a sufrir, ya estás mayor para separarte, el amor todo lo puede, es tu destino, etc.).

Cuando ella es capaz de observar que la culpa no es una emoción primaria, sino que es una construcción social basada en el género, y que el futuro de esa relación ni de su pareja no son su responsabilidad, y mucho menos su culpa, obtiene una sensación de alivio y entonces podemos conseguir que la mujer adquiera la dimensión comprensiva de las estructuras opresoras desde donde está tomando decisiones o desde donde no puede ver que ella no es responsable, que estamos bajo un paraguas estructural que per se es machista, violento y desigual hacia las mujeres y, por ello mismo, debemos cuestionarlo y liberarnos sin sentir remordimientos ni vergüenza.

6. Propuestas de intervención en el trabajo con violencia machista: desde la mirada crítica radical y liberadora

El objetivo último de la filosofía educativa de Paulo Freire era liberar a los individuos de los sistemas opresivos y fomentar una sociedad más justa y equitativa (Freire, 1970; Smith, 2002). Creía que la educación tenía el poder de romper las cadenas de la ignorancia y empoderar a las personas para que se convirtieran en agentes activos del cambio social.

Caplan, creador de la psiquiatría comunitaria, propone definir la crisis como “un obstáculo que el sujeto encuentra en la consecución de metas importantes y que no puede ser superado mediante sus estrategias habituales de resolución de problemas” (Caplan, 1964).

La violencia de género integra un sistema de dominación contrario a la justicia y el derecho, que se consolida como estructuras psíquicas (modos de sentir, pensar y actuar), sociales, económicas, políticas y jurídicas que interactúan y construyen realidad: una realidad que reproduce la desigualdad. Tanto la sociología como la pedagogía y la psiquiatría preventiva nos han aportado conocimientos muy rescatables en la actualidad cuando hablamos de violencias de género y cómo podemos analizar y abordar un problema que atraviesa no solo al “yo” sino a todas las raíces y bases sociológicas y estructurales que configuran el marco y el terreno fértil donde nacen, se perpetúan y se naturalizan las violencias de género.

Como sostiene Freire, es importante desproblematizar al yo (Freire, 1970; McLaren, 1999) para poder afinar la mirada y cuestionar las estructuras de poder y desiguales que cronifican problemáticas sociales graves que, en ocasiones, siguen atribuyéndose únicamente a la persona, como si por sí sola debiera solucionarlo, y reduciendo la situación que está atravesando en algo puramente personal. Siguiendo a Freire (1970), en el caso de las violencias de género, es clave hacer este proceso de desproblematizar el yo y comenzar a asumir la responsabilidad de movilizar y renovar las

bases estructurales donde crecen, florecen y permanecen las violencias machistas.

Nos parece importante dilucidar la responsabilidad estructural y social de la violencia machista en relación con los factores sociales donde se justifican y minimizan muchos de los comportamientos abusivos hacia las mujeres, porque al ser socialmente admitidos nos cuesta muchísimo poder hacer un proceso de identificación, rompiendo con todo el aprendizaje primario donde se ha construido la socialización de lo que significa “ser mujer”.

La teoría social de Judith Butler sobre la socialización se centra en la performatividad del género, argumentando que la identidad no es una esencia fija, sino una construcción social que se crea a través de la repetición constante de actos, comportamientos y discursos (Butler, 2006). Esto nos hace reflexionar, como señalan García y Casado (2006), en la necesidad de desentrañar las raíces de estas violencias para aliviar el sufrimiento que generan, abordando cómo se manifiestan las dinámicas de identidad y reconocimiento en el ámbito privado. Para erradicar la violencia de género, se debe trabajar para cortar las raíces del problema, es decir, ir más allá de los síntomas y abordar las causas estructurales que la generan (García y Casado, 2006).

Todas las profesiones que intervienen en el abordaje y tratamiento de estas causas de manera transversal suelen tener incorporada esta mirada más psicosocial y esta mirada psicoestructural; de manera paralela, también se necesita que las mismas estructuras de poder y que las políticas públicas y sociales encaminadas a la erradicación de estas violencias mantengan su fiel compromiso en la deconstrucción de estas bases obsoletas y maltratantes que es tan importante derribar y reformar con una impecable decisión y apuesta. De esta manera, podremos estar más cerca y trabajar de manera más eficaz y coordinada tanto desde el punto de vista social como pedagógico y político. De ahí que se haya apuntado que el cambio político es fundamentalmente el resultado de un cambio lingüístico, de una transferencia de autoridad encarnada por nuevas formas de expresión discursivas que se imponen y generalizan en el uso que de ellas hacen los individuos (Aguado y Ortega, 2011).

Una sociedad que continúe alzándose sobre la adjudicación preasignada y jerarquizada de papeles sociales a hombres y mujeres, es decir, sobre la subordinación estructural de un género, no podrá liberarse de forma real de las distintas formas de violencia contra las mujeres. Cuando hablamos de violencia de género se incluyen todas aquellas agresiones sufridas por las mujeres como consecuencia de los condicionamientos socioculturales que actúan sobre los géneros masculino y femenino, y que se manifiestan en cada uno de los ámbitos de relación de la persona (Barrère y Campos, 2005).

Cuando se adquiere este primer paso del que también habla Freire (Freire, 1997; Mustakova-Possardt, 2003), la adquisición de la conciencia de los motivos múltiples y de todas las estructuras sociales opresoras, podemos empezar a construir nuevos tejidos y nuevas bases a partir de

los que, más adelante, los y las profesionales tendrán el terreno un poco más trabajado para poder entrar a realizar un mejor abordaje y un proceso más específico del resto de variables más cercanas a las personas, que requieren de vínculo terapéutico, seguimiento, empatía y de un enfoque más centrado en el aquí y ahora, en la crisis y en el trauma de lo vivido, como dice Caplan y que presenta en su modelo de intervención en crisis.

Caplan (1964) es uno de los padres de la psiquiatría preventiva comunitaria y en su modelo de intervención en crisis nos da herramientas para acompañar a las personas en momentos de máximo shock y duelo, y propone que más allá del abordaje inmediato contenedor y orientativo que requiere cada caso, no podemos olvidar el impacto positivo y la importancia de la prevención comunitaria como alternativa no solo a la atención posterior a una vivencia traumática, sino como estrategia anticipatoria y de gran alcance comunitario para poder diseñar, planificar e intervenir desde las estructuras sociales primarias para aumentar el bienestar de nuestras comunidades y, a su vez, fomentar el pensamiento crítico y abrir una brecha de reflexión a peores pronósticos. Lorente (2001) también señala la importancia de la educación y la reflexión para cuestionar esta socialización y promover cambios, así como las estrategias que el machismo utiliza para intentar frenar la transformación social.

En este artículo queremos recoger este planteamiento para poder recuperar la idea de la importancia del compromiso político legal como marco que responda y respalde las intervenciones técnicas en este ámbito. Por otro lado, la urgencia de formarse en una perspectiva histórica, de género e integrativa de los diferentes modelos de intervención más favorecedores en la recuperación de una situación tan traumática como es la vivencia de las violencias de género y resaltar la falta de recursos de prevención comunitaria con el fin de reivindicar un mayor despliegue y, en el mejor de los casos, proponer su incorporación de manera más habitual a las instituciones y estructuras que tienen competencia.

Los métodos de intervención en trabajo social para abordar la violencia machista se basan en enfoques multidisciplinares y holísticos que buscan promover el bienestar y la seguridad de las mujeres. El trabajo en red establece colaboraciones estratégicas entre diferentes profesionales y permite dar una respuesta integral y coordinada a las mujeres, fundamental para poder brindar una atención efectiva y de calidad. Al mismo tiempo, se emplea también la atención individualizada para poder establecer un plan de apoyo individualizado a cada mujer, proporcionando un espacio seguro y confidencial (Torrez, 2024).

Para trabajar en el terreno motivacional se utilizan estrategias de intervención como el establecimiento de metas, la entrevista motivacional, las técnicas de retención para reducir la resistencia a la intervención y la resolución de la ambivalencia hacia el cambio (DiClemente et al., 2017). Además, se basa en un estilo humanista, no confrontativo, colaborador y sustentado en la empatía para favorecer la motivación al cambio (Miller y Rollnick, 2013).

Una de las herramientas que pueden ayudarnos en nuestra intervención es la entrevista motivacional (EM). La EM presta atención al lenguaje natural acerca del cambio, y su propósito es tener conversaciones más efectivas acerca del mismo, sobre todo cuando se dan en un contexto en el que alguien ofrece ayuda profesional a otra persona (Miller y Rollnick, 2015) Es importante acompañar a la mujer para que encuentre la motivación para el cambio y trabajar desde la colaboración activa con ella en su proceso. La motivación para el cambio es un proceso complejo que implica tanto a las mujeres como a los hombres y a la sociedad en su conjunto cuando hablamos de violencia machista. Para las mujeres, el cambio pasa por reconocerse como supervivientes, dejando de culpabilizarse por la violencia, y fortalecer su propio yo y su empoderamiento.

La investigación en trabajo social y violencia de género es fundamental para comprender y abordar de manera efectiva este fenómeno social, para analizar en profundidad las causas estructurales y las consecuencias devastadoras de la violencia de género en todas sus formas y manifestaciones (Torrez, 2024). Los y las profesionales del ámbito social trabajamos a diario con las mujeres atendiendo las múltiples violencias que viven; por tanto, el conocimiento que se genera de la práctica es de una riqueza y un aporte teórico y práctico que aporta identificar y validar las mejores prácticas de intervención multidisciplinaria que nos permitan enfrentar y erradicar esta problemática de manera integral.

Desde las profesiones del ámbito social hay varios aspectos a tener en cuenta en la intervención con mujeres (Garrido, 2020):

- Tener integrada la perspectiva de género para poner la mirada en la situación y definirla como violencia machista y no como una relación conflictiva.
- Evitar juzgar, validando su discurso y su relato.
- Dar veracidad a la exposición, aunque sea desordenada, incoherente e incoherente durante su relato. Es la consecuencia de encontrarse en estado de alerta, donde el miedo se apodera y, por tanto, el relato difícilmente puede ser ordenado y lógico; somos los y las profesionales quienes iremos ordenando ese discurso.
- Crear un clima de confianza y un espacio seguro.
- Acompañar en el proceso de la toma de decisiones, desde el respeto y el cuidado.
- El objetivo prioritario de la intervención es valorar el riesgo existente y la conciencia de este, ante la situación manifestada, para dar una respuesta rápida y actuar de manera eficaz.

El trabajo social juega un papel determinante en la intervención con las mujeres. De hecho, el primer contacto que tienen las mujeres en los servicios sociales básicos y especializados es con la figura del trabajador o trabajadora social, lo cual resulta trascendental para que pueda vincularse, sentirse en un espacio de confianza y seguridad y, por tanto, no se sienta sola en el duro proceso que supone salir de una relación de violencia.

En este sentido, por tanto, nos parece imprescindible intervenir en las violencias de género desde la perspectiva integral psicosocial y de género, así como desde una mirada crítica estructural y preventiva a escala comunitaria.

Para ello, valoramos fundamental la divulgación de este tipo de intervención y la ampliación de conciencia y formación en equipos técnicos implicados, así como el fuerte e inamovible respaldo político-legal, como encuadre procurador de recursos y protección jurídica tanto para la intervención directa como para la abolición definitiva del machismo en una sociedad que sigue otorgando privilegios a los hombres y generando estructuras desiguales y de poder en las que todos y todas seguimos quedando atrapados creyendo que debe ser lo normal cuando realmente sigue siendo una expresión del patriarcado y de la violencia estructural profundamente arraigada en nuestros pilares sociales. Debemos incidir en lo personal sin dejar de lado la inclusión del abordaje estructural, porque desde el punto de vista técnico, sin este otro abordaje el tratamiento de las violencias de género en nuestra sociedad y su erradicación es insuficiente.

7. Conclusiones

La violencia machista es un fenómeno multidimensional, que debería suponer un cuestionamiento desde el punto de vista de la sociedad, ya que estamos hablando de una experiencia humana extremadamente dolorosa a la que nos vemos expuestas las mujeres por el simple hecho de serlo y que una gran parte queda invisible a los ojos de la sociedad.

Este artículo aporta reflexiones importantes entorno a todo lo que opera, construye, influye y fomenta la existencia de la violencia machista, que está costando mucho de erradicar, pese a los esfuerzos que se dan desde las políticas públicas y el colectivo profesional, y fundamentalmente la lucha feminista.

Entender a las mujeres es el paso principal para que se dé una comprensión real de la complejidad de este fenómeno al que hemos denominado “el ciclo psicosocial y estructural de la violencia machista”, porque es una cárcel en la que las mujeres nos vemos presas no solo por el carcelero sino por otros elementos y estructuras en las que una misma se siente atrapada.

Cantera (2007) pone en evidencia la necesidad de un enfoque que reconozca la capacidad de resistencia de las mujeres que sufren violencia y de la urgencia de concebir a esas personas como sobrevivientes y no más como víctimas (de Alencar-Rodrigues y Cantera, 2013), cuestión que consideramos de vital importancia, pues sobrevivir a la violencia requiere de una cantidad de recursos personales y herramientas, por no hablar de las dificultades del sistema a las cuales se tienen que enfrentar y si son madres, lo que implica materner cuando el padre de tus hijos es un agresor.

El daño que supone la construcción de la idea de pareja y familia desde los mitos del amor romántico, los estereotipos de género, los roles tradicionales de género, los micromachismos, la idea de ese hombre del

cual se enamoraron y finalmente el ciclo de la violencia, es inmenso, porque nos coloca en una situación de gran vulnerabilidad, dependencia y confusión. Esa idea de él, que no es real pero que las mujeres están todo el tiempo buscando y no existe.

Incluir en las intervenciones profesionales el enfoque del ciclo con las variables estructurales y abordarlos como factores de vulnerabilidad o de riesgo respecto al mantenimiento en la trampa es importante por la visión global que da sobre la violencia machista. Cabe mencionar, además, los factores de vulnerabilidad que exponen más a las mujeres a sufrir violencia o pueden aumentar su riesgo, ya sea por la duración como por la escalada de violencia. Podemos destacar la presencia de una enfermedad, la soledad o la dependencia económica y/o emocional, la falta de redes de apoyo o familiares, la presencia de un trastorno mental o de adicciones. Todo esto dificulta de manera enorme poder salir de la violencia.

Hablamos de una intervención psicosocial adecuada a las necesidades de la mujer que debería ser interdisciplinaria y holística, teniendo en cuenta la interseccionalidad de la violencia machista con otras problemáticas que afectan a la mujer, y que adopte una mirada feminista, a través de la cual el objetivo sea finalmente el empoderamiento de la mujer y el cambio de modelo social patriarcal (Canet y Martínez, 2018). Es decir, teniendo en cuenta la violencia sistémica y estructural que sufrimos las mujeres. Esto significa poder centrar la intervención psicosocial en las mujeres por supuesto primero, pero también en la prevención y a escala comunitaria para poder abordar un cambio desde el punto de vista político y social. El ciclo psicosocial y estructural de la violencia machista requiere poder reconceptualizar la violencia machista que sufrimos las mujeres desde una mirada macrosocial, enmarcarla en la raíz y en las causas de este fenómeno. Por lo que queremos recalcar que sostener la violencia es un proceso duro y doloroso y es importante entender que todo lo que como sociedad promovemos en cuanto al amor y a las relaciones hombre-mujer perpetúa, favorece e invisibiliza la violencia machista.

Referencias bibliográficas

- Aguado, Ana, y Ortega, Teresa María (Eds.). (2011). *Feminismos y antifeminismos: Culturas políticas e identidades de género en la España del siglo xx*, PUV.
- Ayala Rubió, Sílvia; Casacuberta Arola, Oriol; Herrera Guardiola, Laia; Pi Sánchez, Aina, y Quer Òdena, Gisela (Coord.). (2020). *La perspectiva de gènere i l'atenció a les violències masclistes des dels serveis socials*. Departament de Treball, Afers Socials i Famílies.
- Barrère Unzueta, María Ángeles, y Campos Rubio, Arantza (Coords.). (2005). *Igualdad de oportunidades e igualdad de género: Una relación a debate*. Dykinson.

- Bleichmar, Emilce Dio (Coord.). (2014). *Mujeres tratando a mujeres: Con mirada de género*. Ediciones Octaedro.
- Bonino Méndez, Luis. (1996). Micromachismos: la violencia invisible en la pareja. En *Primeras jornadas sobre la violencia de género en la sociedad actual: Ponencias* (p. 25-45). Generalitat Valenciana, Dirección General de la Mujer.
- Bonino Méndez, Luis. (2000). III. Varones, género y salud mental: deconstruyendo la "normalidad" masculina. En Marta Segarra Montaner y Àngels Carabí (Eds.), *Nuevas masculinidades* (p. 41-64). Icaria.
- Bonino Méndez, Luis. (2017, septiembre 25). Micromachismos, 25 años después. Algunas reflexiones. *Pikara Magazine*. Recuperado 18 abril 2026, de <https://www.pikaramagazine.com/2017/09/micromachismos-25-anos-despues-algunas-reflexiones/>
- Butler, Judith. (2006). *Deshacer el género*. Paidós.
- Butler, Judith. (2007). *El género en disputa: El feminismo y la subversión de la identidad*. Paidós.
- Canet Benavent, Encarna, y Martínez Martínez, Lucía. (2018). Intervención psicosocial en violencia de género: El caso de la Comunitat Valenciana, España. En Marta Sahagún Navarro y Jhoana Arias Sierra (Comps.), *Violencia de género desde un abordaje interdisciplinar* (p. 329-346). Universidad Sergio Arboleda.
- Cantera, Leonor María. (2007). *Casais e violència: Um enfoque além do género*. Dom Quixote.
- Caplan, Gerald. (1964). *Principles of preventive psychiatry*. Basic Books.
- Carranza-Benites, Renzo. (2024). Implantación del sistema sexo/género en la autoimagen corporal y expresión de género en hombres homosexuales. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 27(4), 1407-1428.
- Connell, Raewyn. (1987). *Gender and power: Society, the person and sexual politics*. Standford University Press.
- Connell, Raewyn, y Pearse, Rebecca. (2018). *Género: Desde una perspectiva global*. PUV.
- de Alencar-Rodrigues, Roberta, y Cantera, Leonor María. (2013). Intervención en violencia de género en la pareja: el papel de los recursos institucionales. *Athenea Digital. Revista de Pensamiento e Investigación Social*, 13(3), 75-100. Redalyc. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=53728752004>
- DiClemente, Carlo C.; Corno, Catherine M.; Graydon, Meagan M.; Wiprovnick, Alicia E., y Knoblach, Daniel J. (2017). Motivational interviewing, enhancement, and brief interventions over the last

- decade: A review of reviews of efficacy and effectiveness. *Psychology of Addictive Behaviors*, 31(8), 862-887.
- Fernández Cuadrado, Aharon, y Roig Merino, Bàrbara (Coords.). (2013). *Guía de recomanacions per a la detecció de violència masclista en homes*. Ajuntament de Barcelona. Recuperado 2 abril 2026, de https://bgr.koha.es/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=126499&shelfbrowse_itemnumber=94462
- Flores Fonseca, Verceli Melina. (2019). Mecanismos en la construcción del amor romántico. *La ventana. Revista de Estudios de Género*, 6(50), 282-305.
- Freire, Paulo. (1970). *Pedagogy of the oppressed*. Herder and Herder.
- Freire, Paulo. (1997). *Pedagogía del oprimido* (21.ª ed.). Siglo XXI Editores.
- Fuentes Garay, Gabriela Alejandra; Hernández Díaz, Alelandro Antonio; Mercado Elgueta, Claudia; Labrin Jarpa, Yordy Philip, y Morales Olivares, Makarena Alejandra. (2025). Relación de enfermedades cardiovasculares y long covid en pacientes mayores de 14 años, una revisión narrativa. *Horizonte De Enfermería*, 36(1), 285-313. https://doi.org/10.7764/Horiz_Enferm.36.1.285-313
- García García, Antonio Agustín, y Casado Aparicio, Elena. (2006). Violencia de género: Dinámicas identitarias y de reconocimiento. En Carmen Romero Bachiller y Fernando José García Selgas (Coords.), *El doble filo de la navaja: Violencia y representación* (p. 89-106). Trotta.
- Garrido, Celia. (2020). *El trabajo social en violencia de género ante la situación del covid-19*. Consejo General del Trabajo Social.
- Gayle, Rubin. (1986). El tráfico de mujeres: notas sobre la "economía política" del sexo. *Nueva Antropología*, VIII(30), 95-145. Redalyc. <https://www.redalyc.org/pdf/159/15903007.pdf>
- Gómez Perea, Lucía, y Viejo, Carmen. (2020). Mitos del amor romántico y calidad en las relaciones sentimentales adolescentes. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 13(1), 150-161.
- Granda Vivas, Carla, y Moral Jiménez, María de la Villa. (2025). Dependencia emocional, autoengaño y mitos del amor romántico: Negación patológica en relaciones de pareja. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 16(1), 1-9.
- Herrera Gómez, Coral. (2011). *La construcción sociocultural del amor romántico*. Fundamentos.
- Lojo Suárez, Mirta S. (2009). Perspectiva de género en el proceso de socialización. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 727-731.

- López-Soler, Concepción. (2008). Las reacciones postraumáticas en la infancia y adolescencia maltratada: el trauma complejo. *Revista de psicopatología y psicología clínica*, 13(3), 159-174.
- Lorente Acosta, Miguel. (2001). *Mi marido me pega lo normal: Agresión a la mujer: realidades y mitos*. Crítica.
- Macías Morón, J. J., y Mercado Val, E. (2025). *Bases neurobiológicas del trauma: Guía resumida*. Universidad de Burgos, Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico.
- Marroquí, Marina, y Cervera, Patricia. (2014). Interiorización de los falsos mitos del amor romántico en jóvenes. *Reidocrea*, 3, 142-146. DIGIBUG. <http://hdl.handle.net/10481/32269>
- McLaren, Peter. (1999). A pedagogy of possibility: Reflecting upon Paulo Freire's politics of education. *Educational Researcher*, 28(2), 49-56. <https://doi.org/10.3102/0013189X028002049>
- Miller William R., y Rollnick, Stephen. (2013). *Entrevistas motivacionales: ayudar a las personas a cambiar* (3.ª ed.). Guilford.
- Miller William R., y Rollnick, Stephen. (2015). *La entrevista motivacional: Ayudar a las personas a cambiar*. Paidós.
- Muñoz, Concha. (2015). *La violencia de género: Identificación y prevención*. CreateSpace Independent Publishing Platform.
- Mustakova-Possardt, Elena. (2003). Is there a roadmap to critical consciousness? *Critical Psychology*, 8, 275-291.
- Piedra-Cristobal, Julio; Rosa-Martín, Juan José, y Muñoz-Dominguez, María Concepción. (2018). Intervención y prevención de la violencia de género: Un acercamiento desde el trabajo social. *Trabajo Social Global - Global Social Work: Revista de Investigaciones en Intervención Social*, 8(14), 195-216. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6486589>
- Ricardo, Rodrigo. (2024). *Socialización de género: definición, agentes y ejemplos*. Estudyando.
- Romeo Biedma, F. Javier. (2019). *Acompañando las heridas del alma. Trauma en la infancia y adolescencia*. Aldeas Infantiles SOS América Latina y el Caribe.
- Sánchez López, Jorge. (2013). *Participación del receptor lpa1 para el ácido lisofosfatídico en la regulación emocional: Extinción al miedo condicionado y estrés agudo* (Tesis doctoral, Universidad de Málaga). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=158026>
- Smith, Mark K. (2002). Paulo Freire: Dialogue, praxis and education. *The Encyclopedia of Pedagogy and Informal Education*. Recuperado 2 abril 2026, de <https://infed.org/mobi/paulo-freire-dialogue-praxis-and-educatio-nos/>

- Torrez Luizaga, Marilia Rosario. (2024). La disciplina de trabajo social y su intervención en la violencia de género. *Revista Criterio*, 4(6), 48-58. <https://doi.org/10.62319/criterio.v.4i6.27>
- van der Kolk, Bessel. (2015). *El cuerpo lleva la cuenta: Cerebro, mente y cuerpo en la superación del trauma*. Eleftheria.
- Walker, Lenore E. (1979). *The Battered Woman*. Harper and Row.
- Walker, Lenore E. (2000). *The battered woman syndrome* (2nd ed.). Springer Publishing Company.
- Walker, Lenore E. (2013). *Amar bajo el terror*. Queimada Ediciones.