



Departamento de Posgrados

Maestría En Psicología Clínica Con Mención En Psicoterapia

De Grupo

**Eficacia de un dispositivo grupal terapéutico de intervención
en violencia de género**

Autora:

Melissa Estefanía Maldonado Pérez

Directora:

Verónica Serrano Crespo, Mst.

Cuenca - Ecuador

2024

Dedicatoria

El presente trabajo de investigación está dedicado con mucho cariño a:

Dios, el Universo, y a mi querida familia; mi madre Victoria, mi padre Patricio, y mi hermana

Michelle, que con paciencia y cariño me han acompañado y apoyado en este camino tan importante para mí; y que han confiado plenamente en mi capacidad para cumplir mis sueños,

metas y propósitos.

Agradecimiento

Agradezco a mi directora de tesis, Verónica Serrano Crespo, por su amable acompañamiento, guía y arduo trabajo, han sido esenciales en mi trayecto académico y en la consecución de este proyecto; al personal del centro de acogida, por abrirme las puertas y darme la oportunidad de realizar esta investigación tan importante con una población vulnerable.

Expreso mis agradecimientos a los dos distinguidos docentes de la Universidad del Azuay, Sebastián Herrera, Jefferson Elizalde, quienes, con su rigurosa revisión y corrección, han contribuido de manera significativa a mi trabajo de investigación.

Resumen

La violencia de género (VG) sigue siendo hasta la fecha un gran problema en la sociedad. El objetivo general de la investigación fue evaluar la efectividad del dispositivo grupal terapéutico de la Guía de Atención a Víctimas de Violencia de Género (GAVVI) en mujeres víctimas de violencia de género. El enfoque de la investigación fue cuantitativo, cuasi experimental. Se desarrolló en la casa de acogida para mujeres víctimas de violencia de género de la ciudad de Cuenca; se contó con una muestra de 7 participantes, se aplicó tres escalas evaluativas: Escala de autoestima de Rosenberg; Escala de bienestar psicológico de Carol Ryff y Woman Abuse Screening Tool. Se evidenció que la violencia más frecuente que sufren las mujeres es la psicológica con un 77%. En los resultados del postest, se presentó una mejoría general en el bienestar psicológico y se produjo un incremento del 30% en la autoestima de las mujeres después de la aplicación del dispositivo. La investigación demuestra la eficacia del dispositivo grupal terapéutico GAVVI en mujeres víctimas de violencia de género.

Palabras clave: autoestima, ciclo de la violencia, historia, terapia de grupo, violencia de género

Abstract

Gender-based violence (GBV) remains a major problem in society to date. The general objective of the research was to evaluate the effectiveness of the therapeutic group device of the Guide for the Care of Victims of Gender Violence (GAVVI) in women victims of gender violence. The research approach was quantitative, quasi-experimental. It was carried out in the shelter for women victims of gender violence in the city of Cuenca; there was a sample of 7 participants, and three evaluative scales were applied: Rosenberg's self-esteem scale; Carol Ryff's psychological well-being scale and the Woman Abuse Screening Tool. It was found that the most frequent violence suffered by women was psychological violence (77%). In the post-test results, there was a general improvement in psychological well-being and there was a 30% increase in the self-esteem of the women after the application of the device. The research demonstrates the efficacy of the GAVVI therapeutic group device in women victims of gender violence.

Key words: self-esteem, cycle of violence, history, group therapy, gender violence.

Ma. Verónica Serrano

Verónica Serrano Crespo, Mst

Directora

Índice

Dedicatoria	II
Agradecimiento	III
Resumen	IV
Abstract	V
Introducción	1
Capítulo 1	2
1.1 Introducción	2
1.2 La lucha de las mujeres por la igualdad a través del tiempo	4
1.2.2 Historia de lucha de las mujeres latinoamericanas	9
1.3 Violencia de Género	12
1.3.1 Tipos de Violencia	13
1.4 Ciclo de la violencia	18
1.5 Consecuencias de la violencia de género	23
1.6 Tratamientos psicológicos en violencia de género	25
1.6.1 Tratamientos psicológicos grupales	26
Capítulo 2	31
Metodología	31
2.1. Hipótesis de la investigación	31
2.2 Tipo de Investigación	31

2.3 Objetivo General	31
2.3.1 Objetivos Específicos	31
2.4 Muestra:	31
2.4.1 Criterios	32
2.5 Introducción de la Guía de Atención a Víctimas de Violencia	33
2.5.1 Intervención grupal de la Guía de Atención a Víctimas de Violencia	34
2.6 Procedimiento	35
Capítulo 3	36
3.1 Características sociodemográficas	36
3.2 Resultados de la Escala de Women Abuse Screening Tool (WAST) antes de la aplicación del dispositivo	36
3.3 Resultados Globales de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (EBP)	38
3.3.1 Niveles de bienestar psicológico del EBP	40
3.3.2 Dimensiones de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff	41
3.3.2.1 Autoaceptación	41
3.3.2.2 Relaciones Positivas	42
3.3.2.4 Crecimiento Personal	44
3.3.2.5 Propósito en la vida	45
3.3.2.6 Dominio del entorno	46
3.4 Resultados de la Escala de Autoestima de Rosenberg	47
Discusión	49
Conclusiones	53

Referencias	55
Anexos	66
Anexo 1. Planificación de las sesiones grupales diseñada por la Guía de Atención a Víctimas de Violencia de Género (GAVVI)	66
Anexo 2. Woman Abuse Screening Tool (WAST) en su versión original.	95
Anexo 3. ESCALA BP DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF	96
Anexo 4. Escala De Autoestima De Rosenberg (RSE)	98
Anexo 5. Consentimiento Informado	99

Índice de tablas

Tabla 1. <i>Análisis descriptivos de la variable edad.</i>	36
Tabla 2. <i>Análisis descriptivos de los resultados globales de la EBP pre y postest</i>	38
Tabla 3. <i>Porcentajes de los grados de bienestar psicológico de Ryff pretest.</i>	40
Tabla 4. <i>Porcentajes de los grados del bienestar psicológico de Ryff postest.</i>	40
Tabla 5. <i>Comparación entre la variable Pretest y Postest en las puntuaciones globales de EPB.</i>	41
Tabla 6. <i>Análisis descriptivo de la dimensión autoaceptación</i>	42
Tabla 7. <i>Comparación entre las variables Pretest y Postest en la dimensión de autoaceptación.</i>	42
Tabla 8. <i>Análisis descriptivos de la dimensión relaciones positivas</i>	43
Tabla 9. <i>Comparación entre las variables Pretest y Postest en la dimensión de relaciones positivas</i>	43
Tabla 10. <i>Análisis descriptivos de la dimensión de autonomía</i>	44
Tabla 11. <i>Comparación entre las variables Pretest y Postest en la dimensión de autonomía.</i>	44
Tabla 12. <i>Análisis descriptivo de la dimensión de crecimiento personal.</i>	45
Tabla 13. <i>Comparación entre las variables Pretest y Postest en la dimensión de crecimiento personal</i>	45
Tabla 14. <i>Análisis descriptivo de la dimensión propósito en la vida.</i>	46
Tabla 15. <i>Comparación entre las variables Pretest y Postest en la dimensión propósito en la vida.</i>	46
Tabla 16. <i>Análisis descriptivo de la dimensión de dominio del entorno.</i>	47
Tabla 17. <i>Comparación entre las variables Pretest y Postest en la dimensión de dominio del entorno.</i>	47

Tabla 18. *Análisis descriptivo de la escala de autoestima de Rosenberg.* 48

Tabla 19. *Comparación entre las variables Pretest y Posttest en la escala de autoestima de Rosenberg.* 49

Índice de gráficos

Gráfico 1. <i>Resultados globales de la escala de Women Abuse Screening Tool</i>	37
Gráfico 2. <i>Porcentajes de los tipos de violencia de la escala de Women Abuse Screening Tool</i>	37
Gráfico 3. <i>Resultados globales de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (Pretest)</i>	39
Gráfico 4. <i>Resultados globales de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (Postest)</i>	39
Gráfico 5. <i>Comparación de los resultados globales de la Escala de Autoestima de Rosenberg (Pre y Postest)</i>	48

Introducción

La violencia de género persiste como una preocupación social arraigada en nuestra sociedad contemporánea, ya que es un fenómeno multifacético que va más allá de la esfera física, afectando profundamente la salud mental y las emociones de las mujeres. Se manifiesta en diversas formas como el abuso emocional, la coerción económica, el acoso sexual y la violencia doméstica, todas ellas con efectos devastadores en la vida de las víctimas. Las mujeres, especialmente aquellas en situaciones de vulnerabilidad, enfrentan barreras adicionales para acceder a recursos y servicios adecuados, lo que agrava más su situación. La persistencia de estereotipos de género y la tolerancia hacia la violencia también contribuyen a perpetuar este problema. Esta investigación se propone evaluar la eficacia del apartado del protocolo grupal de la Guía de Atención en Violencia de Género (GAVVI) como método de intervención en esta población. Para ello, el documento se estructura en tres capítulos. En el primero, se examinan los antecedentes de la violencia de género, sus distintas manifestaciones, causas y consecuencias. El segundo capítulo aborda la metodología de la investigación, delineando los objetivos tanto generales como específicos, describiendo la muestra, criterios utilizados para la selección de las participantes y los instrumentos evaluativos. Finalmente, se presentan los resultados obtenidos, seguidos de la discusión, conclusiones y recomendaciones derivadas de esta investigación.

Capítulo 1

1.1 Introducción

La violencia de género (VG) es un patrón de conducta constante de empleo de fuerza física o violencia psicológica, intimidación o persecución contra una persona por parte del cónyuge, con quien conviva o haya convivido, con quien sostiene o haya sostenido una relación afectivo-sexual, amorosa para causarle daño físico a su persona, sus bienes o para causarle daño emocional (Ariza et al., 2021).

La VG sigue siendo hasta la fecha un gran problema en la sociedad. Los movimientos feministas han sido pioneros en su denuncia y en plantear medidas de protección, así como en reivindicar los derechos e igualdades de las mujeres (Albertín, 2017).

La violencia contra las mujeres y las niñas es una de las violaciones de los derechos humanos más frecuente y generalizada. Con respecto a la pandemia de COVID-19, los conflictos y el cambio climático han exacerbado las posibilidades de experimentar esta violencia y generado nuevas amenazas, lo que socava aún más la vulnerabilidad de las mujeres y las niñas (ONU, 2021).

Según la Organización de las Naciones Unidas de las Mujeres (2021), desde que comenzó la pandemia, el 45% de las mujeres declararon que ellas o una mujer o niña que conocían habían sufrido alguna forma de violencia. Siete de cada diez mujeres afirman que el abuso físico o verbal por parte de su pareja es cada vez más frecuente y 6 de cada 10 opinan que el acoso sexual en los espacios públicos ha empeorado.

Varios de los países latinoamericanos como El Salvador, Guatemala, Honduras, Colombia, Bolivia, etc., presentan algunas de las cifras más altas del mundo sobre violencia de género: las circunstancias históricas, culturales, políticas y socioeconómicas determinan

fuertemente la construcción de unos imaginarios donde prevalece la supremacía de género (Barredo, 2017).

El Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC) en el 2019, realizó la Encuesta Nacional sobre Relaciones Familiares y Violencia de Género contra las Mujeres (ENVIGMU) que tuvo datos entre julio y agosto del 2019, donde la población objetivo fueron mujeres de 15 años en adelante. En el resultado se indicó que 65 de cada 100 mujeres en el Ecuador, han experimentado por lo menos un hecho de algún tipo de violencia en alguno de los distintos ámbitos a lo largo de su vida, siendo la violencia psicológica la de mayor porcentaje, esto es, 56.9%; le sigue la violencia física con 35.4%; la violencia sexual con 32.7% y la violencia patrimonial con 16.4%.

A partir de considerarla como un problema de política pública, inician una serie de medidas e intervenciones de cuyo cargo se hizo responsable el Estado, consiguiendo mejoras en la atención al problema, mayor visibilidad y concienciación de este en la población. Sin embargo, quedan muchas aristas por limar, dado que el fenómeno tiene una gran complejidad por los múltiples aspectos que lo configuran (Barredo, 2017).

En esta investigación se abordarán aspectos en el presente capítulo desde la historia de la lucha de las mujeres, conceptos generales de la violencia de género, cómo se desarrolla esta problemática, consecuencias en las víctimas y los tratamientos psicológicos ya sea individuales o grupales.

1.2 La lucha de las mujeres por la igualdad a través del tiempo

La psicóloga sanitaria Chust y colaboradores (2021), en su artículo sobre la violencia de género, salud y trabajo, citan a Páez Cuba (2011) que relata en su ensayo Génesis y evolución histórica de la violencia de género lo siguiente:

La historia cultural de la humanidad hasta la actualidad, las mujeres han sido consideradas como sujetos de invisibilización por parte de los hombres. Este fenómeno no se ha limitado sólo a concebir la inferioridad femenina, sino que ha trascendido las fronteras de lo racional, hasta llegar incluso a manifestarse mediante comportamientos agresivos, que acreditados por el patriarcado y ratificados luego por las sociedades ulteriores, conforman la ya histórica y universal violencia de género (p.3).

August Bebel (1976), fue un destacado político socialista alemán, en una de sus obras más conocidas llamada “La mujer y el socialismo”, relata lo siguiente:

La discriminación de la mujer en la sociedad representó la primera forma de explotación existente, incluso antes que la esclavitud. Los hechos que ejemplifican las desigualdades y discriminaciones hacia la mujer son numerosos y antiquísimos; algunos datan del año 400 A.C., cuando las leyes de Bizancio establecían que el marido era un dios al que la mujer debía adorar; ella ocupaba un lugar tan insignificante que ni siquiera podía recibir herencia o beneficio alguno (p. 13).

Debido a estas injusticias sociales hacia la mujer, inician los periodos del movimiento feminista, con el objetivo, no solo de poner fin exclusivamente a la explotación de la mujer por el hombre, sino de acabar con un sistema basado en el abuso de unos seres humanos a otros.; y con el propósito de hacer visible y reconocible su historia, las teóricas y pensadoras del feminismo han procurado reconstruir la presencia de las mujeres en Occidente, siguiendo

algunos hitos u olas, que sirven de marcadores de la periodización. De esta manera, se reconocen tres y hasta cuatro olas que, siguiendo los cánones dominantes, intentan universalizar tales movimientos (Fernández et al, 2019).

En los inicios de la Revolución Francesa, surgen las primeras manifestaciones de las mujeres francesas por demandas sociales, que las beneficiarían y lucharían en contra de la desigualdad, opresión, discriminación y explotación de las que eran sujetas; esto determinó si podrían desempeñar papeles que en otras épocas les habían sido negados y que efectivamente alcanzarían a ocupar lugares en los que habían sido vetadas (Londoño et al., 2016). Como no podían participar en la vida política, utilizaban los Cuadernos de Quejas, las mujeres escribían sus quejas y enviaban los cuadernos a la Asamblea Nacional; escribieron representantes de todas las mujeres: las nobles, las religiosas y las plebeyas. Una de las quejas más famosas decía: “un noble no puede representar a un plebeyo porque tienen intereses diferentes, igual que un hombre no puede representar a una mujer porque tienen intereses diferentes”. En estos cuadernos, las mujeres pedían: derecho a la educación, al trabajo y al sueldo, derechos en el matrimonio, el fin de los malos tratos, de la prostitución y de los abusos dentro del matrimonio (Nuria y Santolaya, 2019).

El resultado supuso una amarga y seguramente inesperada derrota para el feminismo en la Revolución Francesa, los clubes de mujeres fueron cerrados por los jacobinos en 1793, y en 1794 se prohibió explícitamente la presencia de mujeres en cualquier tipo de actividad política. Las mujeres que participaron en las manifestaciones políticas, fuese cual fuese su adscripción ideológica, compartieron el mismo final: la guillotina o el exilio (Miguel, 2011).

Durante la primera ola, las mujeres se dieron cuenta de que el hombre y la mujer son iguales y merecen los mismos derechos; la sociedad es la que provoca que la mujer sea inferior al hombre, frente a lo cual proponen ideas, métodos y planes para conseguir la

independencia de las mujeres. A partir de entonces las mujeres saben que les robaron sus derechos y tienen que volver a conseguirlos a través de la lucha feminista (Nuria y Santolaya, 2019).

Un filósofo destacado en la primera ola por sus contribuciones en la lucha por la igualdad entre mujeres y hombres, conocido como François Poulain de la Barre, quien en la horquilla cronológica de 1673 y 1675, publica tres obras que se pueden calificar de feministas: “De la igualdad de los sexos”; “La educación de las damas para la conducta del espíritu en las ciencias y las costumbres”; y “La excelencia de los hombres contra la igualdad de los sexos” (Ciccía, 2017).

Hernández y Pérez (2019) en su estudio del debate filosófico entre la modernidad y postmodernidad del feminismo, relatan que François en sus obras trata de pronunciarse a favor de los derechos de las mujeres, las implicaciones de las críticas cartesianas del prejuicio, la tradición y el argumento de autoridad, así como el dualismo mente-cerebro. No cesa de reivindicar que el cerebro no tiene sexo, que el conocimiento y la educación sean accesibles a todos por igual y; por lo tanto, todos puedan participar en la vida pública. Por último, en su tercera obra donde amonesta uno a uno, los argumentos en contra de la igualdad de las mujeres, refutándose a sí mismo y reconstruyendo argumentos basados en la razón (Barriga, 2020).

La segunda ola del feminismo comienza a principios del siglo XIX y nace de la lucha de la primera ola, las feministas de la segunda ola luchan por varios objetivos. Uno de los más conocidos es el derecho al voto, esta lucha se llama sufragismo y las mujeres que luchan se llaman sufragistas, que además piden estos derechos: derecho a acceder a estudios superiores, a ejercer todas las profesiones, a compartir la patria potestad de sus hijos, a decidir sobre su

dinero y bienes; y el derecho a ganar lo mismo que un hombre en el mismo trabajo (Nuria y Santolaya, 2019).

En 1832, el movimiento sufragista presentó en el Parlamento Británico la primera petición de voto, firmaron 1499 mujeres, pero se rechazaron las peticiones sobre el derecho al voto; en consecuencia, las sufragistas dirigieron su estrategia a acciones más radicales, fueron encarceladas, protagonizaron huelgas de hambre y alguna encontró la muerte defendiendo su creencia: “votos para las mujeres” (Fernández et al., 2019). Cuando comenzó la Primera Guerra Mundial, el rey de Inglaterra, Jorge V, encargó a Emmeline Pankhurst organizar a las mujeres, ya que las necesitaban para ocupar los puestos de trabajo de los hombres que estaban en la guerra; por ende, el rey ordenó que liberaran de la cárcel a las sufragistas; y por fin el 28 de mayo de 1917, se aprobó el derecho al voto en Inglaterra, aunque solo para las mujeres de 30 años o más; mientras que los hombres podían votar desde los 21 años (Nuria y Santolaya, 2019).

La tercera ola del feminismo de los años setenta supuso el fin de la mística de la feminidad y abrió una serie de cambios en los valores y las formas de vida que todavía se siguen produciendo. Lo primero que realizó fue una constatación: aunque los derechos políticos (resumidos en el voto) se tenían, los derechos educativos se ejercían, las profesiones se iban ocupando (teniendo en cuenta algunas excepciones); las mujeres no habían conseguido una posición paritaria respecto de los varones (Natalicci et al., 2018).

Betty Friedan, conocida por ser teórica y líder feminista estadounidense, en su obra “La mística de la feminidad” en 1963, analizó la profunda insatisfacción de las mujeres estadounidenses consigo mismas y con su vida, su traducción en problemas personales y diversas patologías autodestructivas: ansiedad, depresión, alcoholismo. Sin embargo, el problema para ella es un tema social debido a que se relaciona a la mujer con el rol de madre

y esposa, que cercena toda posibilidad de realización personal y constituía un obstáculo para alcanzar la oportunidad de desarrollar sus propios talentos, seguir sus sueños y llevar la vida que querían (Miguel, 2011).

El término violencia de género fue acuñado en la década del 90 debido al afloramiento de los problemas de violencia de pareja; y se ha consolidado desde entonces, fundamentalmente a través de instrumentos internacionales y regionales de Derechos Humanos (Jaramillo y Canaval, 2020). García y Ibarra (2017) en su artículo describen que el concepto más conocido hasta la actualidad es dado por la Organización de las Naciones Unidas en el año 1993, que considera violencia contra las mujeres:

A todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual, psicológico para la mujer incluidas las amenazas de tales actos, la coerción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la privada (p. 16).

La cuarta ola del feminismo asienta sus bases teóricas en la lucha contra las formas de violencia hacia la mujer, incluida la violencia sexual y la prostitución. Su existencia se justifica principalmente en el hecho de que el movimiento feminista se ha hecho global. Se han organizado y celebrado manifestaciones feministas en lugares especialmente discriminatorios y opresivos para la mujer como Mosul, Bagdad, Turquía, Arabia Saudita e Irán. Los objetivos y reivindicaciones que identifican son esencialmente: la lucha contra todas las formas de violencia hacia la mujer, incluida la violencia sexual y prostitución y, la consecución de la paridad entre el hombre y la mujer en todos los ámbitos (Aguilar, 2020).

La autora Rosa Cobo (2019, pp. 2-3), refiere respecto a esta ola:

El cuerpo vindicativo de la cuarta ola feminista es, sin duda, la violencia sexual, la violencia es un problema crónico y global de las mujeres, que la padecen tanto las de

los países periféricos como las de los centrales, es un poderoso mecanismo de control social que impide a las mujeres tanto apropiarse del espacio público como hacer uso de su autonomía y libertad.

1.2.2 Historia de lucha de las mujeres latinoamericanas

A lo largo de los siglos XIX y XX, el proyecto feminista avanza por Europa y Norteamérica para llegar luego a América Latina por otras vías. Una vez en estas tierras, las versiones euro-norteamericanas del feminismo serían cuestionadas, apropiadas, aclimatadas, resignificadas, diversificadas; así, los feminismos latinoamericanos van a sustentar, avanzado el siglo XX, una revolución que no empieza por la toma del poder; sino por el cuestionamiento de los cimientos culturales del orden político: el patriarcado en su versión moderna (Fernández y González, 2019). El feminismo latinoamericano es fruto, como todas las ideas políticas anti hegemónicas, de un proceso de identificación de reclamos y de prácticas políticas que han variado durante su historia. La participación de comuneras, criollas e indígenas en la lucha contra el colonialismo fue amplia, pero no reconocida, y el triunfo de los liberales en la mayoría del continente no resultó en el reconocimiento de la igualdad de las mujeres (Bard y Artazo, 2017).

María Luisa Femenias (2017), en su artículo de algunos apuntes del feminismo en Latinoamérica, cita a Alba Carosio (2009) quien en su trabajo explica lo siguiente:

A partir de la segunda mitad del Siglo XIX las mujeres latinoamericanas comenzaron a escribir reflexiones sobre sí mismas, los diarios de vida o las revistas de entretenimiento femenino, no solo fueron de ocio o del romanticismo amoroso, también participaron en periódicos progresistas y fundaron algunos propios. El feminismo latinoamericano de fines del Siglo XIX fue liberal y burgués, pero también

obrero, socialista y sobre todo anarquista, denunciaba la doble opresión del matrimonio y el trabajo, y la hipocresía sexual eclesiástica (p. 49).

El feminismo en Argentina se inicia a principios del siglo XX al calor de las luchas de socialistas y anarquistas por conseguir mejoras en las condiciones de trabajo. Durante este período, proliferan las agrupaciones feministas bifurcándose en dos líneas, determinadas por los tipos de reclamos: aquellos que se centran en las reivindicaciones de las mujeres trabajadoras y los que ponían el acento en los derechos políticos y civiles de la mujer (Giunta, 2018). El perfil de la militante feminista en los tempranos años setenta está directamente relacionado con el ambiente político al que se enfrentan no sólo los movimientos nacientes de mujeres feministas de la segunda ola, sino todos los movimientos sociales “progresistas” y “revolucionarios” en un período de represivos regímenes militares (Chile, Uruguay, Brasil, Perú, Argentina) y de democracias formales restringidas o gobiernos autoritarios civiles que se extendían por el continente; no sólo desafiaban al patriarcado y su modelo de dominación estatal militarista, sino que denunciaban, junto con otras corrientes de la oposición, la opresión y la explotación económica y política (Fernández y González, 2019).

En Ecuador, a pesar del persistente conservadurismo, nuevas oportunidades llegan a estar disponibles para las mujeres nacidas en los últimos años del siglo XIX. En parte, esto sucedió porque después de la Revolución Liberal, se produjo un conflicto fundamental entre la Iglesia Católica y el Estado, su separación definitiva se logró durante los quince años posteriores a la revolución, con la promulgación de las leyes de matrimonio civil, de divorcio y de educación pública, la expansión del sistema escolar público, la expulsión del clero extranjero del país y la apropiación de las propiedades de las comunidades religiosas cuyos subsiguientes ingresos por arrendamiento fueron utilizados para financiar instituciones de bienestar social urbano. En general, el Estado liberal tendía a justificar sus políticas en

términos de la protección de los grupos desfavorecidos, especialmente los indios, pero también las mujeres (Ospina Peralta, 2020)

Se crearon nuevas formas de trabajo para las mujeres de clase media en instituciones estatales después de la Revolución Liberal cuando, por ejemplo, en diciembre de 1895, el presidente Eloy Alfaro decretó que las mujeres debían ser preferentemente contratadas como administradoras y empleadas de las oficinas de telégrafos (Chiling Caiza, 2018).

Dada la escasez de profesores y la crónica falta de fondos, es posible que la expansión de las oportunidades para las mujeres como profesoras haya sido una decisión consciente de parte del Estado liberal; de hecho, aunque mujeres y hombres trabajaban en igualdad de condiciones, ellas recibían un pago menor, presumiblemente porque los hombres recibían un salario familiar. En 1929, las mujeres ecuatorianas recibieron el derecho constitucional al voto, que hizo del Ecuador el primer país latinoamericano con sufragio femenino (Prieto et al., 2017).

Las mujeres que participan en el movimiento zapatista en México, las cocaleras en Bolivia, las indígenas amazónicas y andinas de Ecuador y Venezuela, han denunciado la relación entre el colonialismo, el racismo y las desigualdades económicas, de oportunidades y de acceso a los servicios públicos que las marginan (Bard y Artazo, 2017).

En la Constitución Política del Ecuador del año 2008 se reconoció el derecho de las mujeres y niñas a una vida libre de violencias, se estableció la erradicación de la violencia de género como política de Estado y se presentó el Plan Nacional para la Erradicación de la Violencia de Género. El “feminicidio”, el cual se define como un tipo de violencia de género extrema, que termina en el asesinato de la mujer por sus parejas, exparejas o familiares (Carrillo, 2018); se incluyó en la Reforma del Código Orgánico Integral Penal (COIP) de 2014 y se crearon los juzgados especializados contra la violencia a la mujer y la familia. Sin

embargo, los movimientos de mujeres denuncian la ausencia de una política de prevención de violencia de género, y la persistencia en los órganos responsables, de los estereotipos contra las mujeres y víctimas de violencia, las campañas para la implementación integral y ordenada del plan no llegaron a las zonas rurales; en muchos de estos lugares no hay las Unidades de Violencia contra la Mujer y la Familia (UVMF), el COIP no protege a estas víctimas de forma oportuna, no hay medidas de protección inmediata y se culpabiliza a las víctimas (Perea, 2017).

Garrido (2021, pp. 4-5), en su texto “Repasando las olas del Feminismo”, cita a Susana Gamba (2008), quien narra que en la historia del feminismo latinoamericano:

Los países donde el fenómeno adquirió mayor envergadura son Brasil, México, Perú y Chile. Resulta peculiar la evolución alcanzada en países como Cuba y Nicaragua, donde la lucha de las mujeres organizadas es significativa, pese a las crisis de las revoluciones latinoamericanas, la importancia que adquiere el feminismo del continente se puede visualizar a partir del constante incremento en la participación de mujeres en encuentros feministas internacionales que se realizan desde 1981 en distintos países de la región, así como de las numerosas redes temáticas que se articulan internacionalmente (violencia, salud, medio ambiente, etc.).

1.3 Violencia de Género

Como se menciona en el inicio, la violencia de género es un patrón de conducta constante de empleo de fuerza física o violencia psicológica, intimidación o persecución contra una persona por parte del cónyuge, con quien convive o haya convivido, con quien sostiene o haya sostenido una relación afectivo-sexual, amorosa para causarle daño emocional físico a su persona, y/o sus bienes (Ariza et al., 2021).

Puede adoptar distintas formas de expresión, tanto en el ámbito público como en los contextos privados, por ejemplo, la discriminación de la mujer en los distintos niveles (político, institucional, laboral), el acoso sexual, la violación, el tráfico de mujeres para la prostitución, la utilización del cuerpo femenino como objeto de consumo, ocasionan una escala de daños que pueden culminar en la muerte (Lorente, 2020).

Jaramillo y Canaval (2020), explican en su escrito que el miedo a la violencia, incluido el hostigamiento, es un obstáculo constante para la movilidad de las mujeres, que limita su acceso a actividades y recursos básicos. La violencia contra las mujeres tiene costos sociales, sanitarios y económicos elevados para el individuo y la sociedad.

Los motivos generales, el para qué de estas violencias, se insinúan con la idea de obligar a las víctimas a dar o a hacer algo que no desean, también se ve cuestionada por un doble aspecto: el primero, la dificultad del análisis de las motivaciones para constatar cuáles son los motivos “reales” de las personas, qué tienen en mente al realizar determinados actos; y el segundo cuestionamiento, el considerar la violencia como un medio para conseguir un fin (Martínez, 2016).

Valencia Pérez (2019) en su trabajo de la dependencia emocional y violencia simbólica en mujeres de Lima Metropolitana, enfatiza la existencia de por lo menos dos patrones que experimentan las mujeres por parte de sus agresores en la violencia de género: la primera, es una forma grave y creciente de violencia, caracterizada por diversas formas de abuso, terror y amenazas, acompañada de comportamientos cada vez más posesivos y controladores por parte de quien practica el abuso; y la segunda es una forma más moderada de violencia en la relación, donde la frustración constante y la rabia, ocasionalmente irrumpen en agresión física.

1.3.1 Tipos de Violencia

La violencia de género puede manifestarse a través de violencia física, violencia psicológica, violencia sexual, violencia económica, violencia obstétrica y violencia social (Bermúdez y Solís, 2021).

1.3.1.1 Violencia física

La violencia física es considerada como todo acto u omisión que produzca o pudiese producir daño o sufrimiento físico, dolor o muerte, así como otro tipo de maltrato o agresión, castigos corporales que afecten a la integridad física. Este tipo de violencia contra la mujer es la más evidente y difícil de esconder dado que se refleja en su aspecto físico (Austroberta et al., 2018)

Si bien esta puede darse en cualquier lugar, en cualquier espacio, escolar, doméstico, laboral, o calle, lo que la definición resalta es el hecho de la acción de alguien sobre otra persona, por lo que las características del contexto sólo serán expuestas como el escenario donde se presenta dicho acto, pero no influirán en él, no se tomarán en cuenta analíticamente para describir el fenómeno de la violencia (Martínez, 2016).

1.3.1.2 Violencia psicológica

En relación con la violencia psicológica, se puede catalogarla como cualquier acción, omisión o patrón de conducta dirigido a causar daño emocional, disminuir la autoestima, menospreciar la dignidad personal, degradar la integridad, los comportamientos, las creencias o las decisiones de la mujer, mediante actos que afecten la estabilidad psicológica y emocional (Molina, 2019).

Encalada Echeverría (2021) describe que una consecuencia traumática de la violencia psicológica es el resultado de un acontecimiento que es vivenciado como un ataque que

desborda la tolerancia del sujeto, se instaura en el inconsciente por su grado de intensidad y la incapacidad del sujeto de responder a ella, se produce una desorganización de sus mecanismos defensivos, derivando en trastornos de características patológicas, que se mantienen por tiempo indeterminado, que pueden o no ser remisibles. El daño psíquico se da a nivel inconsciente, la destrucción de la personalidad conduce a trastornos mentales o de conducta, con la posibilidad de desarrollar posibles sentimientos de culpa, aislamiento social y dependencia emocional del maltratador, junto con ansiedad y sintomatología somática (Peña, 2019).

1.3.1.3 Violencia sexual

Se considera violencia sexual a toda acción que implique la vulneración o restricción de derechos a la integridad sexual y a decidir voluntariamente sobre su vida sexual y reproductiva, a través de amenazas, coerción, uso de la fuerza. Ha sido asociada con una gran cantidad de problemas de salud sexual y reproductiva, como las infecciones de transmisión sexual (ITS) incluido el VIH y el SIDA, embarazos no planeados, pérdidas de embarazo, disfunción sexual y problemas ginecológicos (Cedeño, 2019).

1.3.1.4 Violencia obstétrica

Mientras que la violencia obstétrica, es ejercida por el profesional de salud sobre el cuerpo y los procesos reproductivos de las mujeres. Esta clase de violencia se expresa mayoritariamente en el trato deshumanizado hacia la mujer embarazada, en la tendencia a patologizar los procesos reproductivos naturales y en múltiples manifestaciones que resultan amenazantes en el contexto de la atención de la salud sexual, embarazo, parto y post parto (Mendiri et., 2017).

Esta violencia se presenta por la falta de información de las mujeres sobre los diferentes procedimientos ejecutados durante la asistencia, se observa en conductas como: la

realización de cesáreas innecesarias; privación del derecho a la alimentación y la deambulaci3n; exámenes vaginales repetitivos sin justificaci3n; uso frecuente de oxitocina para acelerar el trabajo de parto; realizaci3n de episiotomía sin consentimiento de la mujer; maniobra de Kristeller; finalmente, todos esos eventos pueden llevar a daños permanentes de orden físico, mental y emocional (Jardín y Modena, 2018).

1.3.1.5 Violencia social

La violencia social se relaciona con la acci3n perjudicial a la mujer, dictada por las conductas o actitudes de aceptaci3n o rechazo que la sociedad establece como adecuadas frente a la violencia que sufre la mujer, así como las condiciones sociales que han reforzado la naturalidad de la violencia, dando como resultado que las víctimas no logren denunciar y permanezcan en silencio. Esta aceptaci3n se encuentra reforzada por algunas religiones y gobiernos, a través de normas y códigos (Castro y Díaz, 2023).

1.3.1.6 Violencia económica

Este tipo de violencia corresponde a todo acto que el agresor realiza en relaci3n al factor económico, por ejemplo, controla todos los ingresos del hogar, independientemente de quien los haya adquirido, cuando manipula el dinero o solo se lo da a “cuentagotas” a la víctima para el sostenimiento del hogar, reclama constantemente en qué lo ha gastado y cómo lo ha gastado o le impide a la víctima tener un trabajo propio que pueda generar sus ingresos (López, 2017).

Al inicio suele ser desestimada o aceptada por la víctima, al momento que la violencia se va incrementando de manera gradual, hasta hacerse insoportable; generalmente no queda ahí, cuando la víctima protesta o reclama, cuando se niega a seguir soportando y rechaza el abuso económico o patrimonial de su pareja, obtiene como consecuencia la violencia física y psicológica; es ahí cuando recién decide denunciar al agresor (López, 2017).

La violencia de género no sólo causa daños físicos y psicológicos a las mujeres, si no también, implica riesgos para sus hijos, debido a la presencia de la Violencia Vicaria (VV), la cual se define como aquella violencia que se ejerce sobre los hijos para dañar a la mujer. Es una violencia secundaria a la víctima principal, este tipo de violencia aparece con frecuencia cuando el agresor ya no puede acceder directamente a la mujer, por lo que sustituye el foco de violencia por alguna persona significativa para ella, que esté a su alcance; por lo general, los hijos en común (Porter y López, 2022).

Los agresores saben perfectamente que una de las maneras de dañar a las mujeres es dañando a los hijos, o rompiendo la relación de estos dos. A veces dañan al niño siendo negligentes en los cuidados, no devuelven a los niños a su hora tras una separación, hablan mal de la madre delante de ellos. Otras veces el padre les manipula para que vigilen a su madre, o para que entren dentro de los insultos, son utilizados por su padre, al que también tienen miedo (Villa, 2017).

Además, existe la presencia de un riesgo de alteración de su desarrollo integral, amenaza, dificultades de aprendizaje y socialización, adopción de comportamientos de sumisión o violencia con sus compañeros, mayor frecuencia de enfermedades psicosomáticas; y la posibilidad de una violencia transgeneracional con alta tolerancia a situaciones de violencia (Lorente, 2020).

El reconocimiento de que la violencia contra de la mujer es una forma de discriminación y de violación de los derechos humanos permite formular una premisa básica, esto es, la plausibilidad de partir de un enfoque de derechos humanos desde el cual abordar e iluminar la comprensión de las causas de este proceso, la relevancia del contexto y sus riesgos en la interpretación de esta (Añón, 2016).

Las diferencias entre las distintas violencias que surgen en las mujeres no son las

mismas ya que radican fundamentalmente en su origen, en especial, en las motivaciones de las que parten y en los objetivos que pretenden alcanzarse con ella. Además, la violencia de género tiene tres elementos básicos que la diferencian de otras violencias y que condicionan su forma de presentarse y la respuesta ante ella, estos elementos son: su componente estructural, el objetivo de control y el aislamiento que conlleva (Lorente, 2020).

1.4 Ciclo de la violencia

El círculo o ciclo de la violencia es un concepto desarrollado por la psicóloga norteamericana Lenore Walker, planteó que la violencia contra las mujeres aumenta de forma cíclica o en espiral ascendente, tiene efectos perjudiciales a largo plazo que pueden aparecer en las relaciones de pareja en las que el hombre agrede a la mujer (Vargas et al., 2017).

Desde la revisión de la literatura, Leonore Walker plantea para la población estadounidense un Ciclo de Violencia compuesto por tres fases: acumulación de tensión, episodio de agresión y la luna de miel o arrepentimiento (Anacona y Gómez, 2022), también recoge las principales sintomatologías de la mujer maltratada, de tal manera que revela la trampa en la que muchas mujeres caen y permanecen hasta incluso morir en las relaciones inestables (Momeñe et al., 2017).

En la primera fase denominada acumulación de tensión, ocurren incidentes menores de agresión que van creando un clima de temor e inseguridad en la mujer a partir de que su agresor se enoja, le grita o la amenaza. Por lo general, el comportamiento de la mujer es de negación y racionalización de lo ocurrido que se expresa en la justificación del comportamiento de su pareja. Su estado emocional pasa a tener episodios depresivos y de ansiedad que la incapacitan para valorar lo que está sucediendo porque su energía está puesta en evitar un daño mayor (Díaz et al., 2018).

Con respecto a la fase de explosión o incidente agudo, las tensiones son descargadas a través de golpes, empujones, u otro tipo de maltrato excesivo. Tanto el agresor como la víctima operan con una pérdida de control y con gran nivel de destructividad en la relación, donde el primero comienza por querer enseñarle una lección la golpea y se detiene solamente cuando piensa que ella aprendió la lección; mientras que la segunda persona implicada, al ser golpeada experimenta incertidumbre acerca de lo que sobrevendrá; enfrenta de forma anticipada la casi certeza de que será lastimada nuevamente por cualquier acto o palabra que ella realice, ya que considera que tiene efecto de provocación sobre la agresividad de su pareja. Se relaciona con un sentimiento de incredulidad sobre lo que está sucediendo, el miedo provoca un colapso emocional que lleva a paralizarse por lo menos las primeras 24 horas dejando pasar varios días antes de buscar ayuda. Suele darse un distanciamiento de la pareja que puede llevar a la víctima a buscar ayuda profesional, irse de la casa, aislarse o en algunos casos, cometer homicidio o suicidio (Alfocea y Ponce, 2019).

La luna de miel se da cuando el incidente de la violencia aguda termina, le sigue un período de relativa calma; el comportamiento por parte del agresor es extremadamente cariñoso, amable con muestras de arrepentimiento, pide perdón, promete no volver a golpearla bajo la condición de que no provoque su enojo (Momeñe et al., 2017).

Estos gestos inusuales de cariño tienen el objetivo de mostrar que sus actos violentos han ido demasiado lejos y promete no volver a golpearla con la condición de no provocar su enojo, además de compensar a la mujer y convencer a las personas enteradas de que su arrepentimiento es sincero. Esta fase generalmente se acorta o desaparece con el tiempo en que se agudizan los episodios violentos (Momeñe et al., 2017). La ambivalencia afectiva de su pareja provoca en la mujer un profundo estado de confusión y distorsión de la realidad. Muestra apego a las vivencias de amor, se siente culpable si esta crisis la lleva al rompimiento del matrimonio, se percibe a sí misma como la responsable del bienestar emocional de su

pareja. Para Leonore Walker el patrón cíclico de la violencia se aplica a muchas, aunque no a todas las mujeres que sufren maltrato y agrega que el período de tiempo en que ocurre el incidente agudo de violencia varía en cada relación de pareja y a veces dentro de una misma relación determinada (Aramburú, 2020).

Un síndrome que se puede presentar en las mujeres que se encuentran en el ciclo de la violencia se denomina el “Síndrome de Estocolmo Doméstico”, para Montero (2000) se caracteriza por la suspensión de todo juicio crítico hacia el agresor y hacia sí misma, para adaptarse al trauma provocado por la violencia, con el fin de preservar la propia de identidad psicológica. Esto podría explicar el modo en que se desarrolla el efecto paradójico de defender a sus compañeros, como si fueran verdaderas víctimas de un entorno violento que les empuja irremediabilmente a ser violentos.

Se identifican cuatro fases: en la fase desencadenante, los primeros malos tratos rompen el espacio de seguridad que debería ser la pareja, donde la mujer ha depositado su confianza y expectativas; se presenta desorientación, pérdida de referentes, incluso depresión; al entrar en la segunda fase de re-orientación, la víctima busca nuevos referentes pero sus redes sociales están ya muy reducidas, se encuentra sola, y generalmente solo dispone del apoyo familiar; con respecto a la tercera fase denominada afrontamiento, la percepción de la realidad se encuentra desvirtuada, empieza la autculpa de la situación y entra en un estado de indefensión y resistencia pasiva, el modo de afrontamiento de esta etapa es asumir el modelo mental de su agresor, tratando de manejar la situación traumática; y por último, la fase de adaptación, la víctima dirige la culpa hacia otros, es decir, su entorno, puede perder su red de apoyo y el síndrome logra consolidarse a través de este proceso de identificación (Pacheco y López, 2019).

En un estudio realizado por Mónica Cuervo y colaboradores (2013) se logró identificar, mediante las narrativas de mujeres víctimas de violencia de género, subcategorías en común, descripciones que iban más allá de las fases propuestas por Walker, mismas que se presentaban antes, durante, y después de la violencia, consideran que permanecen a través del tiempo y se dan de la siguiente manera: la primera fase está compuesta por violencia psicológica, verbal y económica. Además de factores como la incertidumbre que está representada en aquellos pensamientos repetitivos y constantes de la víctima en torno al temor del rompimiento de su relación afectiva, dado que su agresor ha amenazado de forma directa e indirecta (con echar, abandonar, dejar, y/o marcharse), por lo tanto, la víctima no sabe qué puede suceder y teme perder la relación afectiva que ha mantenido hasta ahora. En relación al factor detonante se consideran aquellos actos, palabras y conductas, que son argumentados por la pareja como la razón que provoca la violencia; sin embargo, son falsos e irreales y representan sólo una justificación para dar lugar a la agresión hacia la pareja.

En la segunda fase se presenta la violencia física y/o sexual, directa que imparte el agresor sobre su víctima. Dichos actos fundados en los detonantes y situaciones propuestas por el mismo durante la primera fase pueden ser desde un empujón, cachetada, puño, patada, halar el cabello, mordiscos, entre otros, que provocan dolor físico, castigo del cual es “merecedora” la víctima, por la situación supuestamente provocada, se ve en la obligación de impartir una lección para que no se repita. En el factor de la defensa, la víctima no asume siempre el papel de sumisión frente a su agresor; por el contrario, responde mediante alguna de las modalidades de violencia, mientras es castigada. Se conocen casos en los cuales la víctima se presenta demasiado atemorizada frente a su victimario y por lo tanto no responde en su defensa (Anacona y Gómez, 2022).

Y en la tercera fase luna de miel, se encuentra la reconciliación que son las promesas por parte del agresor y esperanza de cambios por parte de la víctima, lo que cabe resaltar de

esta categoría es que a pesar de que el agresor promete hacer cambios en su conducta, no lo logra; esto es debido a que no hay una causa real del maltrato; por lo tanto, no sabe lo que debe cambiar y se repite con el mismo o un nuevo detonante. Se presenta la justificación que se da luego de que la víctima accede a la reconciliación, dando paso a replicar la posición de su agresor, pues cree que en realidad debe cambiar su comportamiento, porque no ha actuado de la forma correcta como le ha hecho creer su agresor, y asume que aprendió una lección; por tanto, pasa por alto la violencia ejercida hacia ella, en ocasiones divide las cargas de culpa y en otras, las asume totalmente, sintiéndose responsable por lo sucedido. Y por último, la aceptación, la víctima ve lo ocurrido como algo cotidiano y acepta la violencia, puesto que la percibe como una estrategia de resolución de conflictos, haciéndola parte de las características de su familia y las dinámicas que esta maneja (Anaconda y Gómez, 2022).

Cuervo y colaboradores (2013) consideran que la dependencia es una categoría transversal, no permite el rompimiento del ciclo, debido a que el objetivo de la relación es no perder al otro; sin embargo, el temor permite creer en la posibilidad de dicha pérdida. Es por ello, que se permiten la violencia y sus repeticiones desde múltiples modalidades, ya que se piensa y actúa bajo la pretensión de mantener una relación de pareja al costo que sea.

Gómez y Anaconda (2022) en su investigación añadieron una categoría excepcional, denominada el rompimiento del ciclo, esto se presenta luego de que la víctima se hace consciente de que la relación puede permanecer así durante toda su vida y que las promesas de cambio de su agresor seguirán siendo promesas, como consecuencia, se romperá el ciclo al generarse un cambio en la víctima. Puede darse con el rompimiento de la relación, aunque esto no asegure el rompimiento del ciclo en todos los casos, puesto que en ocasiones hay factores externos que pueden ser justificación para el mantenimiento de la relación de pareja, por ejemplo, la presencia de hijos, dependencia económica, ausencia de redes de apoyo, etc.

Se evidencia que, en el transcurso y repeticiones del ciclo, cada fase se hace más corta y la violencia más fuerte, es decir, al dar inicio al Ciclo de Violencia, este puede tardar hasta un año en presentar todas sus fases, luego de las repeticiones puede darse todo el ciclo en un día o incluso varias veces en el mismo día (Díaz et al., 2018). Cuando el ciclo de violencia se repite en numerosas ocasiones, la mujer comienza a perder la confianza en las promesas amorosas de su marido; es en este momento cuando ella logra reconocer el carácter abusivo y degradante de la relación de pareja y se plantea la posibilidad de buscar ayuda para romper el ciclo de violencia (Mamarian, 2020).

1.5 Consecuencias de la violencia de género

En relación con las consecuencias que deja la violencia, éstas pueden ser a nivel físico, psicológico y social. Las más conocidas son las lesiones como fracturas, hematomas y cicatrices, los abortos, las disfunciones sexuales, las cefaleas, la ansiedad, la depresión, el miedo y otros trastornos psicológicos, el abuso o dependencia de sustancias, el rechazo social, los intentos de suicidio y la muerte (Molina, 2019).

La violencia física al aplicar el uso de la fuerza contra la mujer en cualquier edad y circunstancia se puede manifestar en patadas, pellizcos, mordidas, lanzamiento de objetos, empujones, bofetadas, surras, lesiones con arma blanca, arañazos, traumas en la cabeza o cualquier otro acto que atente contra la integridad física, produciendo marcas, heridas, quemaduras, fracturas o lesiones abdominales en el cuerpo (Chavez, 2021).

La violencia psíquica se relaciona con las amenazas, insultos, humillaciones, desprecio hacia la propia persona, desvalorizando su trabajo, sus opiniones. Implica una manipulación en la que incluso la indiferencia o el silencio provocan en ella sentimientos de culpa e indefensión, incrementando el control y la dominación del agresor sobre la víctima (Águila et al., 2016).

La víctima no se da cuenta hasta que el abuso, la manipulación y el maltrato se han instaurado crónicamente en la relación. Por lo general, la toma de conciencia y la búsqueda de ayuda llegan cuando la autoestima ya se encuentra disminuida y gravemente lesionada (Águila et al., 2016).

Una revisión desarrollada por Caballero y colaboradores (2009), demostró que las mujeres víctimas de violencia por parte de su pareja, han reportado que los problemas de salud mental son más prevalentes en comparación con la población general. La prevalencia promedio a través de los estudios fue 63.8% de desorden de estrés post traumático (TEPT), 47.6% de depresión, 17.9% de suicidios, 18.5% de abuso o dependencia de alcohol y 8.9% de abuso o dependencia de drogas. Sin embargo, Zieman y colaboradores (2017) al igual que el estudio anterior, encontraron que las mujeres víctimas de violencia de género superan en porcentaje a la población general no solo en depresión (71%), sino también en ansiedad (18%) y TEPT (6.8%).

Además, se presenta una correlación directa entre maltrato y síntomas de ansiedad y depresión. Esto puede ser debido a que el maltrato suele sufrirse dentro del propio hogar, con lo cual las mujeres pueden experimentar una ruptura del marco de seguridad que supone el hogar, lo que las llevaría a un estado permanente de hiperactivación e hipervigilancia. La suma de todo esto puede suponer, en la vivencia de la víctima un grave fracaso personal, que genera sentimientos de culpa y pérdida de autoestima. Como consecuencia de esto pueden disminuir las actividades placenteras y aparecer síntomas depresivos (García et al., 2020).

También existen consecuencias a nivel cognitivo causados por la violencia de género, como el resultado de los golpes puede producirse un traumatismo craneoencefálico, esto puede afectar al sistema nervioso central (SNC) de distintas formas. Así, algunas investigaciones se centran en el daño cerebral vinculado a los traumatismos directos que

reciben dichas mujeres en la cabeza (tanto en el punto del impacto del golpe como en la parte opuesta del cerebro) como por los intentos de estrangulamiento y/o secuelas de la posible anoxia o hipoxia cerebral durante dichos golpes, entre otros. Además, recientes trabajos han demostrado que las secuelas psicológicas, especialmente el estrés postraumático, pueden producir alteraciones en el funcionamiento cerebral, y su consecuente repercusión en áreas como la atención, la función ejecutiva y el procesamiento del dolor (Navarro et al., 2020).

Los diferentes tipos de violencia son ejercidos en un inicio de forma sutil para, generalmente, evolucionar hacia una mayor intensidad y cronicidad. El vivir de forma continuada en un contexto de violencia produce en la mujer un estado de confusión mental debido a la concurrencia en el mismo objeto relacional (el presunto agresor) de vinculación afectiva (amor) y de daños (violencia) (León, 2017).

Las mujeres expuestas de forma continuada a la violencia de género necesitan un espacio terapéutico de intervención para la recuperación de las consecuencias de la violencia. Se entiende por intervención el proceso en el cual la mujer recibe una atención adaptada a sus necesidades, con el propósito de brindarle un espacio para su trabajo personal, centrado en la recuperación de las consecuencias de la violencia de género en la pareja y el impacto en su historia personal (León, 2017).

1.6 Tratamientos psicológicos en violencia de género

El objetivo de la terapia individual se centra en la desaparición de los síntomas o el cambio concreto en conductas externas, que pueden ser específicas, localizadas y de rango limitado, y es esencial que el resultado del proceso terapéutico se produzca cambios estructurales que sean más profundos, generalizados y permanentes (Rodríguez y Escudero, 2020).

En la violencia de género, al igual que en otros problemas psicológicos, la terapia es

un espacio de encuentro relacional, por lo tanto, es intencional y profesional, la energía y los pensamientos de la/los terapeutas están dirigidos a que la mujer alcance sus objetivos proporcionándole elementos para el cambio y la superación del conflicto (Noya et al., 2019).

La Universidad de La Laguna (España), expuso un trabajo, cuyo objetivo fue valorar la efectividad de un programa de intervención psicológica individual con una duración de 90 minutos, para mujeres maltratadas por su pareja, con una muestra de 128 participantes, edades comprendidas entre los 18 y 67 años. De las cuales 96 de ellas colaboraron en el programa y 32 no participantes conformaron el grupo control. Se implementaron estrategias como reestructuración cognitiva, parada de pensamiento, técnicas de manejo del estrés y entrenamiento en relajación. Se encontró una reducción estadísticamente significativa de la sintomatología depresiva, ansiosa y de tipo postraumático, así como la disminución de la inseguridad en sí mismas (Matud et al., 2014).

1.6.1 Tratamientos psicológicos grupales

Los grupos psicoterapéuticos son espacios de apoyo, elaboración y contenido grupal donde se imparte información específica integrada con recursos terapéuticos (Noya et al., 2019). El trabajo grupal con mujeres víctimas de violencia de género es una técnica ampliamente extendida y utilizada con diversos fines, es una opción que ha demostrado una eficacia similar al tratamiento individual pero que además proporciona un espejo que permite validar experiencias, proporciona apoyo y ayuda a percibir que la situación en la que se encuentra inmersa tiene salida (Andalucía, 2019).

A continuación, se exponen artículos científicos que demuestran la eficacia de las intervenciones grupales con sus enfoques terapéuticos en la violencia de género:

En España, se realizó una revisión sistemática de los tratamientos aplicados en grupo a mujeres que han sido objeto de violencia de género, de los 34 estudios seleccionados, los

resultados muestran que las terapias contextuales son eficaces para reducir las conductas de ansiedad, estrés y trastorno de estrés postraumático hasta los 12 meses (Vaca Ferrer et al., 2021).

Un estudio cuasi experimental llamado “Violencia de género y autoestima: efectividad de una intervención grupal”, se desarrolló con el fin de evaluar la efectividad de una intervención socioeducativa grupal en una muestra de 30 mujeres que han padecido violencia de género, constaba de 10 sesiones de 90 minutos de duración y con frecuencia semanal. La estructura del taller incluía los siguientes elementos: autoevaluación y autoconcepto, distorsiones cognitivas, crítica patológica, pensamiento positivo, establecimiento de metas e identificación de la manipulación, lo relacionaron con otras variables vinculadas con el proceso como: los ingresos económicos, estado civil, formación, historia previa de maltrato o toma de medicación en las participantes. Se aplicó el instrumento de evaluación, la Escala de Autoestima de Rosenberg; los resultados indicaron que todos los grupos ven incrementado su nivel de autoestima posterior al inicio del programa (Santandreu et al., 2014).

Un estudio realizado en Barcelona evaluó la efectividad de una intervención grupal cognitivo-conductual para mujeres que son o que han sido víctimas de violencia de género, se aplicó un programa de 20 sesiones, de 90 minutos cada una, en 7 grupos de mujeres, con una periodicidad semanal y eran de 6 a 8 integrantes en cada grupo con un total de 39 participantes. Se aplicaron técnicas para reconstruir la autoestima y para incrementar la toma de conciencia sobre su situación de violencia, autocontrol emocional para tratar la ansiedad, la depresión, los síntomas de estrés y técnicas de asertividad. Las evaluaciones se realizaron antes y después de la intervención. Las pruebas administradas fueron: entrevista estandarizada de recogida de datos, Inventario Multifásico de Personalidad de Minnesota versión breve (MMPI), Cuestionario de Ansiedad Estado – Rasgo (STAI), Inventario de depresión de Beck (BDI) y el cuestionario de valoración de violencia. Habían sufrido violencia psicológica

(100%), violencia de control (98.7%), violencia económica (82.1%), violencia física (74.4%) y violencia sexual (66.7%). Se encontraron mejoras estadísticamente significativas en el STAI-R, el STAI-E y el BDI. En la escala MMPI se observaron mejoras estadísticamente significativas en depresión e histeria. No hubo cambios significativos en el resto de las subescalas; en todas ellas la tendencia de las puntuaciones fue a la disminución, excepto en la de paranoia y manía, que incrementó, pero muy discretamente. La media de satisfacción personal de su participación en el grupo fue 9.06 de 10. Los resultados indicaron que los grupos terapéuticos fueron una intervención efectiva para el tratamiento de mujeres víctimas de violencia de género; en relación con el perfil clínico, mejoraron en depresión, ansiedad (rasgo y estado) e histeria (Ayats et al., 2018).

En Madrid (España), se efectuó un estudio con el objetivo de analizar si la efectividad de las intervenciones grupales para 28 mujeres sobrevivientes de violencia de pareja es equivalente a la del formato individual. Se aplicó un programa de intervención cognitivo-conductual centrado en el trauma en 8 sesiones en total, una cada semana, a sobrevivientes de violencia de pareja con síntomas postraumáticos significativos que fueron asignadas aleatoriamente en grupos con formato de intervención grupal e individual. Se analizaron medidas de estrés postraumático (Escala de gravedad de los síntomas del trastorno de estrés postraumático), depresión (Inventario de depresión de Beck), ansiedad (Inventario de ansiedad de Beck), autoestima (Escala de Rosenberg) y apoyo social antes, después del tratamiento y Seguimiento a 1, 3, 6 y 12 meses. Un 28.3% de las mujeres abandonaron, sin diferencias significativas de formato. La intervención tuvo mejoras significativas con tamaños de efecto grandes en el estrés postraumático, depresión, ansiedad y autoestima. Ambos formatos de intervención tuvieron diferentes evoluciones para la depresión y la ansiedad, mejores efectos en el formato individual en las primeras mediciones post-test, pero las diferencias tendieron a desaparecer con el tiempo. En definitiva, ambos formatos mostraron

una eficacia similar. Se recomienda el formato grupal como una alternativa a la hora de aplicar intervenciones psicológicas para mujeres supervivientes de violencia de género, ya que mantendría un buen equilibrio coste-efectividad, principalmente a largo plazo (Crespo et al., 2021).

En la Universidad César Trujillo (Perú) se realizó una revisión sistémica de los programas cognitivos conductuales en mujeres víctimas de violencia de pareja, el objetivo es señalar la eficacia de estos programas, como resultado de 1514 publicaciones de países como España, Uruguay, Brasil, Chile y Colombia, de los cuales se seleccionaron 8 investigaciones, del 100% de los programas el 62.5% utilizaron técnicas de psicoeducación, reestructuración cognitiva y técnicas de exposición. Concluyen que los programas cognitivos conductuales son eficaces en intervenciones para mujeres víctimas de violencia de pareja (Aburto, 2021).

Otra revisión sistemática de la eficacia de la terapia cognitivo conductual en la salud mental de mujeres víctimas de violencia sexual desarrollada por Granda y colaboradores (2021), mediante la búsqueda realizadas en Scielo, PubMed, Redalyc, Scopus, Cochrane Library, Medline Plus, Researchgate y Google Scholar, de los cuales se incluyeron estudios de casos únicos, estudios experimentales, cuasiexperimental y descriptivos, en los resultados a nivel general, se evidenció que los artículos seleccionados muestran una reducción significativa de la sintomatología que padecen estas personas, destacando de esta manera la eficacia de la TCC.

En síntesis, se evidencia que la violencia de género persiste hasta la actualidad como un fenómeno social, generando un impacto significativo en individuos en situación de vulnerabilidad, ya sea a nivel físico, psicológico, económico, etc. Estos efectos, lamentablemente suelen pasar desapercibidos tanto por la sociedad en general, como por la víctima misma, y esto se puede atribuir a varios factores, tales como la normalización de la

violencia y perpetuación de estereotipos de género. Además, la falta de conciencia y comprensión sobre esta problemática contribuye a que las personas que han experimentado situaciones de violencia de género se encuentren desprovistas de apoyo, desconociendo las opciones disponibles para liberarse de dicho contexto violento. Por último, es importante destacar que los procesos terapéuticos, tanto grupales como individuales, ofrecen el beneficio de instigar cambios en aspectos que generan dolor y sufrimiento en las víctimas de violencia de género. Estos procesos terapéuticos no solo promueven el bienestar psicológico de las personas afectadas, sino que la terapia grupal añade un valor adicional al generar conciencia de que no están solas. Al participar en intervenciones grupales, las víctimas tienen la oportunidad de compartir experiencias con otras personas que han enfrentado esta problemática, creando así una red de apoyo donde el aprendizaje mutuo y la solidaridad fortalecen el proceso de superación.

Capítulo 2

Metodología

2.1. Hipótesis de la investigación

La aplicación del manual de Guía de Atención a Víctimas de Violencia disminuirá el malestar psicológico como: autoestima baja, problemas en las habilidades sociales, causados por la violencia de género.

2.2 Tipo de Investigación

El tipo de investigación es cuasi experimental. Es decir, se evaluó un antes y después solo con un grupo experimental, el enfoque metodológico es cuantitativo, prospectivo y de alcance descriptivo y comparativo.

2.3 Objetivo General

Evaluar la efectividad del dispositivo grupal terapéutico del GAVVI en mujeres víctimas de violencia de género.

2.3.1 Objetivos Específicos

- Realizar un pretest de las escalas seleccionadas de la Guía de Atención a Víctimas de Violencia (GAVVI).
- Aplicar un postest con las escalas al final del dispositivo grupal propuesto en la guía.
- Analizar los datos obtenidos de los instrumentos evaluativos.

2.4 Muestra:

La aplicación del dispositivo se desarrolló en una casa de acogida de la ciudad de Cuenca con la población de mujeres que asisten a las instalaciones. Se contó con una muestra de 10 participantes al inicio de la aplicación del dispositivo grupal, en algunas sesiones osciló el número debido a cuestiones que rigen en el centro de acogida como atenciones médicas, odontológicas, etc., para el momento del postest se terminó con un grupo terapéutico de 7 mujeres. Se observaron características comunes entre las participantes como: mujeres con un rango de edad entre los 21 a 45 años, con instrucción primaria, tienen entre dos a tres hijos, con predisposición para participar en el proceso grupal.

2.4.1 Criterios

Criterios de Inclusión:

- Asistencia a la casa de acogida de la ciudad de Cuenca
- Sexo femenino.
- Disposición a participar en el dispositivo grupal.
- Nivel educativo mínimo: primaria.
- Mayores de edad.
- Asistencia mínima de seis sesiones.

Criterios de Exclusión:

- Menores de edad.
- Sexo masculino.

- Rechazo a participar en la investigación.
- Diagnósticos de trastornos neurocognitivos.

2.5 Introducción de la Guía de Atención a Víctimas de Violencia

La Guía de Atención a Víctimas de Violencia (GAVVI), desarrollada por el Programa Defensoría de la Mujer del Centro Juana Azurduy (Bolivia) en el año 2019, cuenta con distintos apartados como: marco teórico sobre la violencia de género (conceptos, causas, ciclo de la violencia), rutas de atención a las mujeres, valoraciones psicológicas a las mujeres denunciantes, protocolos ya sea de atención jurídica y psicológicos para intervención individual y grupal a las víctimas, hombres agresores e infantes.

La guía ha diseñado una ruta de atención con el siguiente orden: la atención empieza con la valoración psicológica inicial de la mujer denunciante, continua con el apoyo psicológico a través de la evaluación, orientación y terapia psicológica, con el propósito que supere las secuelas de la violencia en su vida afectiva emocional, así como contar con habilidades para resolver problemas de forma asertiva, tomar decisiones y cuestionar la violencia machista (Noya et al., 2019).

Consideran que para lograr estos objetivos y resultados se trabaje en tres áreas de intervención: psicoeducación como la información, construcción colectiva de conocimientos; los recursos reflexivos tanto individuales como grupales, la sociometría; técnicas como la reestructuración cognitiva, entrenamiento de resolución de problemas, autorregulación emocional, relajación y respiración para la conexión corporal de la terapia cognitivo conductual. Además de instrumentos que se pueden aplicar como: Inventario de evaluación de personalidad (PAI), test de evaluación de vínculos interpersonales en adulto, inventario de depresión de Beck (BDI-II), cuestionario de ansiedad estado – rasgo (STAI), escala de

gravedad de síntomas de estrés postraumático, escalas de depresión y ansiedad de Hamilton, escala de autoestima de Rosenberg, etc. (Noya et al., 2019).

2.5.1 Intervención grupal de la Guía de Atención a Víctimas de Violencia

La intervención está estructurada en base a cinco módulos con objetivos a conseguir a lo largo de 10 sesiones (anexo 1), con una duración de 3 a 4 horas cada una. Se puede admitir el ingreso de nuevas participantes hasta la tercera sesión, se trabaja con un número de 10 a 15 participantes, una vez a la semana (Noya et al., 2019).

Los instrumentos que se aplicaron son:

- **Woman Abuse Screening Tool (WAST):** Es un instrumento que permite la detección la violencia de pareja hacia la mujer, se evalúa las distintas violencias: física, psicológica, sexual y económica., la escala es confiable con un alfa de Cronbach de 0.91, una especificidad del 94% y una sensibilidad del 89% (Pichiule Castañeda et al., 2020) (Anexo 2).
- **Escala de bienestar psicológico de Carol Ryff:** consta de 39 ítems que se califica según su intensidad siendo 1 (bajo) al 5 (alto), propone las siguientes dimensiones: autoaceptación (actitud positiva hacia sí misma), relaciones positivas (relaciones de calidad con los demás), propósito en la vida (objetivos y metas), crecimiento personal (comportamientos y habilidades), autodominio (tomar decisiones propias) y dominio del entorno (manejo de oportunidades y exigencias), presenta un coeficiente de alpha de Cronbach de 0.84 (Díaz Gamarra et al., 2020) (Anexo 3).
- **Escala de autoestima de Rosenberg:** consta de 10 ítems calificando entre 1 (muy en desacuerdo) y 4 (muy de acuerdo); con el puntaje total fluctuante

entre 10 (baja autoestima) y 40 (alta autoestima), evalúa los sentimientos de respeto y aceptación y aceptación de sí mismo/a, con el coeficiente Alpha de Cronbach de 0.87 (Ventura León et al., 2018) (Anexo 4).

2.6 Procedimiento

Como primer paso se realizó el contacto con la directora de la Casa de Acogida al obtener el visto bueno en cuanto a la aplicación del programa para las mujeres víctimas de violencia de género. Posteriormente, se procedió con la gestión de permisos para llevar a cabo su aplicación. Como tercer paso, se acordó el día para la firma de los consentimientos informados (Anexo 5) y la aplicación de los reactivos, explicaron los detalles de la investigación, no hubo complicaciones al momento de realizar el pretest, las mujeres que se encuentran en la casa de acogida se mostraron participativas. Como cuarto paso se procedió a la aplicación del manual una vez a la semana y para la obtención de los resultados se realizó la reaplicación de las escalas, se utilizó el software R y los resultados se presentaron mediante cuadros, gráficos de barras, gráficos de caja, etc.

Capítulo 3

Resultados

3.1 Características sociodemográficas

Tabla 1.

Análisis descriptivos de la variable edad.

	n	Mínimo	Máximo	Media	Desviación Estándar
Edad	7	20	36	26.57	5.53
N válido (por lista)	7				

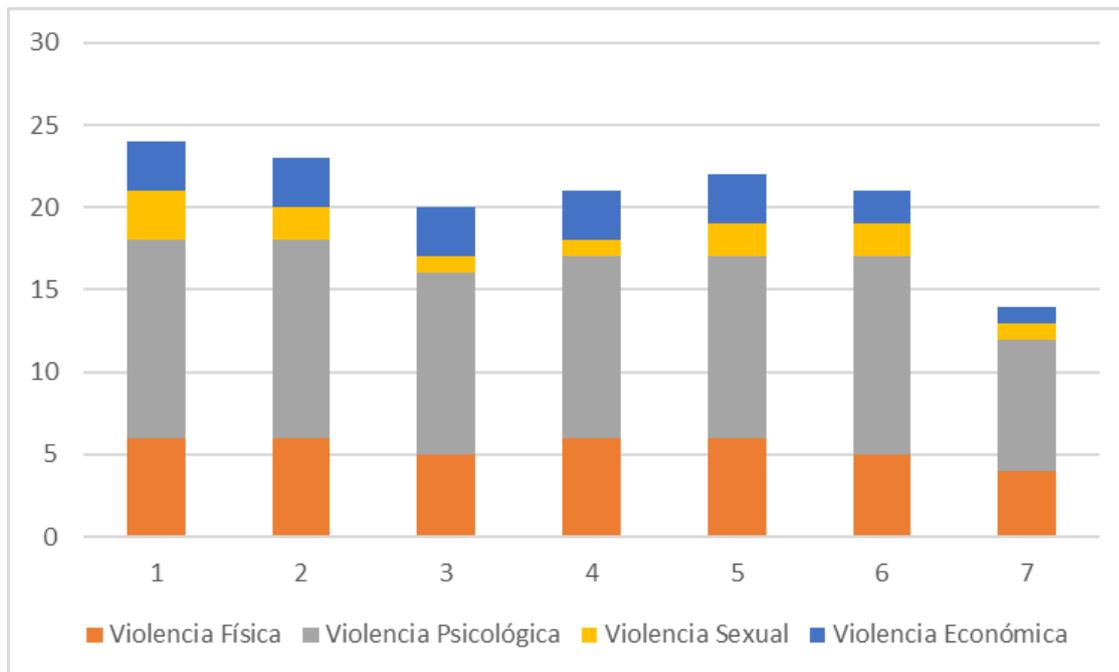
En la Tabla 1 se demuestra que la presente investigación se cuenta con $n=7$, las edades de las mujeres que asisten por violencia de género en la casa de acogida María Amor fluctuaron entre 20 y 36 años, con una media de 26 años y una desviación estándar de 5.53.

3.2 Resultados de la Escala de Women Abuse Screening Tool (WAST) antes de la aplicación del dispositivo

Como indica el Gráfico 1 se evidencia que en todas las participantes se manifiestan los distintos tipos de violencia. No obstante, es notable que la violencia psicológica emerge como la variable predominante dentro del espectro de la violencia de género, seguida por la violencia física, mientras que la violencia sexual es la menos frecuente.

Gráfico 1.

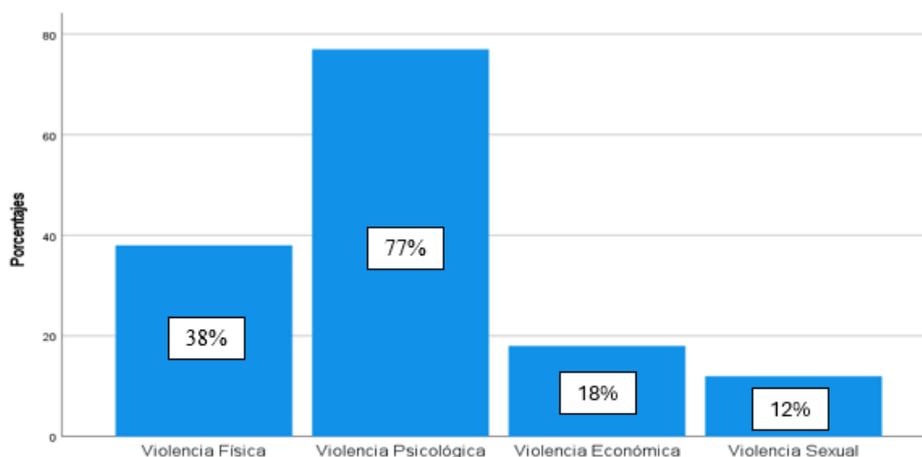
Resultados globales de la escala de Women Abuse Screening Tool



Con respecto a los porcentajes de las diferentes formas de ejercer violencia, según se observa en el gráfico 2, se encontró que el 77% de las participantes sufrieron violencia psicológica, seguido por un 36% de violencia física, un 18% de violencia económica y, finalmente, un 12% de violencia sexual.

Gráfico 2.

Porcentajes de los tipos de violencia de la escala de Women Abuse Screening Tool



3.3 Resultados Globales de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (EBP)

En cuanto a la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, los resultados pueden alcanzar un máximo de 234 puntos, en la Tabla 2 observamos que las participantes, en el pretest obtuvieron puntuaciones entre 81(mínimo) y 154 (máximo), con una media de 124 (bajo), y desviación estándar de 22.54; mientras que en el posttest los resultados fluctuaron entre 111 (mínimo) y 156 (máximo) en total, con una media de 142 (moderado), y una desviación estándar de 14.84.

Tabla 2.

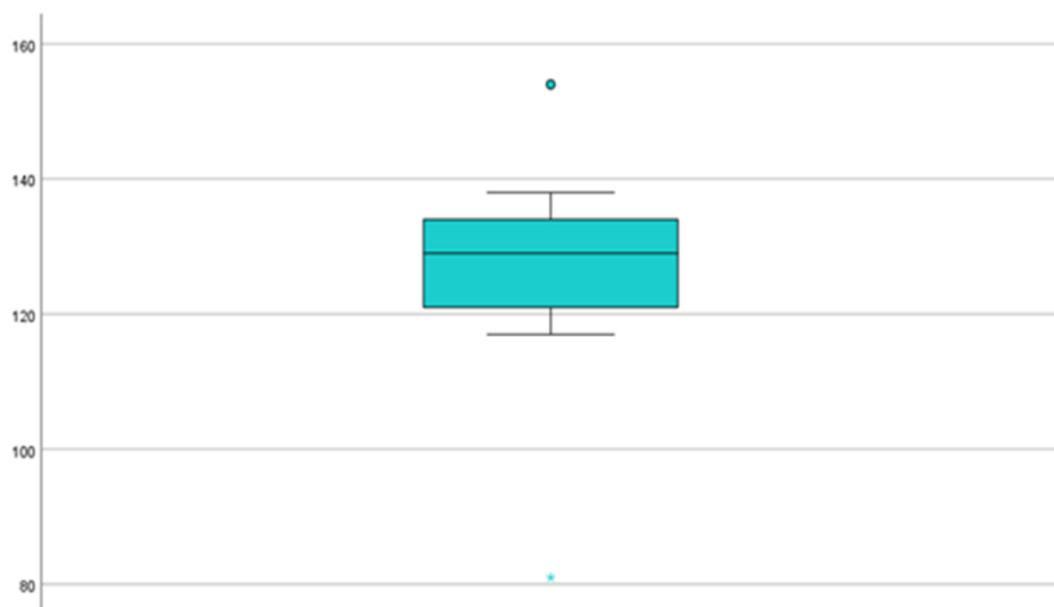
Análisis descriptivos de los resultados globales de la EBP pre y posttest.

	n	Mínimo	Máximo	Media	Desviación Estándar
Pre Test	7	81	154	124.86	22.54
Post Test	7	111	156	142.86	14.84
N válido (por lista)	7				

En el Gráfico 3, se llevó a cabo un análisis de la distribución de los datos de acuerdo con los puntajes globales de la escala de bienestar psicológico de Ryff mediante un gráfico de caja, durante el pretest se registraron respuestas que oscilaron entre 117 al 130, el 50% de los resultados está entre los puntajes 120 y 130, con valores atípicos de 81 y 154.

Gráfico 3.

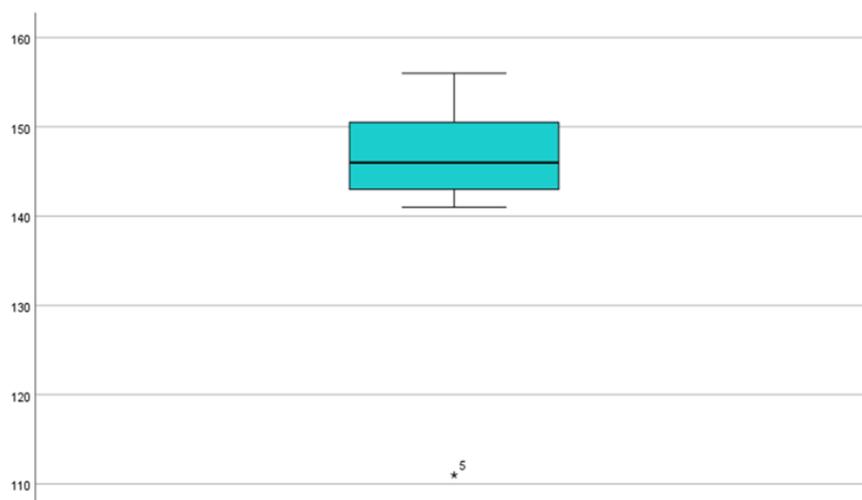
Resultados globales de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (Pretest)



Por otro lado, en el Gráfico 4 correspondiente al postest se presentaron puntuaciones entre 141 a 156, sin embargo, el 50% se encuentra entre los resultados 145 y 150, con una puntuación atípica registrada de 111.

Gráfico 4.

Resultados globales de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (Postest)



3.3.1 Niveles de bienestar psicológico del EBP

Existen diferentes niveles de bienestar psicológico (BP), puntuaciones menores a 116 presentan un nivel de BP bajo, entre 117 y 140 BP moderado, 141 a 175 se considera un BP alto, y, por último, más de 176 puntos es un BP elevado.

Tabla 3.

Porcentajes de los grados de bienestar psicológico de Ryff pretest

	n	%
Alto	1	14.3
Moderado	2	28.6
Bajo	4	57.1

En la Tabla 3, de los resultados del pretest, se evidencia que el 57.1% de las participantes presentan BP bajo, mientras que en la Tabla 4, se presentan los datos del postest, donde se observa que sube a 71.4% de BP alto, esto indica un incremento de 14.3% en los resultados post dispositivo grupal.

Tabla 4.

Porcentajes de los grados del bienestar psicológico de Ryff Postest

	n	%
Alto	5	71.4
Moderado	1	14.3
Bajo	1	14.3

Al obtener un valor $p=0.36$ en el pretest y un valor $p=0.17$ en el postest en la prueba de normalidad de Shapiro (que indica distribución normal de los datos), se decidió aplicar T de

Student, para el análisis de la variable. En la Tabla 5 se observa que entre los resultados existe una diferencia estadísticamente significativa, con un valor $p = .002$, por lo tanto, existe mejoría en el bienestar psicológico de las participantes.

Tabla 5.

Comparación entre las variables Pretest y Posttest en las puntuaciones globales de la EBP

	n	M	sd	T	gl	p
Pretest	7	124.8	22.54	-5.04	6	.002
Posttest	7	142.8	14.84			

3.3.2 Dimensiones de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff

La escala de bienestar psicológico está formada por seis dimensiones: autoaceptación, dominio de entorno, relaciones positivas, crecimiento personal, autonomía y propósito de vida. A continuación, se presentarán los resultados detallados de cada una de ellas.

3.3.2.1 Autoaceptación

Esta dimensión se encuentra enfocada en evaluar las actitudes objetivas hacia sí mismo de forma apropiada y detallada en acciones, motivaciones y emociones. En la Tabla 6, se demuestra en el pretest que el puntaje oscila entre de 11 y 29, con una media de 22.43 (bajo) y desviación estándar de 6.70. En el posttest los resultados reflejan puntuaciones entre 18 y 30, el 25 (alto) como media y una desviación estándar de 4.08.

Tabla 6*Análisis descriptivo de la dimensión autoaceptación*

	n	Mínimo	Máximo	Media	Desviación Estándar
Pretest	7	11	29	22.43	6.70
Posttest	7	18	30	25.00	4.08
N válido (por lista)	7				

Al obtener un valor $p=0.28$ en el pretest y un valor $p=0.68$ en el posttest en la prueba de normalidad de Shapiro (que indica distribución normal de los datos), se decidió aplicar T de Student, para el análisis de la variable. En la Tabla 7 se observa que en la dimensión de autoaceptación no existe una diferencia estadísticamente significativa debido a que el valor $p=0.082$.

Tabla 7.*Comparación entre las variables Pretest y Posttest en la dimensión de autoaceptación.*

	n	M	sd	T	Gf	p
Pretest	7	22.43	6.70	-2.08	6	.082
Posttest	7	25.00	4.08			

3.3.2.2 Relaciones Positivas

Se asocia con las relaciones sociales estables y tener redes de apoyo en las que pueda confiar. En la Tabla 8, los resultados arrojan que en el pretest el puntaje mínimo es de 14 y el máximo de 26, con una media de 20.86 (bajo) y la desviación estándar de 3.84; en el posttest,

se evidencia que el puntaje mínimo es de 19 y máximo de 28, la media es 24 (moderado) y con su desviación estándar de 2.88.

Tabla 8.

Análisis descriptivos de la dimensión relaciones positivas

	n	Mínimo	Máximo	Media	Desviación Estándar
Pretest	7	14	26	20.86	3.84
Posttest	7	19	28	24.00	2.88
N válido (por lista)	7				

Se aplicó la prueba de normalidad de Shapiro y se obtuvo los siguientes valores de p, en el pretest $p=0.88$; posttest $p=0.89$, por lo que se aplicó la T de Student para el análisis de la variable, en la Tabla 9 se observa que en la dimensión de relaciones positivas existe una diferencia estadísticamente significativa ($p<.001$), es decir hay presencia de redes de apoyo en las participantes posterior a la intervención.

Tabla 9.

Comparación entre las variables Pretest y Posttest en la dimensión de relaciones positivas

	n	M	sd	T	gl	p
Pretest	7	20.86	3.84	-6.18	7	<.001
Posttest	7	24.00	2.88			

3.3.2.3 Autonomía

Evalúa la capacidad de sostener su propia individualidad en los distintos contextos de la persona, la habilidad la presión social y la autorregulación de sus actos. En la Tabla 10, los

resultados señalan que en el pretest el puntaje mínimo es de 13 y el máximo de 20, con una media de 16.29 (bajo) y la desviación estándar de 2.56; en el postest, se demuestra que el puntaje se encuentra entre 15 y 25, con una media de 21.29 (moderado) y desviación estándar de 3.49.

Tabla 10.

Análisis descriptivos de la dimensión autonomía

	n	Mínimo	Máximo	Media	Desviación Estándar
Pretest	7	13	20	16.29	2.56
Postest	7	15	25	21.29	3.49
N válido (por lista)	7				

Se obtuvieron los valores $p=0.45$ en el pretest y un valor $p=0.38$ en el postest en la prueba de normalidad de Shapiro, por lo que se decidió aplicar T de Student para el análisis de la variable, la Tabla 11 presenta la dimensión de autonomía, en la cual existe una diferencia estadísticamente significativa, es decir, hay un mayor dominio de su interacción con el ambiente.

Tabla 11.

Comparación entre las variables Pretest y Postest en la dimensión de autonomía

	n	M	sd	T	Gl	p
Pretest	7	16.29	2.56	-2.02	6	.006
Postest	7	21.29	3.49			

3.3.2.4 Crecimiento Personal

En esta dimensión se evalúa la capacidad de la persona para generar condiciones para desarrollar sus potencialidades y seguir creciendo, en la Tabla 12 se observan puntajes entre 13 y 25 en el pretest, con una media de 18 (bajo) y desviación estándar de 3.91; en el postest el puntaje mínimo es de 17 y máximo de 27, media de 21.71 (moderado) y la desviación estándar 3.09.

Tabla 12.

Análisis descriptivo de la dimensión de crecimiento personal

	n	Mínimo	Máximo	Media	Desviación Estándar
Pretest	7	13	25	18.00	3.91
Postest	7	17	27	21.71	3.09
N válido (por lista)	7				

En la prueba de la normalidad se arrojaron valores $p=0.84$ (pretest) y $p=0.81$ (postest), en la Tabla 13 mediante la T de Student, los resultados presentan una diferencia estadísticamente significativa con un valor $p<.000$, es decir, hay aumento en el área de crecimiento personal en las participantes.

Tabla 13.

Comparación entre las variables Pretest y Postest en la dimensión de crecimiento personal.

	n	M	sd	T	gl	p
Pretest	7	18.00	3.91	-6.56	6	<.001
Postest	7	21.71	3.09			

3.3.2.5 Propósito en la vida

Esta dimensión permite que la persona tenga metas claras y sea capaz de definir sus objetivos vitales, como se observa en la Tabla 14, los puntajes van del 10 (mínimo) al 31(máximo), media de 23.71 (bajo) y desviación estándar de 6.96 en el pretest, en relación con el posttest, hay la presencia de 18 (mínimo) y 29 (máximo), con una media de 25.43 (moderado) y desviación de 3.59

Tabla 14.

Análisis descriptivo de la dimensión de propósito en la vida.

	n	Mínimo	Máximo	Media	Desviación Estándar
Pre Test	7	10	31	23.71	6.96
Post Test	7	18	29	25.43	3,59
N válido (por lista)	7				

En la prueba de la normalidad se lanzaron valores $p=0.19$ (pretest) y $p=0.08$ (postest), en la tabla 15 mediante la T de Student, los resultados presentan que no existe una diferencia estadísticamente significativa con un valor $p=0.24$.

Tabla 15.

Comparación entre las variables Pretest y Postest en la dimensión de propósito en la vida

	n	M	sd	T	Gl	p
Pretest	7	23.71	6.96	-1.27	6	0.24
Postest	7	25.43	3.59			

3.3.2.6 Dominio del entorno

Con respecto al dominio del entorno, esta dimensión permite evaluar la habilidad para elegir o crear entornos favorables para sí mismos. La Tabla 16, permite observar que los puntajes en el pretest van del 20 (mínimo) al 32 (máximo), se obtiene un 23.57 (bajo) como media y desviación estándar de 4.61, y en el posttest, los resultados van desde 22 (mínimo) a 30 (máximo) con una media de 25.43 (moderado) y desviación estándar de 2.99.

Tabla 16.

Análisis descriptivo de la dimensión de dominio del entorno.

	n	Mínimo	Máximo	Media	Desviación Estándar
Pre Test	7	20	32	23.57	4.61
Post Test	7	22	30	25.43	2.99
N válido (por lista)	7				

Se encontraron valores de $p=0.03$ en el pretest y un valor $p=0.31$ en el posttest en la prueba de normalidad de Shapiro, por lo que se decidió aplicar W de Wilcoxon, para el análisis de la variable, la tabla 17 presenta que en esta dimensión no existe una diferencia estadísticamente significativa debido a que el valor es mayor a $p=0.05$.

Tabla 17.

Comparaciones entre las variables Pretest y Posttest en la dimensión de dominio del entorno.

	n	W	p
Pretest	7	-1.87	,061
Posttest	7		

3.4 Resultados de la Escala de Autoestima de Rosenberg

En relación con los resultados globales de la escala de autoestima antes y después de la aplicación del dispositivo grupal, se puede observar en la Tabla 18, que los puntajes van entre 14 (mínimo) y 26 (máximo), media de 20.71 y la desviación estándar 4.19 en el pretest; mientras que en el postest los puntajes fluctúan entre el mínimo de 25 y máximo de 30, con la media de 26.86 y la desviación estándar de 1.77.

Tabla 18.

Análisis descriptivo de la escala de autoestima de Rosenberg.

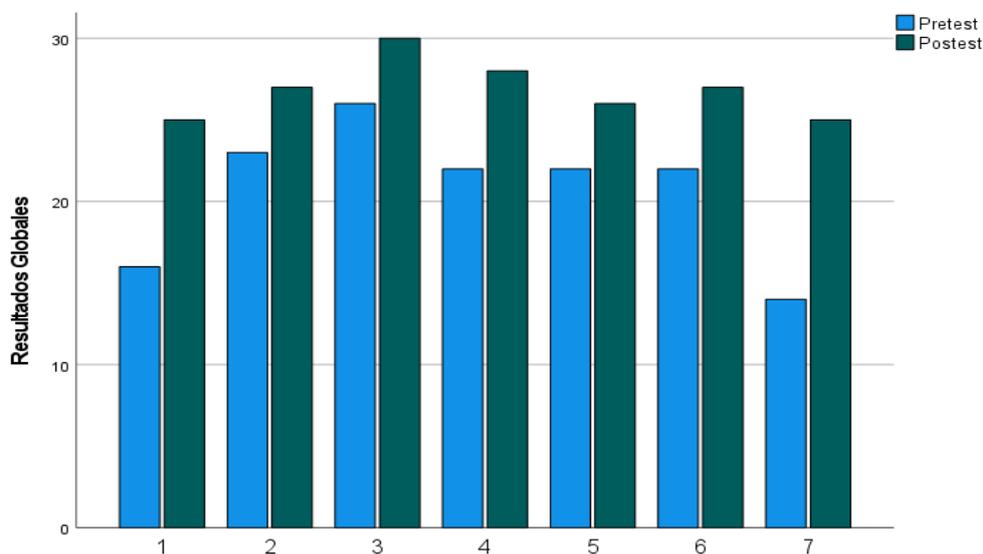
	n	Mínimo	Máximo	Media	Desviación Estándar
Pre Test	7	14	26	20.71	4.19
Post Test	7	25	30	26.86	1.77
N válido (por lista)	7				

Para interpretar los resultados de la Escala de Autoestima de Rosenberg, se clasifican en distintos niveles: puntajes inferiores a 25 indican la presencia de problemas significativos de autoestima; aquellos en el rango de 26 a 29 puntos sugieren una autoestima media, lo que implica la ausencia de problemas graves en esta área, aunque se recomienda mejorarla; finalmente, puntajes entre 30 y 40 se consideran como indicativos de una autoestima elevada.

Según se observa en el Gráfico 5, se ha representado una comparación entre los resultados totales obtenidos tanto en el pretest como en el postest de la Escala de Autoestima de Rosenberg. Se evidencia un incremento en los puntajes de las participantes durante el segundo momento de aplicación de la escala, ya que estos fluctúan entre 25 y 30, en contraste con los puntajes del pretest, que varían entre 14 y 26.

Gráfico 5.

Comparación de los resultados globales de la Escala de Autoestima de Rosenberg (Pre y Postest)



Se presentaron en los resultados los valores de $p=0.20$ (pretest) y un $p=0.47$ (postest) al realizar la prueba de normalidad de Shapiro, por lo que se aplicó la T de Student para el análisis de la variable, en la Tabla 19 se demuestran que los puntajes indican una diferencia estadísticamente significativa debido a que el valor es menor al valor $p=0.05$, es decir existe un aumento en la autoestima de las participantes después de la aplicación del dispositivo.

Tabla 19.

Comparación entre el pretest y postest en la escala de autoestima de Rosenberg

	n	M	sd	T	gl	p
Pretest	7	20.71	4.19	-5.81	6	.001
Postest	7	26.86	1.77			

Discusión

Los resultados de la presente investigación confirman la hipótesis de que la aplicación del protocolo del manual de Guía de Atención a Víctimas de Violencia (GAVVI) mejora el malestar psicológico en áreas principales como la autoestima, habilidades sociales en las mujeres víctimas de violencia de género. La muestra contó con 7 mujeres con edades comprendidas entre los 20 y 36 años, siendo la edad más frecuente 26 años, todas ellas usuarias de la casa de acogida. Los objetivos específicos fueron realizar un pretest de las escalas que fueron seleccionadas, aplicar un posttest al finalizar la aplicación del dispositivo y analizar los datos obtenidos de los instrumentos evaluativos.

Referente a los resultados de la Escala Woman Abuse Screening Tool (WAST), se evidenció que la violencia más frecuente que sufren las mujeres es la psicológica con un 77%, seguido por la violencia física con un 39%, y la que menos predomina es la violencia sexual con 12%. Estos hallazgos coinciden con la investigación de Vacacela y Mideros (2022) que demuestran que la violencia psicológica y física tienen más prevalencia en el contexto ecuatoriano.

En cuanto a la escala de Bienestar Psicológico de Ryff se obtuvieron puntuaciones en pretest con un 14.3 % en nivel alto de bienestar psicológico (BP); mientras que en el posttest hubo un aumento, alcanzando un 71.4%, esto indica un incremento de 57.1%, es decir, se evidenció una mejoría general en el bienestar psicológico de las mujeres después del dispositivo. Con esto se demuestra que el uso del enfoque terapéutico cognitivo conductual en el que se basa el protocolo permite que disminuya el malestar psicológico como se evidencia en algunos estudios (Vaca Ferrer et al., 2021; Ayats, 2018; Habigzang et al., 2019; Granda y Hernández 2021).

Sin embargo, en la dimensión de autoaceptación, a pesar del incremento que se obtuvo al comparar los resultados del pre y postest, se encontró que no existe una diferencia estadísticamente significativa. Esta dimensión se contrasta con los resultados de la Escala de Autoestima de Rosenberg ya que se evidencia un incremento del 30% en la autoestima, cómo se manifiesta en varios estudios (Castillo y Bernardo 2018; Crespo et al., 2021; Santandreu et al., 2014; Denegri et al., 2022) que las intervenciones grupales incrementan el nivel de autoestima. Esta incongruencia podría deberse a factores como la complejidad del entendimiento de las preguntas de la Escala EBP a comparación del Autoestima de Rosenberg o la redundancia en la investigación de la misma dimensión.

En cuanto a la dimensión relaciones positivas, al comparar los resultados del pretest y del postest, se evidenció una diferencia estadísticamente significativa, se promovió el desarrollo de las redes de apoyo en las participantes, lo que concuerda con estudios de Perusset (2019) y Salas et al., (2021) que concluyeron sobre la importancia de tener círculos de amistades o familiares a los que las mujeres puedan acudir para encontrar acompañamiento y apoyo para salir del ciclo en el que se encuentran.

En cuanto a la dimensión de autonomía, los resultados arrojaron que hay una diferencia estadísticamente significativa, lo que podría evidenciar una mayor independencia en diversas condiciones sociales. Esto coincide con el estudio previo de Villamarín y Pazmiño (2019), que tuvo el objetivo de relacionar la efectividad de la terapia grupal con enfoque de terapias contextuales para el mejoramiento de la autoestima en 16 mujeres víctimas de violencia doméstica, se probó que existe una correlación positiva entre las variables, ya que en su estudio las mujeres subieron la autovaloración, lograron mantener o recuperar su autonomía para tener una mejor salud mental y asertividad en el manejo en las relaciones interpersonales.

Respecto al crecimiento personal, los resultados arrojaron que existe un incremento de las capacidades que generaron condiciones para desarrollar potencialidades y crecimiento por parte de las participantes. Estudios como el de Moncada y De la Roca (2024) y Rivera (2022) recalcan que uno de los factores protectores para evitar la repetición del ciclo de la violencia, es promover el crecimiento personal en las mujeres, ya que incrementa el desarrollo a una mayor autoestima, fomentar la posibilidad de tomar decisiones pensando en su bienestar, así como tener la capacidad suficiente para afrontar situaciones que podrían resultar difíciles de la vida.

En la dimensión propósito en la vida a pesar del incremento de los resultados en el posttest (mínimo:18, máximo: 29) a comparación del pretest (mínimo: 10, máximo: 31) no existe una diferencia estadísticamente significativa con la aplicación del dispositivo grupal. Estos resultados contradicen al estudio de Santandreu y colaboradores (2014), que demostraron la efectividad de las intervenciones grupales en violencia de género mediante talleres en una muestra de 30 mujeres, que uno de los elementos que promueve el bienestar e incrementa la autoestima es el establecimiento de metas u objetivos vitales y claro, vinculadas con temas como: los ingresos económicos, estado civil, formación, etc.,

Y, por último, en relación con el dominio del entorno, los resultados expresan que los puntajes obtenidos en el posttest (mínimo: 20, máximo: 32) con respecto a los del pretest (mínimo: 22, máximo: 30), no presentan una diferencia estadísticamente significativa, es decir, no muestra cambios con la habilidad para elegir o crear entornos favorables para las participantes después del dispositivo, lo que discrepa con el resultado del estudio de Ayats y colaboradores (2018) que evaluó la efectividad de una intervención grupal cognitivo - conductual en 39 participantes que son o que han sido víctimas de violencia de género, se aplicaron técnicas con los objetivos de reconstruir autoestima e incrementar la toma de

conciencia sobre su situación de violencia, autocontrol emocional para tratar la ansiedad y técnicas de asertividad, se demostró una mejora significativa en las puntuaciones de las escalas, sintomatología y aumentó la sensación de control sobre su vida y la capacidad para desarrollar habilidades o cambiar patrones que conducen a la violencia de género.

Los resultados de este estudio tienen implicaciones significativas que pueden guiar futuras investigaciones sobre mujeres sobrevivientes de violencia de género y los procesos de intervención psicológica relacionados. Específicamente, la propuesta del protocolo basada en la Terapia Cognitiva Conductual ofrece perspectivas valiosas; lo que se demuestran en varios estudios (Santandreu et al., 2014; Ayats et al., 2018; Crespo et al., 2018, Aburto, 2021) que es efectivo las intervenciones grupales con enfoque cognitivo-conductual en violencia de género. Estos hallazgos deben considerarse en el diseño y desarrollo de investigaciones posteriores en este campo.

Conclusiones

A continuación, se presentará las conclusiones obtenidas de la investigación:

- Como primer punto se evidenció que la aplicación del protocolo de terapia grupal pudo mejorar el bienestar psicológico de las mujeres en el lugar donde se desarrolló la investigación.
- En base al estudio llevado a cabo, se ha constatado que las mujeres en el centro de acogida han sido víctimas de los diferentes tipos de violencia de género, ocupando el primer lugar la violencia psicológica. Por lo que es crucial destacar que este fenómeno se manifiesta en una amplia gama de formas y grados, lo cual subraya la complejidad y la urgencia de abordar este problema con enfoques multidisciplinarios.
- La dimensión autoaceptación de EBP y la Escala de Autoestima de Rosenberg arrojan resultados contradictorios, esto pudo ser influido por factores como: la formulación de las preguntas que evalúan esta dimensión en el EBP, por redundancia en la investigación de la autoaceptación ya que es una de las áreas que se encuentran vinculadas con la autoestima o por factores externos como el estado anímico y el nivel de instrucción por la complejidad de las palabras en el EBP que la Escala de Autoestima.
- En la dimensión de autonomía, se observó que en las sesiones grupales las participantes entienden que la situación que vivieron fue de violencia de género, tienen mayor conocimiento y de los patrones disfuncionales que perpetúan la cadena del ciclo de la violencia.
- Mediante los resultados se encontró que las dimensiones propósito en la vida y dominio del entorno no presentaron cambios, se considera que podría estar relacionado con factores como: la prolongada estancia en un centro de acogida, así

como las dificultades encontradas para la inserción laboral debido a tener incompleta la formación académica o la dependencia económica con el agresor.

Una de las limitaciones identificadas durante el curso de la investigación fue la ausencia de evidencia que respaldara la validez del protocolo utilizado. Por ende, se enfocó en la búsqueda de evidencia relacionada con el enfoque Cognitivo Conductual empleado, lo que resultó en una evaluación poco profunda del protocolo en sí mismo; y otra limitación en cuestión es la muestra reducida de participantes, la cual no refleja adecuadamente a la población en su conjunto. Esto implica una dificultad considerable en la generalización de los resultados obtenidos.

Esta investigación invita a continuar con estudios acerca de la implementación de los dispositivos grupales con el objetivo de adaptarlos o crear otros protocolos adecuados a las particularidades del contexto ecuatoriano, promoviendo así la cultura psicológica sobre el tema de la terapia grupal como alternativa principal para intervención en las mujeres víctimas de violencia de género.

Referencias

Aburto Torres, A. D. (2021). *Revisión Sistemática: Programas cognitivos conductuales en mujeres víctimas de violencia de pareja.*

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/72679>

Águila Gutiérrez. Yaíma, L., Hernández Reyes Vicente Enrique, M., y Hernández Castro, V. H. Dr. (2016). Las consecuencias de la violencia de género para la salud y formación de los adolescentes. *Revista Médica Electrónica*, 38(5).

http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1684-18242016000500005&script=sci_arttext

Aguilar Barriga, N. (2020). Una aproximación teórica a las olas del feminismo: la cuarta ola. *FEMERIS: Revista Multidisciplinar de Estudios de Género*, 5(2), 121–146.

<https://doi.org/10.20318/FEMERIS.2020.5387>

Al Adib Mendi, M., Ibáñez Bernáldez, M., Casado Blanco, M., y Santos Redondo, P. (2017). Revisión bibliográfica la violencia obstétrica: un fenómeno vinculado a la violación de los derechos elementales de la mujer. *Medicina Legal de Costa Rica*, 34(1). [https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152017000100104)

[00152017000100104](https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152017000100104)

Albertín Carbó, P. (2017). Abriendo puertas y ventanas a una perspectiva psicosocial feminista: Análisis sobre la violencia de género. *Psicoperspectivas*, 16(2), 79–90.

<https://doi.org/10.5027/PSICOPERSPECTIVAS-VOL16-ISSUE2-FULLTEXT-1021>

Alfocea, J., Francisco, F., y Ponce Alcaraz, J. (2019). Perspectiva criminológica sobre la violencia de género. *LA RAZÓN HISTÓRICA.*, 43, 104–121.

<https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/69705/1/LRH%2043.8.pdf>

Añón Roig, M. J. (2016). Violencia de género. A propósito del concepto y la concepción de la violencia contra las mujeres. *Cuadernos Electrónicos de Filosofía*

Del Derecho, 33, 8.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5547306&info=resumen&idioma=ENG>

Anaconda, C. A. R., & Gómez, J. A. M. (2022). *Violencia en el noviazgo: evaluación, prevención e intervención en los malos tratos en parejas jóvenes*. Editorial El Manual Moderno.

Aramburú Simón, S. (2020). *Violencia contra la mujer y dependencia emocional en el centro poblado de Sacsamarca Tarma Perú*.

<https://repositorio.ucss.edu.pe/handle/20.500.14095/812>

Ariza-Sosa, G. R., Agudelo-Galeano, J. J., Saldarriaga-Quintero, L. A., Ortega-Mosquera, M. C., y Saldarriaga-Grisales, D. C. (2021). Crisis humanitaria de emergencia en Colombia por violencia contra las mujeres durante la pandemia de COVID-19. *Revista de La Facultad de Derecho y Ciencias Políticas*, 51(134), 125–150. <https://doi.org/10.18566/RFDPC.V51N134.A06>

Austreberta, N., Saivatierra, B., Salazar, S., y Solís, R. (2018). Violencia física contra adolescentes y estructura familiar: magnitudes, expresiones y desigualdades. *Estudios Demográficos y Urbanos*, 33(2), 365–400. <https://doi.org/10.24201/EDU.V33I2.1650>

Ayats, M., Cirici Amell, R., y Soldevilla, J. M. (2008). Grupos de terapia para mujeres víctimas de violencia de género. *Psiquiatría Biológica: Publicación Oficial de La Sociedad Española de Psiquiatría Biológica*, ISSN 1134-5934, Vol. 15, Nº. 2, 2008, Págs. 29-34, 15(2), 29–34.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2658688&info=resumen&idioma=SPA>

- Bard Wigdor, G., y Artazo, G. C. (2017). Pensamiento feminista Latinoamericano: Reflexiones sobre la colonialidad del saber/poder y la sexualidad. *Cultura y Representaciones Sociales*, 11(22), 193–219.
<https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/65072>
- Barredo Ibáñez, D. (2017). La violencia de género em Ecuador: un estudio sobre los universitarios. *Revista Estudios Feministas*, 25(3), 1313–1327.
<https://doi.org/10.1590/1806-9584.2017v25n3p1313>
- Bebel, A. (1974). *La mujer y el socialismo*. Dietz.
<https://www.legisver.gob.mx/equidadNotas/publicacionLXIII/August%20Bebel%20-%20La%20Mujer%20y%20el%20Socialismo.pdf>
- Bermúdez Santana, D. M., y Solís Núñez, A. I. (2021). La vulneración de derechos, su incidencia en la salud mental de mujeres víctimas de violencia. *Sociedad & Tecnología*, 4(52), 624–637. <https://doi.org/10.51247/st.v4iS2.174>
- Bravo Muñoz, D. L. (2021). *Violencia intrafamiliar e incidencia en la autoestima de un adolescente de 15 años de edad, de la parroquia El Salto- Provincia de Los Ríos*.
<http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/10812>
- Caballero, J., Alfaro, M., Nuñez, Y., y Torres, H. (2009). Violencia psicológica contra la mujer por su pareja en el Perú, 2004-2007. *Revista Peruana de Epidemiología*, 13(3), 1–7. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=203120367006>
- Carrillo Kennedy, J. E. (2018). Incidencia del femicidio en el Ecuador y en la provincia del Guayas. *Universidad y Sociedad*, 10(1), 125–133.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2218-36202018000100125

Castillo Saavedra, E., Bernardo Trujillo, J. V., y Medina Reyes, M. A. (2018).

Violencia de género y autoestima de mujeres del centro poblado Huanja – Huaraz, 2017. *Horizonte Médico (Lima)*, 18(2), 47–52.

<https://doi.org/10.24265/HORIZMED.2018.V18N2.08>

Castro Alarcón, Y. K., y Díaz Vásquez, D. D. (2023). *Centro de Refugio Integral para la Reincorporación Social de la Mujer en Situación de Violencia en la Ciudad de Motupe*. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/11707>

Cedeño Floril, M. P. (2019). Violencia Intrafamiliar: mediación condicionada al tratamiento remedial. *Universidad y Sociedad*, 11(1), 193–200.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2218-36202019000100193

Chavez Eusebio, J. G. (2021). Causas por las que se manifiesta la violencia contra la mujer en zonas de extrema pobreza del Perú - 2019 [Universidad Autónoma del Perú]. In *Repositorio Institucional*.

<http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1148>

Chilig Caiza. Enma Pilar. (2018). *Biopoder, discurso médico y manuales de puericultura en el Ecuador, 1920-1938*. <http://hdl.handle.net/10644/6655>

Chust-Morató, L., Morató Moscardó, L., Torres-Alberich, I., Victoria Ramírez-Iñiguez de la Torre, M., Capdevila García, L., Teófila Vicente-Herrero, M., y M^a Teófila Vicente Herrero, C. (2021). *Violencia de género, salud y trabajo Gender violence, health and work*. <https://doi.org/10.3306/AJHS.2021.36.02.11>

Ciccía, L. (2017). *La ficción de los sexos: Hacia un pensamiento Neuroqueer desde la epistemología feminista*. <http://repositorio.filo.uba.ar/handle/filodigital/4638>

Cobo Bedía, R. (2019). La cuarta ola feminista y la violencia sexual. *Paradigma: Revista Universitaria de Cultura*, 22, 134–138.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6983521>

Crespo, M., Arinero, M., y Soberón, C. (2021). Analysis of Effectiveness of Individual and Group Trauma-Focused Interventions for Female Victims of Intimate Partner Violence. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2021, Vol. 18, Page 1952, 18(4), 1952. <https://doi.org/10.3390/IJERPH18041952>

De Estadística y Censos, I. N. (2019). Violencia de género. Instituto Nacional de Estadística y Censos. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/violencia-de-genero/>

Denegri Velarde, M. I., Chunga Díaz, T. O., Quispilay Joyos, G. E., y Ugarte Dionicio, S. J. (2022). Violencia de género, dependencia emocional y su incidencia en la autoestima en madres de estudiantes. *Revista de Ciencias Sociales*, 28(3).

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28071865022>

Díaz, M., Estévez, A., Momeñe, J., y Linares, L. (2018). Las actitudes amorosas y la satisfacción en la pareja como factores intervinientes en la relación entre la violencia y las consecuencias en la salud de las mujeres. *Ansiedad y Estrés*, 24(1), 31–39.

<https://doi.org/10.1016/J.ANYES.2018.01.001>

Encalada Echeverria, A. L. (2021). *Violencia psicológica como delito: ¿Problema o solución para las víctimas? Análisis de casos en el cantón Otavalo desde la vigencia del COIP*. <http://hdl.handle.net/10644/8161>

Femenías, M. L. (2017). Algunos Apuntes Sobre Feminismo en America Latina. *Virtuajus*, 2(2), 48-73.

<https://periodicos.pucminas.br/index.php/virtuajus/article/view/15367>

Fernández Álvarez, N., Fontanil, M. Y., Juarros Basterretxea, J., y Alcedo, M. A. (2024). Space for Action and Mental Health of Women Survivors of Psychological Intimate Partner Violence. *Anuario de Psicología Jurídica*, 34(1), 57–66.

<https://doi.org/10.5093/APJ2024A5>

Fernández Matos, D. C., y González Martínez, M. N. (2019). «Paz sin mujeres ¡No va! El proceso de paz colombiano desde una perspectiva de género». *Revista CIDOB de Asuntos Internacionales*, 121, 113–133.

<https://doi.org/doi.org/10.24241/rci.2019.121.1.113>

García Navarro, C., Gordillo León, F., y Pérez Nieto, M. Á. (2020). Análisis de las consecuencias cognitivas y afectivas de la violencia de género en relación con el tipo de maltrato. *Ansiedad y Estrés*, 26(1), 39–45.

<https://doi.org/10.1016/J.ANYES.2020.01.003>

García Otero, M. A., y Ibarra Melo, M. E. (2017). Detrás de las cifras de violencia contra las mujeres en Colombia. *Sociedad y Economía*, 32, 41–64.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=99649950002>

Garrido-Rodríguez, C. (2021). Repensando las olas del Feminismo. Una aproximación teórica a la metáfora de las “olas” Investigaciones Feministas. *Fem (Rev.)*, 12(2), 483–492. <https://doi.org/10.5209/infe.68654>

Giunta, A. (2018). Feminismo y arte latinoamericano. Historias de artistas que emanciparon el cuerpo. *Siglo Veintiuno Editores Argentina S.A.*

https://sigloxxieditores.com.ar/wp-content/uploads/2020/10/Giunta.-Feminismo-y-arte-latinoamericano-Indice_Introduccio%CC%81n.pdf

Granda Gonzaga, M. F., y Hernández Rodríguez, Y. de la C. (2021). Eficacia de la terapia cognitivo conductual en la salud mental de mujeres víctimas de violencia

sexual. *Pro Sciences: Revista de Producción, Ciencias e Investigación*, 5(41), 91–102.

<https://doi.org/10.29018/ISSN.2588-1000VOL5ISS41.2021PP91-102>

Habigzang, L. F., Petersen, M. G. F., y Maciel, L. Z. (2019). Terapia Cognitivo Conductual para mujeres que sufrieron violencia por su pareja íntima: Estudio de casos múltiples. *Ciencias Psicológicas*, ISSN 1688-4094, ISSN-e 1688-4221, Año 13, N^o. 2, 2019, Págs. 249-264, 13(2), 249–264. <https://doi.org/10.22235/cp.v13i2.1882>

Hernández Rodríguez, A. I., y Pérez Rosales, E. (2019). El debate filosófico entre la modernidad y la postmodernidad desde una óptica feminista. *Clepsydra: Revista de Estudios de Género y Teoría Feminista*, 18, 11–31.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7324925&info=resumen&idioma=SPA>

PA

Huertas Alonso, L. M. (2020). Perfil sociodemográfico y delictivo en maltratadores encarcelados en Gran Canaria por violencia de género en el entorno familiar. *Clepsydra: Revista de Estudios de Género y Teoría Feminista*, 19, 157–183.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7717064&info=resumen&idioma=ENG>

NG

Jaramillo-Bolivar, C. D., y Canaval-Erazo, G. E. (2020). Violencia de género: Un análisis evolutivo del concepto. *Universidad y Salud*, 22(2), 178–185.

<https://doi.org/10.22267/RUS.202202.189>

Jardim, D. M. B., y Modena, C. M. (2018). Obstetric violence in the daily routine of care and its characteristics. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 26.

<https://doi.org/10.1590/1518-8345.2450.3069>

León, J. (2017). *Manual de apoyo para la intervención psicológica con víctimas de violencia de género*. Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades.

Londoño, J. A., Bedoya García, J., Liliana, D., Tamayo, O., Mujer, S., Cultura, S.,
Londoño, A., y García, B. (2016). Ser mujer: entre la maternidad y la identidad
Palabras clave. *Revista Poiésis*, 306–313.

<https://revistas.ucatolicaluisamigo.edu.co/index.php/poiesis/article/view/2121>

López, O. C. (2017). La violencia económica y/o patrimonial contra las mujeres en el
ámbito familiar. *Persona y Familia*, 1(6), 39–58.

<https://doi.org/10.33539/PERYFA.2017.N6.468>

Lorente-Acosta, M. (2020). Violencia de género en tiempos de pandemia y
confinamiento. *Revista Española de Medicina Legal*, 46(3), 139–145.

<https://doi.org/10.1016/J.REML.2020.05.005>

Mamarian, M. E. (2020). *Rompamos el silencio: Prevención y tratamiento de la
violencia en la familia*. Tercera edición revisada y ampliada. Ediciones Kairós.

Maricela, D., Santana, B., y Solís Núñez, A. I. (2021). La vulneración de derechos, su
incidencia en la salud mental de mujeres víctimas de violencia. *Sociedad &
Tecnología*, 4(S2), 624–637. <https://doi.org/10.51247/ST.V4IS2.174>

Martínez Pacheco, A. (2016). La violencia. Conceptualización y elementos para su
estudio. *Política y Cultura*, (46), 7–31.

<https://www.redalyc.org/journal/267/26748252001/html/>

Matud, M. P., Belén Gutiérrez, A., y Padilla, V. (2004). Intervención Psicológica con
mujeres maltratadas por su pareja. *Papeles Del Psicólogo*, 88, 1–9.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77808801>

Matud, M. P., Fortes, D., y Medina, L. (2014). Eficacia de un programa de tratamiento psicológico individual para mujeres maltratadas por su pareja. *Psychosocial Intervention*, 23(3), 199–207. <https://doi.org/10.1016/j.psi.2014.06.001>

Miguel de Ana. (2011). Los feminismos a través de la historia. “*Mujeres En Red.*” <https://web.ua.es/es/sedealicante/documentos/programa-de-actividades/2018-2019/los-feminismos-a-traves-de-la-historia.pdf>

Molina Giraldo, E. (2021). Factores de riesgo y consecuencias de la violencia de género en Colombia. *Tempus Psicológico*, 2(1), 15–36. <https://doi.org/10.30554/tempuspsi.2.1.2149.2019>

Momeñe, J., Jáuregui, P., y Estévez, A. (2017). El papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 25, 65–78. <https://www.behavioralpsycho.com/producto/el-papel-predictor-del-abuso-psicologico-y-la-regulacion-emocional-en-la-dependencia-emocional/>

Moncada Herrera, S. M., y Roca Chiapas, J. M. de la. (2024). Factores determinantes de la resiliencia y creencias sobre violencia de género en mujeres mexicanas. *EDUCATECONCIENCIA*, 32(1), 1. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9396423&info=resumen&idioma=SPA>

Montero Gómez, A. (2000). El Síndrome de Estocolmo Doméstico en Mujeres Maltratadas. *Monitor Educador*, 84, 20–28. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=197814>

Mujer, I. A. (2019). *Protocolo para la Intervención Psicológica Grupal con las Mujeres Víctimas de Violencia de Género en Andalucía*. Consejería para la Igualdad y Bienestar Social.

Natalucci, A. L., y Rey, J. (2018). ¿Una nueva oleada feminista? Agendas de género, repertorios de acción y colectivos de mujeres (Argentina, 2015-2018). *Estudios Políticos y Estratégicos*, 6(2), 14–34. <http://hdl.handle.net/11336/103995>

Noya Laguna, M., Carrasco Ruiz, L., y Martínez Enríquez, L. (2019). *Guía de Atención a Víctimas de Violencia*. Centro Juana Azurduy

Nuria, V., y Santolaya, A. (2019). *Feminismo para principiantes*. Editorial Peguin Random House. <https://planetafacil.plenainclusion.org/wp-content/uploads/2019/03/Feminismo-para-principiantes.-Lectura-f%C3%A1cil.pdf>

ONU, M. (2021). *Midiendo la pandemia de sombra: La violencia contra las mujeres durante el COVID-19*. ONU Mujeres.

Osborne, R. (2008). De la «violencia» (de género) a las «cifras de la violencia»: una cuestión política. *Empiria. Revista de Metodología de Ciencias Sociales*, 0(15), 99. <https://doi.org/10.5944/EMPIRIA.15.2008.1201>

Ospina Peralta, P. E. (2020). *La aleación inestable. Origen y consolidación de un Estado transformista: Ecuador, 1920-1960*. <http://repositorio.uasb.edu.ec/handle/10644/7427>

Pacheco-Salazar, B., y López-Yáñez, J. (2019). “Ella lo provocó”: el enfoque de género en la comprensión de la violencia escolar. In *Revista de Investigación Educativa*, 37(2), 363–378. Asociación Interuniversitaria de Investigación en Pedagogía. <https://doi.org/10.6018/rie.37.2.321371>

Páez Cuba, L. D. (2011). Génesis y Evolución Histórica De La Violencia De Género. *Contribuciones a Las Ciencias Sociales*.

<https://www.eumed.net/rev/cccss/11/ldpc.htm>

Peña Arce, V. J. (2019). *Relación entre dependencia emocional e indefensión aprendida en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar*.

<http://hdl.handle.net/20.500.11799/105655>

Perea Ozerin, I. (2017). Acción colectiva de las mujeres y procesos emancipadores en América Latina y el Caribe. Una aproximación desde los casos de Cuba, Bolivia y Ecuador. *Foro Internacional*, 57(4), 915–950.

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-013X2017000400915&script=sci_abstract&tlng=pt

Perusset, M. (2019). Las redes sociales interpersonales y la violencia de género. *Tareas*, 163, 85–101. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=535060648008>

Porter, B., y López-Angulo, Y. (2022). Violencia vicaria en el contexto de la violencia de género: un estudio descriptivo en Iberoamérica. *CienciAmérica*, 11(1), 11.

<https://doi.org/10.33210/ca.v11i1.381>

Prieto, M., Páez, C., Zabala Canedo, M. L., y Mannarelli, M. E. (2017). *El Programa Indigenista Andino, 1951-1973: las mujeres en los ensambles estatales del desarrollo*.

Repositorio Bibliográfico Nacional de Educación Intercultural Bilingüe, Etnoeducación e Interculturalidad.

<http://repositoriointerculturalidad.ec/jspui/handle/123456789/32727>

Ramírez Figueroa, J. L. (2019). Jurisdictional protection of the right to live without gender violence. *Ius et Veritas*, 2019(59), 84–93.

<https://doi.org/10.18800/iusetveritas.201902.005>

- Rivera Anchundia, L. K. (2022). Rasgos resilientes en mujeres víctimas de violencia de género. *Revista Social Fronteriza*, 2(2), 1–21.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.6195528>
- Rodríguez Zafra, M., y Gil Escudero, G. (2022). Psicoterapia Psicodinámica y Psicoterapia De Grupo: Conceptos e Intervenciones Terapéuticas. *Revista de Psicoterapia*, 33(121), 27–40. <https://doi.org/10.33898/rdp.v33i121.1118>
- Salas Cubillos, N., García Charry, V. C., Zapatas Losada, L. V., y Díaz Usme, O. S. (2020). Intervenciones en violencia de género en pareja: Artículo de Revisión de la Literatura. In *Revista Cuidarte*, 11(3). Universidad de Santander.
<https://doi.org/10.15649/cuidarte.980>
- Salud, O. P. (2020). Organización Panamericana de la Salud. Obtenido de <https://www.paho.org/es/temas/violencia-contramujer>
- Santandreu, M., Laura, O., De, T., Llanos, L., y Vallejo, R. R. (2014). Violencia de género y autoestima: efectividad de una intervención grupal. *Apuntes de Psicología*, 32(1), 57–63. <https://hdl.handle.net/11441/84513>
- Sarabia, S. (2018). Violencia: una prioridad de la salud pública. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 81(1). <https://doi.org/10.20453/rnp.v81i1.3267>
- Vacacela Márquez, S., y Mideros Mora, A. (2022). Identificación de los factores de riesgo de violencia de género en el Ecuador como base para una propuesta preventiva. *Desarrollo y Sociedad*, 2022(91), 111–142. <https://doi.org/10.13043/DYS.91.3>
- Vaca-Ferrer, R., & Ferro-García, R. (2021). Una revisión de los programas de intervención grupal con víctimas de violencia de género. *Apuntes de Psicología*, 39(3), 111–124. <https://doi.org/10.55414/ap.v39i3.915>

Valencia Pérez, A. C. (2019). *Dependencia emocional y violencia simbólica en mujeres de Lima Metropolitana* [Pontificia Universidad Católica del Perú].

<http://hdl.handle.net/20.500.12404/14999>

Vargas Núñez, B. I., López Parra, M. S., y Cortés Martínez, E. (2017). ¿Qué significa el perdón en el ciclo de la violencia? *Psicología Iberoamericana*, 25(2), 70–83.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133957572009>

Villa, L. (2017). Sobrevivir a un padre maltratador. *Diario Público*.

<https://www.publico.es/sociedad/violencia-machista-sobrevivir-padre-maltratador.html>

Villamarín Rodríguez, M. del R., y Pazmiño Mercedes, A. G. (2019). Autoestima y violencia doméstica: intervención psicoterapéutica. *Revista Científica Retos de La Ciencia*, 3(7), 48–55.

<https://retosdelacienciaec.com/Revistas/index.php/retos/article/view/302>

Zieman, G., Bridwell, A., y Cárdenas, J. F. (2017). Traumatic Brain Injury in Domestic Violence Victims: A Retrospective Study at the Barrow Neurological Institute. *Journal of Neurotrauma*, 34(4), 876–880.

<https://doi.org/10.1089/NEU.2016.4579>

Anexos

Anexo 1. Planificación de las sesiones grupales diseñada por la Guía de Atención a Víctimas de Violencia de Género (GAVVI)

PRIMERA SESIÓN: “ENCUENTRO”			
Objetivos:			
<ul style="list-style-type: none"> • Introducir a las participantes en los contenidos y características metodológicas de los grupos psicoterapéuticos • Iniciar un proceso de conformación de relaciones de pertenencia y compromiso en el grupo. 			
Temas y aspectos	Procedimiento	Materiales	Tiempo
<ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Cohesión grupal • Encuadre del proceso grupal 	1. La bienvenida La facilitadora saluda a las participantes, dando la bienvenida, valorando su presencia y esfuerzo personal para su asistencia. Explicará las características de la institución que promueve el proceso.	Sillas	10 min.
	2. Tejiendo redes Se forma un círculo, se da la consigna: “A la participante que le llegue la pelota de lana, dirá su nombre completo y lo que más le guste hacer en su tiempo libre”. Esta misma persona lanzará la lana a otra de las participantes, quedando con una parte de la lana. Luego se pide que las participantes le den un significado a la red formada con la lana.	Ovillo de lana	30 min.
	3. Establecimiento del encuadre Con el apoyo de algún recurso visual: papelógrafo o pizarra. La facilitadora hace una explicación de las características del proceso psicoterapéutico: <ul style="list-style-type: none"> - Enfoque metodológico cognitivo conductual y trabajo corporal - Objetivos y contenidos - Tiempo de duración y frecuencia - Necesidad de compromiso personal con el proceso. 	Papelógrafos Marcadores Maskin	30 min.

	<p>4. Vidas paralelas</p> <p>Se organiza a las participantes en dos círculos: uno interno y otro externo, sentadas una frente a otra, formando parejas.</p> <p>Las mujeres que se encuentran en el círculo externo responderán por dos minutos a una pregunta que hará la facilitadora. Las mujeres del círculo interno escucharán atentamente.</p> <p>Luego se hará girar el círculo, formando una nueva pareja. La facilitadora, hará la segunda pregunta, debiendo contestar la pareja del círculo interno. Así sucesivamente.</p> <p>Frases para la facilitadora:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Quién es la persona más importante de mi vida? - ¿Quién es la persona que más admiro? - ¿Cómo fue mi niñez y mi adolescencia? - ¿Cuál es mi miedo más grande? - ¿Qué cosas negativas tengo? - ¿Qué es lo que más me produce alegría? - ¿Qué es lo que más me gusta hacer? - ¿Qué es lo que menos me gusta hacer? - ¿Qué cosas positivas tengo? - ¿Cómo es mi vida ahora? - ¿Qué quiero para mi vida en el futuro? (en esta frase se solicita que sean ambas mujeres las que compartan) <p>Reflexión: en círculo se promueve el intercambio bajo la pregunta: ¿cómo te has sentido durante este ejercicio?, se debe puntualizar los siguientes aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Escucha activa - Empatía - Introspección 	Ninguno	70 min.
--	--	---------	---------

<ul style="list-style-type: none"> • Motivación y compromiso personal y grupal. 	<p>5. ¿Qué queremos las mujeres de los encuentros?</p> <p>Se pregunta a cada una de las participantes las expectativas sobre el proceso. Luego la facilitadora explica las características metodológicas de la sesión, se debe considerar los siguientes aspectos del encuadre:</p> <ul style="list-style-type: none"> - La confianza como principio, entendiendo que lo compartido en el grupo no se menciona fuera del mismo. - La importancia de la permanencia de las participantes en el grupo. - Se debe promover la participación desde el yo, primera persona y evitar dar directrices de actuación entre mujeres. 	Papelógrafos Maskin Marcadores	30 min.
--	---	--------------------------------------	---------

	<ul style="list-style-type: none"> - Se deben respetar las diversidades y diferencias entre las mujeres. - Horarios y otros acuerdos que surjan del grupo. <p>Se cierra el espacio agradeciendo la asistencia y participación de cada una de las mujeres.</p>		
	<p>6. Juntas somos más Para el cierre se lee y se entrega a cada mujer una copia del poema “Violeta”, solicitando que puedan tomar un tiempo entre semana para reflexionar sobre su contenido.</p> <p>Violeta (Blog: Sororidad poética) Yo voy a estar ahí para quererte, Para mimarte, Para cuidarte. Yo voy a estar ahí siempre Para ti, Para todas. Para darte fuerza y que sigas adelante. No, para darte fuerza no, Para que tengas aún más fuerza de la que ya tienes. Yo voy a estar ahí Para presumir de ti, Para que el mundo vea que eres necesaria. Que la gente que vive sin ti, Que no te conoce, No sabe lo que se pierde. Yo voy a estar ahí Para que, Con ayuda de más personas, Consigamos hacer desaparecer a quien tanto Nos ha hecho y nos hace sufrir,</p>	Fotocopias del Poema “Violeta”	10 min.

	<p>A nuestro enemigo común. Violeta: Yo voy a estar ahí, Como mucha otra gente, Para que no te destruyan. Porque tú ya eres poderosa, Pero juntas lo somos más.</p>		
--	---	--	--

SEGUNDA SESIÓN: “NOMBRAR LAS VIOLENCIAS”

Objetivos:

- Analizar la desigualdad e inequidad en la construcción de la identidad femenina en el sistema patriarcal
- Reconocer la causa y efectos de las violencias contra la mujer a partir de sus historias de vida
- Diseñar un plan de seguridad

Temas y aspectos	Procedimiento	Materiales	Tiempo
------------------	---------------	------------	--------

<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida • Cohesión grupal 	<p>1.La soga</p> <p>Se sienta en círculo a las participantes y la facilitadora les da la bienvenida, agradeciendo su participación.</p> <p>Con la ayuda de una soga, la facilitadora divide el espacio del salón en dos y se continúa bajo la siguiente consigna:</p> <p>“Quisiera que se ubiquen en uno de los dos espacios. Yo, inicialmente, indicaré algunas preguntas y ustedes deben saltar al otro lado si su respuesta es positiva.</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Quiénes nacieron en la ciudad? - ¿Quiénes solo tienen hermanos? - ¿Quiénes son hijas únicas? - ¿Quién es hermana mayor? - ¿Quiénes son madres? - ¿Quiénes trabajan asalariadamente (o trabajan la tierra)? - ¿Quiénes tuvieron miedo antes de venir a buscar ayuda? <p>Luego de cada movimiento, la facilitadora debe tomarse un momento para comprender la composición grupal, que se da como otro punto de partida para seguir preguntando. Por ejemplo: a cada una de las mujeres del subgrupo “hermanas mayores” puede preguntar sobre su rol y su sentir. También según las respuestas de las mujeres ella puede preguntar algo al grupo que no saltó. Por ejemplo: con la pregunta quiénes nacieron en la ciudad, ella puede preguntar a cada una del subgrupo que no saltó, dónde nació.</p> <p>Para continuar, se da la siguiente consigna:</p> <p>“Ahora, quisiera que ustedes, voluntariamente, se sitúen en la línea de división donde yo me encuentro, y puedan formular sus propias preguntas al grupo”. La facilitadora promueve la participación de las mujeres y termina este ejercicio con una reflexión sobre la diversidad de experiencias de vida, como también sobre las características en común.</p>	<p>Soga de 4 metros.</p>	<p>30 min.</p>
---	---	--------------------------	----------------

<ul style="list-style-type: none"> • Construcción de identidades y roles de género • La violencia contra la mujer • Violencia en la familia • Tipos de violencia • Factores de mantención de la violencia 	<p>2. Proyección de cortometraje Se proyecta el cortometraje. Luego, se divide a las mujeres en subgrupos, de acuerdo con el número de participantes. La facilitadora da la consigna de realizar el análisis del video, a partir de las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cuáles son las características de los personajes: comportamiento, ocupación, expresiones, etc.? - ¿Qué entendemos por violencia? - ¿Cuáles son las causas de la violencia? - ¿Cuáles son los efectos de la violencia? <p>Reflexión: después del trabajo en grupos se hace la socialización donde se debe promover la síntesis de las respuestas de los grupos. Posteriormente, se desarrolla una reflexión en torno a todas las respuestas, relacionando los diferentes tipos de violencias con el “ser mujer”, como una construcción social y cultural patriarcal.</p>	<p>Cortometraje sobre violencia en la familia de aproximadamente 15 min. de duración. Proyectora Parlantes Papelógrafos Marcadores Maskin</p>	<p>90 min.</p>
--	---	---	----------------

<ul style="list-style-type: none"> • Plan de seguridad 	<p>3. Elaboración del plan de seguridad En círculo se presentan preguntas para que las mujeres reflexionen, primero individualmente:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cuándo crees que la vida de una mujer está en peligro? - ¿Qué debe hacer una mujer ante una situación de peligro en su relación de pareja? - ¿Cómo sabe una mujer que ha llegado la hora de abandonar a su pareja y buscar seguridad? - ¿Qué debe tener preparado la mujer? <p>Posteriormente, en el grupo grande con una lluvia de ideas se elabora un “plan de seguridad” tomando en cuenta las reflexiones anteriores, éste debe estar plasmado en un papelógrafo.</p> <p>Reflexión: La facilitadora debe resaltar los puntos centrales y las medidas factibles según diferentes situaciones de violencia.</p>	<p>Pizarra o papelógrafos Marcadores. Maskin Hojas Bolígrafos</p>	<p>45 min.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Cohesión grupal 	<p>4. Estrella de la Confianza La facilitadora invita a las mujeres a formar un círculo de pie. Solicita que se enumeren en 1 y 2 y que se tomen del brazo. Luego, pide a las mujeres que cuando ella indique, las que son número uno se incline hacia adelante, y las que son número dos, hacia atrás, este movimiento deben realizarlo todas las mujeres al mismo tiempo. Después se pedirá que hagan el movimiento de forma invertida, el número</p>	<p>Ninguno</p>	<p>15 min.</p>

	uno hacia atrás y el número dos hacia adelante. Deben hacer la inclinación con todo su cuerpo, seguro de que las sujetan sus compañeras. De esta forma se crea la estrella de la confianza.		
--	---	--	--

TERCERA SESIÓN: “NOMBRAR LAS VIOLENCIAS”

Objetivos:

- Reconocer las consecuencias negativas de la violencia en pareja a nivel personal: pensamientos, sentimientos y conductas.
- Identificar la dinámica de los pensamientos distorsionados en la mantención de la relación violenta.

Temas y aspectos	Procedimiento	Materiales	Tiempo
<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida • Cohesión grupal • Recuperación de aprendizajes 	<p>1. El encuentro: Recuperando aprendizajes</p> <p>Las participantes se sientan en círculo y la facilitadora da la bienvenida, agradeciendo su participación. Se da la siguiente consigna: Nuestra “amiga curiosa” quiere compartir con ustedes cómo les ha ido durante estos días desde el último encuentro y qué aprendizajes han podido recuperar de la anterior sesión. Cada una de ustedes puede agarrarla de manera voluntaria”. La facilitadora debe promover la expresión espontánea, atendiendo las necesidades emocionales afectivas, reforzando, retroalimentando y conteniéndolas.</p>	“Amiga Curiosa” (un objeto intermediario que ayuda a expresarse)	30 min.
<ul style="list-style-type: none"> • Consecuencias de la violencia de pareja en el pensar, sentir y en las relaciones interpersonales 	<p>2. Cómo afectan las violencias</p> <p>Se divide a las mujeres en grupos pequeños y se les solicita poder reflexionar bajo las siguientes frases estímulo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo afecta a la mujer en su individualidad, la violencia de pareja? - ¿Cómo afecta a las hijas/os? - ¿Cómo afecta a las familias? <p>Cada grupo debe anotar un resumen de respuestas las cuales se comparten en el círculo. La facilitadora debe agrupar las respuestas e identificar las diferentes áreas de afectación en una pizarra o papelógrafo. Es de interés poder identificar con claridad los diferentes niveles de afectación a nivel individual: sentimientos, pensamientos, conductas, ya que se profundizará a nivel cognitivo a lo largo de la</p>	Pizarra Papelógrafos	20 min

	sesión.								
<ul style="list-style-type: none"> Consecuencias de la violencia de pareja: pensamientos distorsionados 	<p>3. Identificación de la situación de violencia</p> <p>En círculo se pide a las mujeres: “Quisiera que piensen en una situación concreta, dentro de la relación de violencia de pareja por la que han venido a buscar ayuda. Pueden pensar en: - ¿Qué fue lo que pasó exactamente? - ¿En qué lugar sucedió? - ¿En qué momento del día sucedió? - ¿Había alguien más en la escena o cerca de la escena?</p> <p>La facilitadora debe enfatizar la necesidad de que la mujer escoja una situación concreta, particular y específica. Cada una debe compartir su situación elegida con el resto del grupo y en un esfuerzo de síntesis ponerle un nombre o un título. Se solicita que en círculo cada mujer comparta el título de esa situación identificada, la facilitadora debe anotar los títulos en un lugar visible: pizarra o papelógrafo, con el siguiente formato:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>ACONTECIMIENTO ACTIVADOR Título de la representación</th> <th>INTERPRETACIÓN Pensamiento</th> <th>CONSECUENCIA Sentir</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Situación concreta de violencia elegida por la mujer: los títulos que expresaron las mujeres</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	ACONTECIMIENTO ACTIVADOR Título de la representación	INTERPRETACIÓN Pensamiento	CONSECUENCIA Sentir	Situación concreta de violencia elegida por la mujer: los títulos que expresaron las mujeres			<p>Papelógrafos</p> <p>Marcadores</p>	20 min
ACONTECIMIENTO ACTIVADOR Título de la representación	INTERPRETACIÓN Pensamiento	CONSECUENCIA Sentir							
Situación concreta de violencia elegida por la mujer: los títulos que expresaron las mujeres									
<ul style="list-style-type: none"> Identificación de pensamientos distorsionados en la mujer sobre la violencia 	<p>4. Identificación de pensamientos distorsionados</p> <p>La facilitadora debe explicar la lógica de la dinámica del pensamiento, la conducta y la emoción y su influencia mutua. La facilitadora pedirá a una de las participantes que describa la última situación conflictiva que tuvo con su pareja, se identificarán en este ejemplo los componentes desde el modelo cognitivo. La facilitadora explica al grupo cuáles son las características de los pensamientos distorsionados o disfuncionales, los cuáles pueden estar presente al momento de que la mujer intente explicarse la situación de violencia que le tocó vivir. Este momento es importante porque se estará introduciendo a la explicación e identificación de lo que es un pensamiento distorsionado y la</p>	<p>Sillas, papelógrafos Pizarra</p> <p>Marcadores Maskin</p>	50 min.						

influencia que tiene en la generación de emociones y conductas desadaptativas, disfuncionales.

La facilitadora acomoda tres sillas, asignando a cada una un tipo de pensamiento

distorsionado:

- Idealización (él sabe siempre cómo manejar las cosas)
- Minimización (me golpeó, pero no ha sido muy grave)
- Catastrófico (sin él todo me va a salir mal) Se trabaja con la siguiente consigna:

“Cada una de ustedes escoja, por favor, cuál de las sillas (tipos de pensamiento distorsionado)

está relacionado con la situación específica de violencia de pareja que han escogido en el momento

anterior, luego de decidirlo, sitúese en el lugar correspondiente”.

Una vez que las mujeres hayan tomado una posición, se solicita a dos o tres de ellas que puedan compartir sus pensamientos identificados y el porqué. Luego, en círculo, cada una de las mujeres comparte su pensar y sentir en el ejercicio realizado.

La facilitadora anota en el mismo lugar que usó anteriormente para los títulos, el tipo de pensamientos distorsionados identificados por cada mujer.

ACONTECIMIENTO ACTIVADOR Título de la representación	INTERPRETACIÓN Pensamiento	CONSECUENCIA Sentir
Situación concreta de violencia elegida por la mujer: los títulos que expresaron las mujeres.	Apuntar pensamientos distorsionados asociados a la situación: idealización, minimización, catastrófico	

<ul style="list-style-type: none"> • Comprobación de pensamientos distorsionados e identificación de pensamientos alternativos. 	<p>5. Pensar, sentir y actuar</p> <p>La facilitadora con un maskin divide un espacio del salón en tres partes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Un espacio para el acontecimiento - Un espacio para el pensamiento - Un espacio para los sentimientos <p>Se solicita a una o dos voluntarias, poder trabajar su caso bajo la siguiente consigna: “Quiero que en los espacios que he marcado en el piso, te sitúes en el lugar del “acontecimiento” y nos repitas el título que le has dado a tu situación de violencia de pareja.</p> <p>Luego, quisiera que te coloques en el espacio del “pensamiento” y puedas describir cuál es el pensamiento distorsionado que has identificado a partir de tu situación vivida. Luego, avanza hacia el lugar de los “sentimientos” y verbaliza qué te hace sentir este pensamiento”.</p> <p>La facilitadora debe anotar los sentimientos expresados en el mismo papelógrafo en la columna respectiva.</p> <p>Posteriormente se le invita a descubrir otro camino “posible” para lo cual la facilitadora invita:</p> <p>“Quisiera que, por favor, vuelvas a pararte en el espacio de la situación de violencia escogida”:</p>		50 min.
<p>ACONTECIMIENTO ACTIVADOR Título de la representación</p>	<p>INTERPRETACIÓN Pensamiento o</p>	<p>CONSECUENCIA Sentir</p>	
<p>Situación concreta de violencia elegida por la mujer: los títulos que expresaron las mujeres.</p>	<p>Apuntar pensamientos distorsionados asociados a la situación: idealización, minimización, catastrófico</p>	<p>Sentimiento generado a partir de la situación y el pensamiento asociado.</p>	

	<p>¿Es realista el pensamiento que antes habías escogido?</p> <p>- ¿puedes notar que la forma de sentir que tienes es consecuencia también de cómo piensas?</p> <p>La riqueza del ejercicio consiste en poder movilizar a la mujer en otras opciones de pensamiento, esto se puede lograr haciendo algunas preguntas que contrasten las respuestas que surjan en la mujer, esto se combina con el movimiento de su propio cuerpo en otro lugar que no sea el ocupado por el espacio del pensamiento distorsionado.</p> <p>La facilitadora motiva a las mujeres del grupo a estar atentas y conectadas con sus propios caminos posibles.</p> <p>Reflexión: Es importante que la facilitadora integre los tres momentos vividos en el ejercicio y su importancia para el reconocimiento de las consecuencias de la violencia en la vida personal actual y su capacidad de desarrollar pensamientos y sentimientos más adaptativos. También se debe resaltar los aspectos nuevos que pueda haber surgido a nivel emocional.</p>		
<ul style="list-style-type: none"> • Cohesión grupal 	<p>6. Pozo de los deseos</p> <p>Se solicita a las participantes que, para formar el pozo de los deseos, forman un círculo de pie, extiendan el brazo izquierdo y se tomen del dedo pulgar. Dentro del pozo deben lanzar sus buenos deseos para sí mismas y el grupo a partir de lo aprendido durante la sesión.</p>	Ninguno	10 min.

CUARTA SESIÓN: “TRENZANDO HISTORIAS”

Objetivos:

- Construir el concepto de la autoestima individual y colectiva.
- Reconocer las consecuencias negativas de la violencia en la autoestima.

Temas y aspectos	Procedimiento	Materiales	Tiempo
------------------	---------------	------------	--------

<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida • Cohesión grupal • Recuperación de aprendizajes 	<p>1. El encuentro: Recuperando aprendizajes</p> <p>Las participantes se sientan en círculo y la facilitadora da la bienvenida, agradeciendo su participación.</p> <p>Se da la siguiente consigna:</p> <p>Nuestra “amiga curiosa” quiere compartir con ustedes cómo les ha ido durante estos días desde el último encuentro y qué aprendizajes han podido recuperar de la anterior sesión. Cada una de ustedes puede agarrarla de manera voluntaria”.</p> <p>La facilitadora debe promover la expresión espontánea, atendiendo las necesidades emocionales afectivas, reforzando, retroalimentando y conteniéndolas.</p>	<p>“Amiga curiosa”</p>	<p>30 min.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Percepción del cuerpo • Conexión con el cuerpo • Relajación 	<p>2.Trabajo corporal</p> <p>Despertar el cuerpo:</p> <p>Se invita a las mujeres a ponerse de pie, formar un círculo e iniciar un automasaje con las siguientes consignas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Sacudan las manos. Con la mano derecha ahuecada golpeen suavemente todo el brazo, desde las puntas de las uñas hasta llegar a los hombros. Regresen a las puntas de las uñas y golpeen ahora la palma de la mano y luego el brazo interior hasta llegar a los lados del dorso. Luego, cambiamos la mano y repetimos el mismo ejercicio con el brazo derecho”. - “Seguimos con los riñones, dándoles calor masajeando con las dos palmas de nuestras manos”. - “Bajamos y golpeamos suavemente con las manos ahuecadas los glúteos.” - “Seguimos con los golpes suaves dando un masaje a nuestra pierna derecha de arriba abajo, terminando con un masaje al pie derecho con nuestros puños y terminamos el masaje a nuestra pierna subiendo del pie hasta el muslo, siempre con golpecitos suaves. El mismo masaje le damos a la pierna izquierda”. - “Con las dos palmas de las manos le damos un masaje circular a nuestro estómago e intestinos”. - “Lentamente subimos hacia el pecho y con las yemas de los dedos damos un masaje como si se tocara un tambor”. - “Ahora, toca el masaje de los hombros: empezamos con el lado izquierdo, con las yemas de los dedos de la mano derecha masajeamos con círculos pequeños (como si fuera masa de pan) el 	<p>Ninguno</p>	<p>20 min.</p>

	<p>hombro izquierdo, haciendo un poco más de presión donde sentimos tensión. Lo mismo hacemos con el hombro derecho.”</p> <ul style="list-style-type: none">- “El masaje del cuello es delicado, por ello muy suavemente, con las yemas de los dedos subimos y bajamos dándole un masaje agradable, sin presión. Terminamos subiendo el masaje con los dedos a nuestra cabeza y disfrutamos un masaje de lluvia, golpeando suavemente con las yemas de los dedos la cabeza. Si desean pueden cerrar los ojos.- “Ahora toca el masaje facial, damos un masaje circular con las palmas de las manos a nuestros cachetes”.- “El despertar de nuestro cuerpo termina con las orejas, una después de la otra: con el pulgar e índice amasamos desde abajo hacia arriba toda la oreja. Se repite tres veces y después cambiamos a la otra oreja”.- “Sacudimos las manos al aire y terminamos”.		
--	---	--	--

<ul style="list-style-type: none"> • Percepción del cuerpo • Conexión con el cuerpo • Relajación 	<p>Saludo al sol</p> <p>La facilitadora inicia con la siguiente consigna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Párense en un lugar de la sala que le guste y donde tengan suficiente espacio para moverse”. - “Nos paramos con los pies bien firmes, paralelos a la anchura de la cadera”. - “Ahora nos agachamos y colocamos las dos manos al lado interior de las rodillas. Exhalamos tres veces, muy fuertemente y con sonido.” - “Inhalando subimos lentamente nuestro cuerpo y los brazos suben abriéndose hacia los lados al ritmo de la inhalación, con energía hasta arriba. - “Luego, exhalamos y bajamos los hombros manteniendo los brazos alzados”. - “Al inhalar por la nariz, extendemos el cuerpo al lateral derecho y al exhalar, por la nariz, regresamos al centro. Es importante no mover los brazos, sino el cuerpo. Con las siguientes inhalaciones y exhalaciones extendemos el cuerpo hacia la izquierda, derecha, hacia atrás y hacia adelante. Los movimientos van al ritmo de la respiración. Las rodillas siempre están un poco dobladas”. - “Estamos inclinadas hacia adelante, la cabeza debe estar suelta, respiramos tranquilamente por la nariz. Con la próxima inhalación, levantamos el brazo derecho hacia arriba y a la vez fijamos la mirada en las uñas de la mano derecha. Levantamos el brazo solo hasta donde podamos ver las uñas, aguantamos un momento y exhalamos bajando el brazo.” - “Con la próxima inhalación hacemos el mismo movimiento, con el brazo izquierdo”. - “Estamos inclinadas hacia adelante y respiramos tranquilamente por la nariz. Las rodillas siempre están un poco inclinadas”. - “Con la próxima inhalación, extendemos los dos brazos abriéndolos al mismo tiempo, inclinamos las piernas para lograr una espalda recta, levantamos la cabeza. Aguantamos un momento esta posición y nos imaginamos que somos el cóndor y volamos por los Andes. Exhalamos bajando los brazos y descansamos unas respiraciones siempre inclinadas hacia delante”. - “Con la próxima inhalación extendemos los dos brazos al mismo tiempo hacia adelante, las manos deben estar estiradas, inclinando las rodillas, subiendo un poco los glúteos para lograr una espalda recta. Aguantamos un momento la posición y nos imaginamos que somos una flecha poderosa que nos defiende. Exhalamos bajando los brazos, respirando siempre inclinadas hacia delante. 	Ninguno	20 min.
---	---	---------	---------

	<p>- “Con la próxima inhalación subimos muy lentamente, subiendo los brazos abiertos, estirándolos. Exhalando, bajamos los hombros ¡solo los hombros!”.</p> <p>Este ejercicio se repite tres veces.</p> <p>Reflexión: La facilitadora termina esta parte con un corto intercambio sobre cómo se han sentido durante y después del ejercicio. Resalta que un cuerpo flexible ayuda a transformar pensamientos rígidos y tener respuestas más flexibles. Invita a las mujeres a ensayar este ejercicio cada mañana.</p>		
<ul style="list-style-type: none"> • Autoestima individual • Autoestima colectiva 	<p>3.Juego de autoestima</p> <p>La facilitadora introduce a la técnica enfatizando el haber tomado contacto con el propio cuerpo, lo que permite una mayor conciencia de las mujeres sobre sí mismas. Utilizando la cinta maskin marca en el piso del salón una línea, en ella marca tres posiciones: en un extremo un signo positivo, al centro los signos más y menos, y en el otro extremo el signo negativo. Luego lanza la siguiente consigna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “De acuerdo con las frases que escuchen, vayan colocándose en el signo que más identifican cómo se sienten o piensan: - ¿Conozco mis habilidades, para qué soy buena? - ¿Conozco qué cosas no puedo hacer, cuáles son mis limitaciones? - ¿Puedo cuidar de mí misma? 	Maskin	50 min.

<ul style="list-style-type: none"> • Autoestima individual • Autoestima colectiva 	<ul style="list-style-type: none"> - ¿Puedo cuidar a seres cercanos/os? - ¿Soy solidaria con otras mujeres? - ¿Hago algo que me enorgullece? - ¿Conozco la historia de mi madre o abuela? - ¿Conozco la historia de mi padre o abuelo? - ¿Cómo te afecta cuando te dicen que no te quieren? - ¿Te afecta cuando te dicen fea? - ¿Te afecta cuando no te toman en cuenta para las decisiones? Luego que las participantes se sitúen en la línea de acuerdo con su elección, se les pregunta el porqué de su opción. <p>Reflexión: Las participantes en grupo socializan respecto de cómo se han sentido en la técnica. La facilitadora ayuda a identificar los factores que construyen la autoestima organizándolos desde el plano relacional, familiar, laboral y social.</p>	Maskin	50 min.
<ul style="list-style-type: none"> • Autoestima individual • Autoestima colectiva 	<p>4.Trabajo grupal</p> <p>Se conforman cuatro grupos, a los que se solicita reflexionar bajo las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué entienden por autoestima? - ¿Cómo creen que se construye? - ¿Las experiencias vividas desde la niñez tendrán algo que ver en esta construcción? ¿cómo? - ¿Qué entienden por autoestima colectiva? <p>Reflexión: Desde las historias de vida, se hace una reflexión grupal sobre la autoestima, sus componentes y formas de construcción, tanto a nivel individual como colectiva. La facilitadora recuerda las reflexiones del segundo taller, sobre los diferentes tipos de violencia, las relaciona con el “ser mujer “y la autoestima en la cultura y sociedad patriarcal.</p>	Hojas de papel Bolígrafos	60 min.
<ul style="list-style-type: none"> • Motivación al cambio 	<p>5. Lo que me llevo de aprendizaje</p> <p>Se solicita a las mujeres que, para cerrar la sesión, se pongan de pie y caminen lentamente y se lanza la siguiente consigna:</p> <p>“Quisiera por favor que mientras caminan, elijan cuál es el aprendizaje más importante para ustedes luego de esta sesión. Cuando tengan su elección, dejen de caminar”.</p> <p>Cuando todo el grupo se haya detenido, la facilitadora solicita a cada una de las mujeres que comparta su aprendizaje, primero verbalmente, y luego pueda realizar una expresión corporal: imagen congelada, movimiento corporal u otro, que la mujer desee.</p>	Ninguno	20 min.

QUINTA SESIÓN: “TRENZANDO HISTORIAS”

Objetivos:

- Construir en grupo el concepto de la autoestima individual y colectiva.
- Reconocer las consecuencias negativas de la violencia en la autoestima.

Temas y aspectos	Procedimiento	Materiales	Tiempo
<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida • Cohesión grupal • Recuperación de aprendizajes 	<p>1.El encuentro: Recuperando aprendizajes.</p> <p>Las participantes se sientan en círculo y la facilitadora da la bienvenida, agradeciendo su participación. Se da la siguiente consigna:</p> <p>Nuestra “amiga curiosa” quiere compartir con ustedes cómo les ha ido durante estos días desde el último encuentro y qué aprendizajes han podido recuperar de la anterior sesión. Cada una de ustedes puede agarrarla de manera voluntaria”.</p> <p>La facilitadora debe promover la expresión espontánea, atendiendo las necesidades emocionales afectivas, reforzando, retroalimentando y conteniéndolas.</p>	“Amiga Curiosa”	30 min.

<ul style="list-style-type: none"> • Autopercepción del cuerpo • Conexión con el cuerpo • Relajación 	<p>2.Trabajo corporal</p> <p>Despertar el cuerpo:</p> <p>Se invita a las mujeres a ponerse de pie, formar un círculo e iniciar un automasaje con las siguientes consignas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Sacudan las manos. Con la mano derecha ahuecada golpeen suavemente todo el brazo, desde las puntas de las uñas hasta llegar a los hombros. Regresen a las puntas de las uñas y golpeen ahora la palma de la mano y luego el brazo interior hasta llegar a los lados del dorso. Luego, cambiamos la mano y repetimos el mismo ejercicio con el brazo derecho”. - “Seguimos con los riñones, dándoles calor masajeando con las dos palmas de nuestras manos”. - “Bajamos y golpeamos suavemente con las manos ahuecadas los glúteos”. - “Seguimos con los golpes suaves dando un masaje a nuestra pierna derecha de arriba abajo, terminando con un masaje al pie derecho con nuestros puños y terminamos el masaje a nuestra pierna subiendo del pie hasta el muslo, siempre con golpecitos suaves. El mismo masaje le damos a la pierna izquierda”. - “Con las dos palmas de las manos le damos un masaje circular a nuestro estómago e intestinos.” - “Lentamente subimos hacia el pecho y con las yemas de los dedos damos un masaje como si se tocara un tambor”. 	Ninguno	30 min
---	---	---------	--------

	<ul style="list-style-type: none"> - “Ahora, toca el masaje de los hombros: empezamos con el lado izquierdo, con las yemas de los dedos de la mano derecha masajeamos con círculos pequeños (como si fuera masa de pan) el hombro izquierdo, haciendo un poco más de presión donde sentimos tensión. Lo mismo hacemos con el hombro derecho”. - “El masaje del cuello es delicado, por ello muy suavemente, con las yemas de los dedos subimos y bajamos dándole un masaje agradable, sin presión. Terminamos subiendo el masaje con los dedos a nuestra cabeza y disfrutamos un masaje de lluvia, golpeando suavemente con las yemas de los dedos la cabeza. Si desean pueden cerrar los ojos. - “Ahora toca el masaje facial, damos un masaje circular con las palmas de las manos a nuestros cachetes”. - “El despertar de nuestro cuerpo termina con las orejas, una después de la otra: con el pulgar e índice amasamos desde abajo hacia arriba toda la oreja. Se repite tres veces y después cambiamos a la otra oreja.” - “Sacudimos las manos al aire y terminamos”. <p>Saludo al sol</p> <p>La facilitadora inicia con la siguiente consigna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Párense en un lugar de la sala que le guste y donde tengan suficiente espacio para moverse”. - “Nos paramos con los pies bien firmes, paralelos a la anchura de la cadera”. - “Ahora nos agachamos y colocamos las dos manos al lado interior de las rodillas. Exhalamos tres veces, muy fuertemente y con sonido”. - “Inhalando subimos lentamente nuestro cuerpo y los brazos suben abriéndose hacia los lados al ritmo de la inhalación, con energía hasta arriba”. - “Luego, exhalamos y bajamos los hombros manteniendo los brazos alzados”. - “Al inhalar por la nariz, extendemos el cuerpo al lateral derecho y al exhalar, por la nariz, regresamos al centro. Es importante no mover los brazos, sino el cuerpo. Con las siguientes inhalaciones y exhalaciones extendemos el cuerpo hacia la izquierda, derecha, hacia atrás y hacia adelante. Los movimientos van al ritmo de la respiración. Las rodillas siempre están un poco dobladas”. - “Estamos inclinadas hacia adelante, la cabeza debe estar suelta, respiramos tranquilamente por la nariz. Con la próxima inhalación, levantamos el brazo derecho hacia arriba y a la vez fijamos la mirada en las uñas de la mano 		
--	---	--	--

	derecha. Levantamos el brazo solo hasta donde podemos ver las uñas, aguantamos un momento y exhalamos bajando el brazo”.		
--	--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> - “Con la próxima inhalación hacemos el mismo movimiento, con el brazo izquierdo”. - “Estamos inclinadas hacia adelante y respiramos tranquilamente por la nariz. Las rodillas siempre están un poco inclinadas”. - “Con la próxima inhalación, extendemos los dos brazos abriéndolos al mismo tiempo, inclinamos las piernas para lograr una espalda recta, levantamos la cabeza. Aguantamos un momento esta posición y nos imaginamos que somos el Cóndor y volamos por los Andes. Exhalamos bajando los brazos y descansamos unas respiraciones siempre inclinadas hacia delante”. - “Con la próxima inhalación extendemos los dos brazos al mismo tiempo hacia adelante, las manos deben estar estiradas, inclinando las rodillas, subiendo un poco los glúteos para lograr una espalda recta. Aguantamos un momento la posición y nos imaginamos que somos una flecha poderosa que nos defiende. Exhalamos bajando los brazos, respirando siempre inclinadas hacia delante”. - “Con la próxima inhalación subimos muy lentamente, subiendo los brazos abiertos, estirándolos. Exhalando, bajamos los hombros, ¡solo los hombros!” <p>Este ejercicio se repite tres veces.</p> <p>Reflexión: La facilitadora termina esta parte con un corto intercambio sobre cómo se han sentido durante y después del ejercicio. Resalta que un cuerpo flexible ayuda a transformar pensamientos rígidos y tener respuestas más flexibles. Invita a las mujeres a ensayar este ejercicio cada mañana.</p>		
--	---	--	--

<ul style="list-style-type: none"> • Autoimagen • Repercusiones de las violencias en la autoestima 	<p>3.Autoimagen y autoconcepto</p> <p>En círculo se pide a cuatro voluntarias que puedan dibujar dos siluetas de mujeres en papelógrafos. En una de las siluetas se trabajarán los mandatos sobre el ser mujer y en la otra silueta los deseos de las mujeres sobre el tipo de mujer que quieren ser, bajo las siguientes consignas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Quisiera que dos voluntarias puedan dibujar su silueta en uno de los papelógrafos y otras dos mujeres puedan realizar el mismo ejercicio en el otro papelógrafo”. - Al terminar, se reparte a cada una de las mujeres dos tarjetas de color diferente, se les solicita: - “En una de las tarjetas, quisiera que escriban una palabra o frase sobre un mandato o mensaje que recuerden sobre lo que les han dicho de cómo debe ser una mujer, este mandato pueden haberlo escuchado en su infancia o adolescencia, en su familia, escuela o grupo de amigas”. <p>Cuando tengan anotado su mandato de “cómo debe ser una mujer” cada una de ellas deberá leerlo en voz alta y poner su tarjeta en algún lugar del cuerpo de una de las siluetas anteriormente dibujadas.</p> <p>Luego, se procederá a solicitar:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Quisiera que, en la otra tarjeta, puedan anotar una palabra o una frase que refleje como ustedes desean o creen que debería ser una mujer” es importante resaltar que esta frase debe nacer del deseo de cada una de las mujeres. <p>Luego cada una deberá leer en voz alta su palabra o frase y colocar esa tarjeta en el lugar del cuerpo de la mujer que consideran que debe estar.</p> <p>Luego en círculo la facilitadora debe promover una reflexión sobre las dos siluetas, primero identificando cómo se consolidan los mandatos sociales y culturales del “ser mujer” y haciendo una posterior comparación con el tipo de mujer que el grupo construyó desde el deseo.</p> <p>Para cerrar cada mujer puede recoger una de las tarjetas de la silueta de la mujer de los deseos, que guste llevarse consigo.</p>	<p>Hojas Lápices negros Lápices de color Borrador</p>	<p>90 min.</p>
--	---	---	----------------

<ul style="list-style-type: none"> • Autoimagen • Repercusiones de las violencias en la autoestima 	<p>Reflexión: Se deben identificar e integrar aspectos de la construcción de la identidad femenina negativos para la autoestima y autoimagen de las mujeres, teniendo el cuidado necesario sobre las intervenciones de cada una, ya que reflejaran la historia personal de cada una. Se debe manejar el componente de autoimagen desde el aspecto físico, pero sobre todo desde el concepto de ser mujer integrado a la autoestima colectiva y finalmente relacionarlo con la propia experiencia de violencia de pareja y cómo esta influyen en la percepción de cada una sobre sí misma y sobre su cuerpo.</p>	<p>Hojas Lápices negros Lápices de color Borrador</p>	<p>90 min.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Reelaboración de la autoimagen • Motivación al cambio 	<p>4.Reelaborar Se solicita a cada participante que pueda cerrar los ojos y concentrarse en la voz que escucharán a continuación, se da lectura con voz alta y clara a las siguientes frases:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Escúchate a ti misma, confía en tu propia voz - Analiza con cuidado las opiniones de los demás, pero recuerda que tú eres quien debe tomar la última decisión acerca de ti. - Ríe mucho, ríe siempre que puedas. - Busca compartir momentos de confianza con mujeres. - Ponte metas realistas, y procura cumplirlas. - Date la oportunidad de conocerte y saber cuáles son tus debilidades y cuáles son tus fortalezas. - Tu cuerpo es tu primer territorio de vivencia y de defensa, puedes cuidarlo. 		<p>10 min.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Consolidación de la reelaboración • Motivación al cambio 	<p>5. Dar, compartir y amar Se ponen los símbolos de papel en el centro del círculo y se pide a las participantes que le otorguen significantes a cada símbolo, por ejemplo: una nube significaría un objetivo, un corazón podría significar el amor que una debe darse a sí misma. Luego, solicita que cada una pueda regalar, prender con un alfiler, los símbolos que desee a sus compañeras. La facilitadora debe respetar los significantes que quiera darle el grupo a cada símbolo. Reflexión: Se hace la reflexión dirigida a la importancia del amor por una misma y del género femenino como elementos fundamentales del fortalecimiento y mantención de la autoestima. Con esta reflexión y un abrazo grupal, el grupo se despide hasta la próxima sesión.</p>	<p>Estrellas, corazones, velas, nubes, soles de papel u otros símbolos. Alfileres</p>	<p>20 min.</p>

SEXTA SESIÓN: “SE HACE CAMINO AL ANDAR Y AL CAMBIAR”

Objetivos:

- Identificar el tipo de orientación hacia problemas.
- Identificar el sentido de autoeficacia en el proceso de resolución de problemas.

Temas y aspectos	Procedimiento	Materiales	Tiempo
<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida • Cohesión grupal • Recuperación de aprendizajes 	<p>1. El encuentro: Recuperando aprendizajes</p> <p>Las participantes se sientan en círculo y la facilitadora da la bienvenida, agradeciendo su participación.</p> <p>Se da la siguiente consigna: Nuestra “amiga curiosa” quiere compartir con ustedes cómo le ha ido durante estos días desde el último encuentro y qué aprendizajes han podido recuperar de la anterior sesión. Cada una de ustedes puede agarrarla de manera voluntaria”.</p> <p>La facilitadora debe promover la expresión espontánea, atendiendo las necesidades emocionales afectivas, reforzando, retroalimentando y conteniéndolas.</p>	<p>“Amiga curiosa”</p>	<p>30 min.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Entrenamiento en Relajación 	<p>2. Ejercicios de respiración</p> <p>Se invita a las mujeres ponerse de pie en un lugar escogido por ellas: “Quisiera que aprendan cuatro ejercicios de respiración, los cuales les van a ayudar a controlar la ansiedad, mejorar el sueño y relajarse cuando lo necesiten.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Primero van a pararse con los dos pies juntos, pero cruzados, las rodillas un poco flexionadas y se imaginan ser un bambú. Ahora se mueven en todas las direcciones y exploran la flexibilidad del bambú, de su cuerpo, les ayuda a tener flexibilidad en la mente, en la búsqueda de soluciones. También concéntrense en la respiración: inhalan por la nariz y exhalar también por la nariz. - Ahora, quisiera que separen los pies a la anchura de las caderas, para que estén paralelos y las rodillas flexionadas. Pongan las dos manos en su centro energético que se ubica arriba del ombligo. Inhalan por la nariz llenando su estómago con aire, aguantan un momento y exhalan lentamente por la boca. Con la próxima inhalación se imaginan inflar un globo: inhalan llenando el estómago con aire contando hasta dos, mantienen el aire y sin exhalar repiten la inhalación “un-dos”, manteniendo de nuevo el aire y una última tercera vez se inhala y terminan exhaland lentamente todo el aire por la boca. Este ejercicio se repite tres veces. - Luego, ponen la palma de la mano izquierda encima del pecho y la palma de la mano derecha 	<p>Música de relajación</p>	<p>20 min.</p>

	<p>debajo del pecho. Inhalan por la nariz llenando con aire el estómago contando a 1-2-3-4-5-6, mantienen el aire contando 1-2-3-4-5-6- y exhalan lentamente por la boca contando a 1-2-3-4-5- 6-7-8-9-10. Este ejercicio se repite tres veces.</p> <ul style="list-style-type: none"> - El cuarto ejercicio es para poder dormir o bajar el estrés. Controlen su postura, pies paralelos a la anchura de la cadera, rodillas un poco flexionadas, columna recta, hombros abajo. Inhalan por la nariz llenando el estómago de aire, la lengua tocando el paladar de arriba y cuentan a 1-2-3-4, mantienen el aire contando a 1-2-3-4- 5-6-7 y exhalan por la nariz lentamente contando a 1-2-3-4-5-6-7-8. Este ejercicio se repite cuatro veces. <p>Para terminar los ejercicios sacuden suavemente todo el cuerpo al exhalar fuerte por la boca. Repiten la sacudida tres veces.”</p>		
<ul style="list-style-type: none"> • Formas de orientación hacia el problema: positiva y negativa. 	<p>3. Animales diversos Se pide a las participantes que cada una pueda pensar por unos minutos bajo la siguiente pregunta:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Con qué animal te identificarías, en tu forma de reaccionar ante un problema? Luego se solicita que puedan verbalizar a todo el grupo el animal con el que se identificaron, la facilitadora hará dos grupos de animales según algunas características de los animales que hayan surgido: salvajes, domésticos, fieras, mansos. <p>Con los grupos formados, por ejemplo: grupo de animales salvajes y grupo de animales domésticos, se les pedirá que trabajen bajo la siguiente consigna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Quisiera que cada grupo pueda identificar cuáles son las características positivas y negativas de la forma de abordar los problemas que tienen según el tipo de animales con el que se hayan identificado” <p>Cada grupo deberá anotar en un papelógrafo de manera diferenciada lo negativo y lo positivo.</p> <p>Cuando se haya concluido, cada grupo deberá presentar en plenaria su análisis desarrollado.</p> <p>Reflexión: La facilitadora apoyada por los</p>	<p>Papelógrafos Marcadores</p>	<p>30 min.</p>

	<p>papelógrafos realizados por las participantes, identificará con énfasis, las formas de orientación ante los problemas, positiva, optimista, asertiva y por otro lado la orientación negativa. Se podrá visibilizar también las diferentes formas de afrontamiento que se puedan asociar: evitativo, agresivo, impulsivo y racional. Estas últimas se seguirán desarrollando en los ejercicios a continuación.</p>		
--	--	--	--

<ul style="list-style-type: none"> Identificación de estilo de afrontamiento 	<p>4.Reconocimiento de una situación problemática</p> <p>Se solicita al grupo ponerse de pie: “Cada una de ustedes camine en el espacio haciendo un esfuerzo por concentrarse en sí misma. Ahora, cada una piense en lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Imagina un problema de estos días, puede ser pequeño o complejo, tú decides cuál. <p>Luego piensa en:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo reaccionaste a ese problema? <p>Cuando se haya concluido con la reflexión individual, se invita a formar el círculo.</p> <p>La facilitadora, solicita que cada mujer pueda compartir el ejercicio realizado, enfocando en cuales fueron las reacciones de las mujeres ante el problema. Se debe anotar el tipo de reacción de las mujeres, agrupándolas en: Evitativo, Impulsivo y Racional.</p> <p>En el piso la facilitadora, con una maskin dibuja una línea en un extremo anota una letra E, en el otro extremo anota una letra I y al centro la letra R, solicita a las mujeres:</p> <p>“Quisiera que cada una de ustedes, reflexione sobre su reacción y se sitúa en algún lado de esta línea:</p> <ul style="list-style-type: none"> - La E significa, evadir, evitar, no hacer nada. - La I significa impulsividad, hacer sin pensar, hacer rápido. - La R, significa haber pensado en qué se puede hacer antes de actuar. - La A, significa haber reaccionado atacando, con agresión. <p>Cada una de ustedes, párese en el lugar de la línea que más se parece a su forma de reaccionar, háganlo de una forma personal, no se guíen por lo que hacen sus compañeras”.</p> <p>En cada movimiento la facilitadora debe motivar la socialización de las mujeres en sus experiencias. Se debe dar lugar a la explicación a detalle de la situación y la reacción.</p> <p>Luego se solicita pensar en otra situación concreta y volver a practicar el ejercicio.</p> <p>Para terminar, en círculo se comparten las experiencias durante el ejercicio. Reflexión: Para terminar, la facilitadora señala los diferentes estilos de respuesta a un problema, que pueden ser adaptativas o funcionales, como el estilo racional, o pueden ser de menor apoyo para solucionar un problema como el estilo impulsivo y evitativo.</p>	<p>Música de relajación Papelógrafos, maskin, marcadores</p>
---	--	---

	Evitación	Impulsividad	Racionalidad	Agresividad	
	Esquivar los problemas, postergar la solución, pasividad y dependencia.	Las personas pueden caracterizarse por la impulsividad, activos intentos de aplicar técnicas y estrategias de solución, tendiendo a ser impulsivos, descuidados,	Se refiere a la aplicación racional, deliberada sistemática y eficiente de las habilidades para solucionar problemas, incluyendo la definición y formulación del problema, la generación de alternativas, toma	Descargar resentimiento y agresividad sobre las otras personas. Actuar con alguna forma de agresión.	
		incompletos no previsibles.	de decisiones e implementación y verificación de la solución.		

<ul style="list-style-type: none"> • Autoeficacia • Autoestima 	<p>5. Autoeficacia</p> <p>El ejercicio de la autoeficacia se trabajará en dos momentos: La facilitadora inicia este nuevo trabajo con la siguiente consigna:</p> <p>“Quisiera que formen un círculo de pie y piensen en algo en lo que son muy capaces, algo que pueden hacer muy bien.”</p> <p>“Ahora, una por una entre al círculo, y compartan verbalmente cuál es su habilidad, luego, muéstrenlo con el cuerpo, como si lo estuvieran haciendo. Posteriormente ella sale y el grupo entra repitiendo sus movimientos, pero maximizándolos.”</p> <p>La mujer que entró, ahora desde afuera, verá su habilidad en grande, como si fuera un espejo gigante.</p> <p>Después que hayan pasado todas, la facilitadora invita al grupo a volver a sentarse y entra al segundo momento de reflexión. Ella coordina esta la fase con las siguientes preguntas generadoras:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cómo sabes que eres buena en eso? - ¿Qué hiciste para ser buena en eso? <p>Cada una de las mujeres comparte en grupo las respuestas a estas dos preguntas.</p> <p>Reflexión: La reflexión debe estar dirigida hacia experiencias positivas de resolver un problema, la creencia y confianza en su propia capacidad. La facilitadora debe hacer énfasis en qué si logró construir una habilidad en un campo, también puede llegar a hacerlo en otro campo, en el esfuerzo de reconocer y solucionar su problema.</p>	Ninguno	30 min.
<ul style="list-style-type: none"> • Reforzamiento • Motivación al cambio 	<p>6. Lo que llevo y lo que dejo</p> <p>La facilitadora pone en el centro del círculo un basurero, periódicos y al otro lado, una bolsa con dulces. Se solicita a cada mujer, que pueda utilizar el periódico para simbolizar algo que “deja” en el basurero a partir de la sesión y que tome un dulce simbolizando algo positivo que se lleva.</p> <p>De esta forma se cierra el encuentro.</p>	Basurero Periódicos Bolsa de dulces	20 min.

SÉPTIMA SESIÓN: “SE HACE CAMINO AL ANDAR Y AL CAMBIAR”

Objetivos:

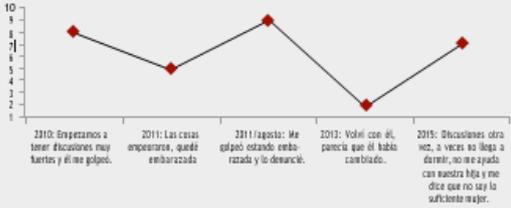
- Entrenar la identificación y formulación concreta de problemas
- Generar alternativas de solución

Temas y aspectos	Procedimiento	Materiales	Tiempo
------------------	---------------	------------	--------

<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida • Cohesión grupal • Recuperación de aprendizajes 	<p>1. El encuentro: Recuperando aprendizajes</p> <p>Las participantes se sientan en círculo y la facilitadora da la bienvenida, agradeciendo su participación.</p> <p>Se da la siguiente consigna: Nuestra “amiga curiosa” quiere compartir con ustedes cómo les ha ido durante estos días desde el último encuentro y qué aprendizajes han podido recuperar de la anterior sesión. Cada una de ustedes puede agarrarla de manera voluntaria”.</p> <p>La facilitadora debe promover la expresión espontánea, atendiendo las necesidades emocionales afectivas, reforzando, retroalimentando y conteniéndolas.</p>	<p>“Amiga curiosa”</p>	<p>30 min.</p>
---	--	------------------------	----------------

<ul style="list-style-type: none"> • Entrenamiento en relajación 	<p>2. Ejercicios de respiración</p> <p>Se invita a las mujeres ponerse de pie en un lugar escogido por ellas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Quisiera que aprendan cuatro ejercicios de respiración, los cuales les van a ayudar a controlar la ansiedad, mejorar el sueño y relajarse cuando lo necesiten. - Primero van a pararse con los dos pies juntos, pero cruzados, las rodillas un poco flexionadas y se imaginan ser un bambú. Ahora se mueven en todas las direcciones y exploran la flexibilidad del bambú, de su cuerpo, les ayuda a tener flexibilidad en la mente, en la búsqueda de soluciones. También concéntrense en la respiración: inhalan por la nariz y exhalar también por la nariz. - Ahora, quisiera que separen los pies a la anchura de las caderas, para que estén paralelos y las rodillas flexionadas. Pongan las dos manos en su centro energético que se ubica arriba del ombligo. Inhalan por la nariz llenando su estómago con aire, aguantan un momento y exhalar lentamente por la boca. Con la próxima inhalación se imaginan inflar un globo: inhalan llenando el estómago con aire contando hasta dos, mantienen el aire y sin exhalar repiten la inhalación “un-dos”, manteniendo de nuevo el aire y una última tercera vez se inhala y terminan exhalar lentamente todo el aire por la boca. Este ejercicio se repite tres veces. - Luego, ponen la palma de la mano izquierda encima del pecho y la palma de la mano derecha debajo del pecho. Inhalan por la nariz llenando con aire el estómago contando a 1-2-3-4-5-6, mantienen el aire contando 1-2-3-4-5- 6- y exhalar 	<p>Música de relajación.</p>	<p>30 min.</p>
---	---	------------------------------	----------------

	<p>lentamente por la boca contando a 1-2-3-4-5- 6-7-8-9-10. Este ejercicio se repite tres veces.</p> <ul style="list-style-type: none"> - El cuarto ejercicio es para poder dormir o bajar el estrés. Controlen su postura, pies paralelos a la anchura de la cadera, rodillas un poco flexionadas, columna recta, hombros abajo. Inhalan por la nariz llenando el estómago de aire, la lengua tocando el paladar de arriba y cuentan a 1-2-3- 4, mantienen el aire contando a 1-2-3-4-5-6-7 y exhalan por la nariz lentamente contando a 1-2-3-4-5-6-7-8. Este ejercicio se repite cuatro veces. <p>Para terminar los ejercicios sacuden suavemente todo el cuerpo al exhalar fuerte por la boca. Repiten la sacudida tres veces”.</p>		
<ul style="list-style-type: none"> • Definición y formulación del problema • Intensidad y repercusión de la violencia a través del tiempo y toma de decisiones. 	<p>3.Línea de vida</p> <p>Para la realización de la técnica se reparten papelógrafos y marcadores de tres colores a cada una de las participantes.</p> <p>La facilitadora explica y ejemplifica la técnica de la línea de vida ayudándose con una pizarra o un papelógrafo, bajo la siguiente consigna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “En el papelógrafo dibujen dos líneas, perpendiculares (ver ejemplo). - En la línea vertical se debe dibujar una escala enumerando del 1 al 10, donde 1 representa la menor intensidad de afectación emocional a partir de la situación concreta y 10 la máxima intensidad de afectación emocional. - En la línea horizontal se anotarán los momentos del problema, estos deben ser descritos de forma concreta. Estos momentos o variables internas o externas del problema, pueden ser descritos de forma cronológica en meses, años o días o de la forma que la mujer escoja. Sin embargo, la facilitadora debe cuidar que cada momento anotado sea una situación concreta. - Cada hito se debe puntuar de acuerdo con la intensidad, para luego unirlos puntos en una curva de dispersión”. 	<p>Papelógrafos, marcadores de colores, maskin.</p>	<p>60 min.</p>

<ul style="list-style-type: none"> • definición y formulación del problema • Intensidad y repercusión de la violencia a través del tiempo y toma de decisiones. 	<p>Ejemplo de "La línea de vida":</p>  <p>La facilitadora debe hacer seguimiento individual del trabajo de las mujeres y apoyar de inicio a fin a las mujeres que tengan dificultades con la lecto-escritura. Terminada la tarea se pide que cada participante pegue su papelógrafo en la pared. Se invita a todo el grupo a que recorran el salón y miren de forma detenida cada línea de vida.</p> <p>Reflexión: Con la participación voluntaria de 1 o 2 mujeres se pide que compartan su línea de vida, la facilitadora debe analizar cada situación planteada. Desde las curvas de dispersión se debe destacar la influencia de la mejor formulación y delimitación de los problemas, para una mejor identificación de soluciones de estos, lo que permite identificar el repertorio de soluciones practicadas y su resultado en la resolución del problema. De igual forma, se debe analizar y evidenciar la influencia del estado emocional en la toma de decisiones.</p> <p>Se debe tener el cuidado de validar cada una de las alternativas de solución utilizadas por las mujeres, y manejar las ansiedades frente a la posibilidad sensación de fracaso y poca tolerancia a la frustración.</p> <p>En caso de los grupos en el área rural, se debe realizar la técnica</p> <p>"La línea de vida" de la siguiente forma:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Con la lana se formará una línea en el piso que representará los años de vida de los participantes, para lo que la línea inicia 0 años y el final de la línea representa la edad actual de la participante mayor. Cada 10 años se pondrá una marca con maskin o tiza. - Las piedras representan las experiencias de violencia. A mayor tamaño, mayor intensidad de la violencia. - Cada participante deberá escoger una piedra por su tamaño de acuerdo con la intensidad de la experiencia de violencia, colocándola en la línea de según la edad en la que ocurrió el hecho, el cual contará a sus compañeras. 	<p>Papelógrafos, marcadores de colores, maskin.</p>	<p>60 min.</p>
---	---	---	----------------

<ul style="list-style-type: none"> Objetivos y metas realistas Generación de alternativas de solución 	<p>4.Lluvia de ideas</p> <p>Se solicita a las mujeres que puedan identificar alternativas de solución al problema planteado. Cada mujer, a partir de su línea de vida anteriormente desarrollada, hace el esfuerzo de identificar cuáles han sido las alternativas de solución empleadas y la efectividad o no de las mismas.</p> <p>Se solicita:</p> <ul style="list-style-type: none"> “Quisiera que cada una de ustedes, identifique en su línea de vida, aquellas soluciones que no han funcionado y el porqué. Luego, una a una tome uno de los papeles blancos, nombra las soluciones inútiles, estruje el papel blanco y lo tira a la basura”. <p>Cuando todas las mujeres hayan participado, se solicita:</p> <ul style="list-style-type: none"> “Cada una de ustedes imagine y comparta nuevas formas de solucionar su problema. Es importante que esta alternativa de solución parta también de sus deseos, pero de forma realista, atrevanse a imaginar una solución sin autocensura”. 	<p>Hojas de colores. Hojas blancas Basurero</p>	<p>50 min.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Objetivos y metas realistas Generación de alternativas de solución 	<p>La facilitadora debe motivar a una lluvia de ideas espontánea, evitando juicios o valoraciones anticipadas a la efectividad de la solución o no, ya que esto se valorará posteriormente.</p> <p>La facilitadora pone hojas de colores en medio del círculo y solicita:</p> <ul style="list-style-type: none"> “De todas las ideas que hemos escuchado, escojan una suya o no suya, que les parezca la más importante para solucionar su problema específico de pareja, cuando la hayan escogido, agarren un papel de color y compartan su conclusión y objetivo con esa elección”. <p>Las mujeres deben llevar el papel de color, ya que simbolizará su respuesta escogida, que podrán practicar durante la semana a manera de tarea.</p> <p>Reflexión: La facilitadora debe tomar un papel activo en identificar aquellos repertorios de solución:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aquellos que no han sido efectivos Aquellas nuevas alternativas propuestas por las mujeres, las cuales deben ser realistas y objetivas Aquellas posibles soluciones que no han sido propuestas o imaginadas. 	<p>Hojas de colores Hojas blancas Basurero</p>	<p>50 min.</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Cohesión grupal • Motivación al cambio 	<p>5. Regalo imaginario</p> <p>Tarea: se debe aplicar durante la semana la solución identificada en el ejercicio anterior.</p> <p>En círculo cada mujer debe regalar a su compañera de lado un regalo que ella considere importante para su semana, al momento de dárselo ella debe dibujar en el aire el regalo entregado.</p>		10 min.
---	---	--	---------

OCTAVA SESIÓN: “SE HACE CAMINO AL ANDAR Y AL CAMBIAR”

Objetivos:

- Promover la regulación emocional
- Entrenar la toma de decisiones dentro del proceso de resolución de problemas.
- Comprobar la utilidad de las decisiones.

Temas y aspectos	Procedimiento	Materiales	Tiempo
<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida • Revisión de la tarea asignada 	<p>1.El encuentro: Revisión de la tarea asignada</p> <p>La facilitadora da la bienvenida a la sesión agradeciendo el esfuerzo de cada una por participar. Se da la siguiente consigna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Vamos a hacer una revisión de la tarea asignada en la anterior sesión, para lo que les pido que cada una de ustedes pensar en cómo les fue con la práctica de la solución escogida a su problema.” <p>En el piso se dibuja con maskin una regla del 1 al 10. Los números 0, 5 y 10 están marcados.</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Ahora quisiera que se pongan de pie y cada una de ustedes se sitúe en algún lugar de esta regla, según la eficacia de su solución practicada, donde 1 significa “no sirvió para nada” y 10 “sirvió mucho”. Cuando ya estén situadas, por favor, compartan cómo se sienten estando en ese lugar”. <p>Las mujeres que no hayan practicado la tarea pueden quedarse sentadas y observar el ejercicio.</p>	Papelógrafo Marcadores Maskin	30 min.
<ul style="list-style-type: none"> • Regulación emocional 	<p>2. Regulación emocional</p> <p>Para iniciar la técnica se distribuye a cada participante cuatro hojas bond y un paquete de colores o crayones, y se les da la siguiente consigna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “A continuación van a escuchar una canción y quisiera que en una de las hojas que tienen, dibujen o pinten lo que para ustedes sea la tristeza”. Esta consigna se dará para cada una de las cuatro emociones a trabajar, considerando que estas emociones han sido identificadas mayormente dentro de la situación de violencia: tristeza, ira, vergüenza y miedo. Cada representación o dibujo se deberá realizar en el lapso de algunos minutos. <p>Al momento de realizar el dibujo, la facilitadora</p>	Reproductor de música CD-música para las cuatro emociones Hojas blancas de papel Hojas de colores Símbolos de papel Recortes de revistas y periódicos	60 min.

	debe hacer coincidir la reproducción de música relacionada con la emoción.	Tijeras Pegamento	
--	--	----------------------	--

<ul style="list-style-type: none"> Regulación emocional 	<p>Posteriormente, se formarán cuatro grupos, cada mujer deberá elegir el grupo o emoción que más relación tiene con su problema.</p> <p>Se les pedirá que trabajen en un diálogo dirigido a:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿En qué situaciones se sienten así? ¿Cuál es la principal causa o el porqué de esa emoción? ¿Cómo reaccionan ante esa emoción? <p>En cada grupo se debe tener el cuidado de que todas las mujeres participen. Luego se solicita:</p> <ul style="list-style-type: none"> “Ahora, quisiera que se concentren en la emoción escogida y reflexionen sobre sus propios recursos: otras emociones, pensamientos, conductas, que pueden ayudar a bajar la intensidad de esa emoción. Cuando lo tengan identificado, las invito a utilizar los diferentes símbolos de papel para poder representarlos, o si desean pueden utilizar las tijeras y papeles para poder crear su propio símbolo. Por favor, peguen estos símbolos en su dibujo. Cuando hayan terminado le ponen un título o cómo se llama ahora el dibujo”. <p>Posteriormente, cada mujer presenta brevemente su dibujo y comparte el título que le dio. Se le solicita que pueda colgarlo en un papelógrafo en la pared.</p> <p>Reflexión: En círculo, la facilitadora promueve una reflexión dirigida a:</p> <ul style="list-style-type: none"> La importancia de la identificación de las emociones La importancia de la expresión asertiva de las emociones La importancia de contar con formas o recursos de manejo emocional La influencia de las emociones en las decisiones asumidas. 	Reproductor de música CD-música para las cuatro emociones Hojas blancas de papel Hojas de colores Símbolos de papel Recortes de revistas y periódicos Tijeras Pegamento	60 min.
--	---	--	---------

<ul style="list-style-type: none"> • Toma de decisiones • Verificación. 	<p>3.Las dos ratonas</p> <p>En grupo, la facilitadora comparte el cuento: “Las dos ratonas”.</p> <p>“Había una vez dos ratonas que vivían en su madriguera, se llamaban Rosay Margarita (los nombres deben ser sacados de las participantes). Entre ellas se dio el siguiente diálogo.</p> <p>Rosa: Margarita, no tenemos qué comer ¡toda la comida se ha acabado!, ¿qué vamos a hacer?</p> <p>Margarita: No sé, tendremos que aguantarnos, tal vez alguien pase por aquí y nos pueda ayudar dejándonos un poco de comida.</p> <p>Rosa: Pero ¿si no pasa nadie?</p> <p>Margarita: Alguien pasará, tenemos que esperar. (Pasaron tres días más y nadie pasó)</p> <p>Rosa: No aguanto más, tengo que salir de aquí para conseguir comida, porque me estoy muriendo de hambre.</p> <p>Margarita: No, puede pasarte algo, por ahí no encuentras nada. Tengo mucho miedo.</p> <p>Rosa: No puedo quedarme esperando a que alguien pase para que nos dé comida, tengo mucha hambre. Y saldré a buscar comida o ayuda.</p> <p>Margarita: Si quieres, anda, pero me quedaré aquí, alguien vendrá ayudarme.</p> <p>Rosa se fue a buscar la comida. A continuación, se forman grupos más pequeños de 4 a 5 personas y se solicita reflexionar bajo las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Cuáles creen que van a ser los próximos pasos tanto de Rosa como de Margarita? - Escojan alternativas de decisiones de las ratonas. - Elaboren el final del cuento. <p>Luego, se solicita:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Quisiera que un grupo realice el análisis de las consecuencias negativas y positivas de las decisiones asumidas por la ratona Rosa y el otro grupo las de Margarita”. <p>Al finalizar, se solicita a cada grupo que expone el trabajo realizado. Reflexión: la facilitadora a partir del análisis de los grupos hace énfasis en la forma de afrontamiento, el tipo de decisiones y la utilidad de esas decisiones en la resolución de problemas.</p>	<p>Hojas bond Lápices Borradores Colores</p>	<p>70 min.</p>
---	---	--	----------------

<ul style="list-style-type: none"> • Asignación de tareas para la casa. • Motivación al cambio 	<p>4. Tarea para la semana.</p> <p>Se solicita que las mujeres: “Para la semana que viene se esfuercen por aplicar alguna nueva alternativa de solución identificada en relación con su propio problema.”</p> <p>Para cerrar, se solicita a las participantes que, para formar el pozo de los deseos, formen un círculo de pie, extiendan el brazo izquierdo y se tomen del dedo pulgar. Dentro del pozo deben lanzar sus buenos deseos para sí mismas y el grupo a partir de lo aprendido durante la sesión.</p>		20 min.
--	---	--	---------

NOVENA SESIÓN: “SE HACE CAMINO AL ANDAR Y AL CAMBIAR”

Objetivos:

- Verificación de las decisiones.
- Elaborar un plan de acción en función de las metas individuales

Temas y aspectos	Procedimiento	Materiales	Tiempo
<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida • Revisión de la tarea asignada 	<p>1.El encuentro: Revisión de la tarea asignada</p> <p>La facilitadora da la bienvenida a la sesión agradeciendo el esfuerzo de cada una por participar. Se da la siguiente consigna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Vamos a hacer una revisión de la tarea asignada en la anterior sesión, para lo que les pido que cada una de ustedes puedan pensar en cómo les fue con la práctica de la solución escogida a su problema”. En el piso se dibuja con maskin una regla del 1 al 10. Los números 0, 5y 10 están marcados. - “Ahora quisiera que se pongan de pie y cada una de ustedes se sitúe en algún lugar de esta regla, según la eficacia de su solución practicada, donde 1 significa “no sirvió para nada” y 10 “sirvió mucho”. Cuando ya estén situadas, por favor, compartan cómo se sienten estando en ese lugar”. <p>Las mujeres que no hayan practicado la tarea pueden quedarse sentadas y observar el ejercicio.</p>	Papeló rafo Marcad ores Maskin	30 min.
<ul style="list-style-type: none"> • Plan de acciones concretas 	<p>2.Plan de acción</p> <p>En círculo la facilitadora solicita:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Vamos a hacer un ejercicio de introspección donde cada una de ustedes piense por favor, luego de haber analizado su problema y las diferentes formas de solución: - ¿Cuál es mi objetivo o meta al que quiero llegar a corto plazo? - ¿Qué cosas tengo que hacer para lograr lo que me propongo? - ¿Qué situaciones o aspectos que necesito cambiar para lograr mi objetivo no dependen de mí? 	Ninguno	30 min.

<ul style="list-style-type: none"> Plan de aplicación y comprobación de solución del problema 	<p>3. Se hace camino al andar</p> <p>La facilitadora pone en medio del círculo lazos de soga de un metro y medio, uno para cada participante y muchas cintas de diferentes colores de 10 cm cada una. La facilitadora explica el trabajo con las siguientes consignas (en el papelógrafo están las preguntas y aspectos centrales para la elaboración de su plan de solución al problema):</p> <p>“Para continuar, cada una de ustedes, realice su propio plan de acción, pensando paso por paso las acciones concretas que realizarán y nombrando posibles obstáculos en el camino. El camino de solución está representado por un lazo de soga, los pasos necesarios son las cintas de color y los obstáculos se incorporan haciendo nudos después o antes de un paso (cinta), según la situación que ustedes prevean. Si más adelante se dan cuenta de un obstáculo o paso olvidado, pueden regresar a ese lugar y colocar el nudo o la cinta respectivamente”.</p>	<p>Lazos de soga delgada Cintas (10cm) de diferentes colores Música de relajación Reproductor de música</p>	<p>90 min.</p>
--	---	---	----------------

<ul style="list-style-type: none"> Plan de aplicación y comprobación de solución del problema 	<p>La facilitadora apoya y da suficiente tiempo a las mujeres para este ejercicio de planificación e imaginación de su camino de soluciones. Ella hace énfasis en que las mujeres reflexionen sobre cada pregunta, cada aspecto introducido para elaborar su plan.</p> <p>En la segunda parte la facilitadora invita a voluntarias a presentar su camino elaborado.</p> <p>Reflexión: La facilitadora resalta el gran esfuerzo intelectual y de imaginación que las mujeres han hecho. Insiste en que teniendo un plan con los aspectos presentados y anticipando posibles obstáculos ayuda a lograr solucionar su problema. Se debe resaltar los aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Establecer una meta realista y posible - Identificar acciones concretas en función de la meta establecida - Identificar claramente aspectos del contexto que escapan de su manejo - La autorregulación emocional para poder pensar, sentir y accionar en la lógica de su meta. 	<p>Lazos de soga delgada Cintas (10cm) de diferentes colores Música de relajación Reproductor de música</p>	<p>90 min.</p>
<ul style="list-style-type: none"> Asignación de tareas para la casa. 	<p>4. Tarea para la semana</p> <p>Se solicita que las mujeres:</p> <p>“Hagan el esfuerzo de aplicar alguna nueva alternativa de acción identificada en su plan.”</p>	<p>Ninguno</p>	<p>10 min.</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Cohesión grupal 	<p>5. Baile entre manos</p> <p>En círculo la facilitadora da la siguiente consigna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Cerramos la sesión de hoy con un baile entre manos. Para eso formamos un círculo y levantamos los brazos al aire. Cuando inicia la música, dan un paso hacia el centro del círculo estrechando sus manos. Moviéndonos al ritmo de la música, tocamos con cada palma de mano a otra mano. La tarea consiste en que no puede haber una mano libre. A veces hay que soltar una mano para tocar otra mano libre y al movernos puede ser que nuestra mano quede libre. “ <p>La facilitadora pone la música cuando las mujeres estén en círculo con los brazos arriba. Al terminar la canción nos despedimos y la facilitadora explica que la participación en el último taller es muy importante.</p>	<p>Reproductor de música o computadora con internet</p> <p>Canción para el baile (Propuesta: La Múcura: Camino)</p>	<p>10 min.</p>
---	--	---	----------------

DÉCIMA SESIÓN: “ERES PODEROSA, JUNTAS LO SOMOS MÁS”

Objetivos:

- Reforzar los contenidos desarrollados durante el proceso.
- Identificar los avances de las mujeres dentro del proceso.

Temas y aspectos	Procedimiento	Materiales	Tiempo
<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida • Revisión de la tarea asignada 	<p>1.El encuentro: Revisión de la tarea asignada</p> <p>La facilitadora da la bienvenida a la sesión agradeciendo el esfuerzo de cada una por participar.</p> <p>Se da la siguiente consigna:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Vamos a hacer una revisión de la tarea asignada en la anterior sesión, para lo que les pido que cada una de ustedes puedan pensar en cómo le fue con la práctica de la solución escogida a su problema.” <p>En el piso se dibuja con maskin una regla del 1 al 10. Los números 0, 5 y 10 están marcados.</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Ahora quisiera que se pongan de pie y cada una de ustedes se sitúe en algún lugar de esta regla, según la eficacia de su solución practicada, donde 1 significa “no sirvió para nada” y 10 “sirvió mucho”. Cuando ya estén situadas, por favor, compartan cómo se sienten estando en ese lugar”. <p>Las mujeres que no hayan practicado la tarea pueden quedarse sentadas y observar el ejercicio.</p>	<p>Papeló grafo</p> <p>Marcadores</p> <p>Maskin</p>	<p>30 min.</p>

<ul style="list-style-type: none"> Identificación y refuerzos de los avances 	<p>2.El lado inverso del corazón</p> <p>La facilitadora, solicita a las mujeres que se sienten en círculo de manera que una mujer dé la espalda a la otra, formando una rueda. La facilitadora dirige la técnica con las siguientes consignas:</p> <ul style="list-style-type: none"> “Quisiera que cada una de ustedes ponga su mano derecha a su centro energético, que se encuentra un poco arriba del ombligo. Con la mano izquierda busquen el lado inverso del corazón de la compañera de adelante. Ubiquen dónde se ubica el corazón visto desde la espalda. <p>En silencio piensen en todo el trabajo realizado en este proceso, en estas nueve sesiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> -¿Cómo se han sentido? -¿Cuál es el aprendizaje más importante? -¿Han sentido un cambio en sí mismas, en qué momento? <p>Ahora, manden esta energía de aprendizaje y reelaboración a la otra compañera a través de su mano izquierda. Darse cuenta, tanto de lo que da, como de lo que recibe: dar y recibir.</p> <ul style="list-style-type: none"> “Ahora cada una elija un aprendizaje de su propio proceso y una por una se levanta y le dice su aprendizaje a la oreja de la compañera de adelante”. <p>Luego de esta ronda, las mujeres se sientan en círculo y la facilitadora pone en medio una tela alargada, ganchitos y cintas de colores y explica que para llevarnos todos los aprendizajes y cambios vividos en el transcurso de este proceso terapéutico socializamos y ampliamos entre todos los aprendizajes:</p> <ul style="list-style-type: none"> “Cada una pase a colgar o sujetar una cinta en la tela compartiendo un aprendizaje o cambio posible que ha vivido.” <p>Cuando hayan pasado todas las mujeres, la facilitadora invita a pensar si hay más aprendizajes o cambios que quieran compartir colgando otra cinta. Posteriormente indica:</p> <ul style="list-style-type: none"> “Esta es nuestra creación colectiva. Vamos a levantar la tela entre dos mujeres, como un cielo y cada una de las mujeres del grupo, va a pasar y llenarse, bañarse, cubrirse de todas estas sabidurías, representadas por las cintas”. <p>Reflexión: La facilitadora debe reforzar los cambios que se han podido dar dentro de cada una de las mujeres, como también las cosas pendientes a decidir, hacer, revisar o nombrar. Ella hace énfasis en procesos individual- mente continúan.</p>	<p>Tela alargada de aprox. 1.5 m</p> <p>Cintas de 1 a 2 metros de diferentes colores</p> <p>Ganchos</p>	<p>90 min.</p>
---	--	---	----------------

	<p>La identidad como mujer y la autoestima, también las experiencias, aprendizajes y afrontamientos de problemas son aspectos que se presentan y modifican a lo largo de la vida. Los nuevos conocimientos, herramientas y confianza posibilitarán afrontar los problemas futuros asertivamente.</p>		
<ul style="list-style-type: none"> • Evaluación metodológica y logística del proceso. • Cierre del proceso grupal. 	<p>3.Autoevaluación dentro del proceso El cierre es un momento muy importante dentro del proceso, en círculo, se distribuyen velas a cada participante, se solicita que puedan prenderlas y compartir reflexiones bajo las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué es lo que más valoras de las sesiones? - ¿Observan algún cambio desde las primeras sesiones hasta el último? - ¿Hay algo que el grupo aportó en tu proceso? - ¿Cómo creen que se podría mejorar las sesiones? <p>Se pueden alternar las preguntas para generar participación de todas las mujeres del grupo, considerando que todas podrán reflexionar individualmente, pero compartir con grupo de</p>	<p>Velas de diferentes colores Fósforos Papelógrafos Marcadores Maskin</p>	<p>70 min.</p>

	<p>forma voluntaria. Las respuestas de la última pregunta deben ser anotadas en un papelógrafo.</p> <p>Para despedir a manera de ritual, se entrelazan los brazos formando un círculo alrededor de las velas y todas juntas soplan las velas. La facilitadora cierra agradeciendo su presencia y retroalimentando sus percepciones.</p>		
--	---	--	--

Anexo 2. Woman Abuse Screening Tool (WAST) en su versión original.

<p>1. En general, ¿Cómo describiría usted su relación con su pareja?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Mucha tensión <input type="radio"/> Alguna tensión <input type="radio"/> Sin tensión
<p>2. Usted y su pareja resuelven sus discusiones (argumento) con:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Mucha dificultad <input type="radio"/> Alguna dificultad <input type="radio"/> Sin dificultad
<p>3. Al terminar las discusiones usted ¿se siente decaída o mal con usted misma?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Muchas veces <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Nunca
<p>4. ¿Las discusiones terminan en golpes, patadas o empujones?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Muchas veces <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Nunca
<p>5. ¿Siento miedo de lo que pareja diga o haga?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Muchas veces <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Nunca
<p>6. Su pareja ¿ha abusado de usted físicamente?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Muchas veces <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Nunca
<p>7. Su pareja ¿ha abusado de usted emocionalmente?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Muchas veces <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Nunca
<p>8. ¿Su pareja ha abusado de usted sexualmente?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Muchas veces <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Nunca

Anexo 3. ESCALA BP DE BIENESTAR PSICOLÓGICO DE RYFF

EDAD:

SEXO: FEMENINO () MASCULINO ()

A continuación, se presentan algunos enunciados sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. No existe respuesta correcta o incorrecta. Responda con sinceridad. Su respuesta puede determinarlo marcando una equis (x).

Ítems	Tot alm ente des acu erd o	P o c o d e a c u e r d o	Mode rada men te de acue rdo	M u y d e ac ue rd o	B a s t a n t e d e a c u e r d o	Tota l m e n t e d e a c u e r d o
1 .Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas						
2. A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones						
3 .No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente						
4. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida						
5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga						
6 .Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad						
7 .En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo						
8. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar						
9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí						
10. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes						
11 .He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto						
12 .Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo						
13. Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría						
14 .Siento que mis amistades me aportan muchas cosas						
15. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones						
16 .En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo						

17 .Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro						
18 .Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí						

Ítems	Tot alm ente des acu erdo	P o c o d e a c u e r d o	Mod erad am	e M n u te y de ac ue rd o	Bas ta nt e d e a c u e r d o	Tot alm ent e de acu erd o
19 .Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad						
20. Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo						
21 .Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general						
22. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen						
23 .Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida						
24 .En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo						
25. En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida						
26. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza						
27. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos						
28. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria						
29. No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida						
30. Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida						
31 .En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo						
32 .Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí						
33. A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo						
34. No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está						

35. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo						
36. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona						
37 .Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona						
38 .Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento						
39 .Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla						

Anexo 4. Escala De Autoestima De Rosenberg (RSE)

(Rosenberg, 1965; Atienza, Balaguer, & Moreno, 2000)

Por favor, lee las frases que figuran a continuación y señala el nivel de acuerdo o desacuerdo que tienes con cada una de ellas, marcando con un aspa la alternativa elegida.

		Muy en desacuerdo	En desacuerd o	De acuer do	Muy de acuer do
1	Me siento una persona tan valiosa como las otras	1	2	3	4
2	Generalmente me inclino a pensar que soy un fracaso	1	2	3	4
3	Creo que tengo algunas cualidades buenas	1	2	3	4
4	Soy capaz de hacer las cosas tan bien como los demás	1	2	3	4
5	Creo que no tengo mucho de lo que estar orgulloso	1	2	3	4
6	Tengo una actitud positiva hacia mí mismo	1	2	3	4
7	En general me siento satisfecho conmigo mismo	1	2	3	4
8	Me gustaría tener más respeto por mí mismo	1	2	3	4
9	Realmente me siento inútil en algunas ocasiones	1	2	3	4
10	A veces pienso que no sirvo para nada	1	2	3	4

Anexo 5. Consentimiento Informado

Título de la investigación: Eficacia de un dispositivo grupal terapéutico de intervención en violencia de género

Datos del equipo de investigación:

	Nombres completos	# de cédula	Institución a la que pertenece
Investigador Principal	Melissa Estefanía Maldonado Pérez	0107038986	Universidad del Azuay

¿De qué se trata este documento?

Usted está invitada a participar en este estudio que se realizará en el período de octubre – diciembre 2023, en la Casa de Acogida. En este documento consentimiento informado, se explican las razones por las que se realiza el estudio, cuál será su participación y si acepta la invitación. También se explican los posibles riesgos, beneficios y sus derechos en caso de que usted decida participar. Después de revisar la información en este Consentimiento y aclarar todas sus dudas, tendrá el conocimiento para tomar una decisión sobre su participación o no en este estudio.

Introducción

La violencia de género persiste como una preocupación social arraigada en nuestra sociedad contemporánea. Las mujeres continúan enfrentando desafíos para alcanzar la equiparación de privilegios con los hombres en diversas esferas de la vida cotidiana. Para ello es indispensable trabajar en un dispositivo grupal que otorgue a las mujeres conocimientos para promover la erradicación de la violencia. Por tal modo, lo que motiva este estudio demostrar la efectividad de un dispositivo psicoterapéutico grupal denominada Guía de Atención a Víctimas de Violencia (GAVVI) en el centro de acogida de la ciudad de Cuenca.

Objetivo del estudio

El propósito del presente estudio es evaluar la efectividad del dispositivo grupal terapéutico del GAVVI en mujeres víctimas de violencia de género.

Descripción de los procedimientos

La información se recolectará por medio de la aplicación de tres escalas, se usará la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff versión adaptada, la cual mide los niveles de bienestar psicológico en seis dimensiones: autoaceptación, dominio del ambiente, relaciones positivas con otros, autonomía, propósito de vida y crecimiento personal, compuesta por 39 ítems de tipo Likert que va desde 1= completamente de acuerdo, hasta 6= completamente en desacuerdo; posteriormente se aplicará la Escala de Autoestima de Rosenberg, consta de 10 ítems calificando entre 1 (muy en desacuerdo) y 4 (muy de acuerdo); con el puntaje total fluctuante entre 10 (baja autoestima) y 40 (alta autoestima), evalúa los sentimientos de respeto y aceptación y aceptación de sí mismo/a, y por último, se aplica la escala Woman

Abuse Screening Tool (WAST), este instrumento que permite la detección la violencia de pareja hacia la mujer, se evalúa las distintas violencias: física, psicológica, sexual y económica.

Toda la información de la investigación, se apegan a los principios éticos establecidos por el APA.
Riesgos
La presente investigación puede presentar un riesgo mínimo en cuanto a daños psicológicos, debido a las preguntas de las escalas aplicadas. Para evitar un riesgo de quebrantar la confidencialidad de los datos proporcionados y el anonimato, se procederá a codificar a los participantes mediante un código numérico (que será los últimos cuatro dígitos de su cédula) y no por sus datos personales. Con respecto a los beneficios en la participación del estudio son en la riqueza de la información obtenida para promulgar grupos terapéuticos en los centros de atención en violencia de género.
Otras opciones si no participa en el estudio
Usted tiene la libertad de decidir no participar, al igual que, retirarse de este estudio en cualquier momento que desee sin que esto involucre ningún tipo de sanción, ni tener que dar una explicación sin repercusión a corto o largo plazo.
Derechos de los participantes
Usted tiene derecho a: <ol style="list-style-type: none"> 1) Recibir la información del estudio de forma clara; 2) Tener la oportunidad de aclarar todas sus dudas; 3) Tener el tiempo que sea necesario para decidir si quiere o no participar del estudio; 4) Ser libre de negarse a participar en el estudio, y esto no traerá ningún problema para usted; 5) Ser libre para renunciar y retirarse del estudio en cualquier momento; 6) Recibir cuidados necesarios si hay algún daño resultante del estudio, de forma gratuita, siempre que sea necesario; 7) El respeto de su anonimato (confidencialidad); 8) Que se respete su intimidad (privacidad); 9) Recibir una copia de este documento, firmado y rubricado en cada página por usted y la investigadora; 10) Tener libertad para no responder preguntas que le molesten.

Consentimiento informado

Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.
--

 Nombres completos de la participante

 Firma

Nombres completos de la investigadora

Firma

