

MANUAL PARA LA COORDINACIÓN DE GRUPOS DE REFLEXIÓN PARA MUJERES SOBRE LAS QUE EJERCEN VIOLENCIA SUS PAREJAS O EXPAREJAS

Manual de un Modelo de Atención Integral para mujeres sobre las que ejercen violencia sus parejas o exparejas.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	3
2. PROPÓSITO DEL MANUAL	5
3. CONTENIDOS	5
3.1 GRUPOS DE REFLEXIÓN	5
3.1.1 Antecedentes	5
3.2 GRUPOS DE REFLEXIÓN PARA MUJERES EN SITUACIÓN DE VIOLENCIA	6
3.2.1 Marco teórico	7
3.2.2 Objetivo de los grupos	9
3.2.3 Características del modelo:	10
3.2.3.1 Abierto	10
3.2.3.2 Heterogéneo	11
3.2.3.3 Dos etapas	11
3.3 COORDINACIÓN DEL GRUPO:	14
3.3.1 Función de las facilitadoras	16
3.3.2 Ubicación en el grupo	16
3.3.3 Escucha empática	16
3.3.4 Actitud flexible	17
3.4 TEMAS	17
3.4.1 Género	17
3.4.2 Violencia	18
3.4.3 Violencia de género	19

3.4.4	Modelo ecológico.....	21
3.4.5	Efectos de la violencia de género en las mujeres y sus hijos e hijas .	23
3.4.6	Autoconcepto y Autoestima.....	24
3.4.7	Comunicación asertiva como una forma de poner límites	25
3.4.8	Amar con límites	25
3.5	METODOLOGÍA PARA EL TRABAJO GRUPAL	25
3.5.1	Conformación del grupo	25
3.5.2	Pautas básicas para la construcción de las sesiones	27
3.5.2.1	Inicio de la sesión	27
3.5.2.2	Sugerencias.....	28
3.5.2.3	Elección y desarrollo de los temas	32
3.5.2.4	Cierre de la sesión	34
3.6	GRUPOS DE REFLEXIÓN PARA LAS HIJAS E HIJOS VÍCTIMAS DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN LAS RELACIONES DE PAREJA	34
4.	BIBLIOGRAFÍA	35

1. INTRODUCCIÓN

Ante la creciente demanda de atención por parte de Mujeres Víctimas de Violencia de Género por parte de sus parejas o ex parejas, y frente a la dificultad para brindarles apoyo psicoterapéutico inmediato, el Instituto Chihuahuense de la Mujer decidió implementar una modalidad de atención grupal que permite responder adecuadamente a la necesidad de inmediatez en el tratamiento, y a la de un seguimiento constante y frecuente. Después de contrastar diferentes opciones, los Grupos de Reflexión para Mujeres fueron elegidos debido a que satisfacen estas necesidades, primero en CAVIM Chihuahua. Este modelo mostró ser muy eficiente al trabajarse en conjunto con sesiones de psicoterapia individual para la recuperación emocional y el empoderamiento de las mujeres, principalmente a través de los cambios en sus creencias de género, mismas que han sido construidas en una cultura patriarcal que promueve, legitima y naturaliza las distintas formas de violencia contra las mujeres. Por ello, el ICHIMU ha decidido implementarlo en el resto de los CAVIM del Estado.

Otro factor que influyó de manera relevante en esta decisión fue el interés del Instituto en visibilizar y atender a “las y los herederos de la violencia” como parte de la violencia que se ejerce hacia sus madres ya que incluirles en los procesos de recuperación y reeducación contribuye de manera fundamental a que no repitan estos patrones de comportamiento. La modalidad de trabajo a través de Grupos de Reflexión para Mujeres incluye la creación de grupos de reflexión para sus hijos e hijas.

Este modelo surge como resultado de la experiencia que he adquirido acompañando individual y grupalmente a mujeres sobrevivientes a la violencia de género que sobre ellas y sus hijos e hijas han ejercido sus parejas o exparejas. Escuchando cientos, quizá miles de “historias de terror” (término que cada vez me parece más apropiado para referirme a sus relatos), historias desgarradoras, me ha sido posible conocer las atrocidades que pueden ocurrir “puertas adentro”, en ese

espacio, la familia, que hemos aprendido que es “el lugar seguro” por excelencia, y que permanecen invisibilizadas para un amplio sector de la población. Es a través de esta escucha y gracias a la generosidad de todas esas valientes mujeres que tienen el coraje para “abrir sus corazones” que he aprendido lo que en este manual comparto.

Identifico la influencia de diversas autoras y autores que han contribuido en mi proceso de formación como terapeuta familiar sistémica: los cuestionamientos que hacen Thelma Jean Goodrich, Cheryl Ramage, Bárbara Ellman y Kris Halstead en su libro “Terapia familiar feminista” acerca de la familia, su composición, las implicaciones que los estereotipos de género tienen en la distribución del poder, etc., y la importancia de considerar éste en el análisis y explicación de cualquier interacción humana, particularmente el desequilibrio de poder presente en las relaciones entre hombres y mujeres el cual ha estado históricamente naturalizado y validado en las sociedades aún dominadas por una ideología patriarcal; María Cristina Ravazzola con sus reflexiones acerca del autoritarismo, el circuito del abuso en el sistema familiar, el papel que jugamos “las personas testigo” que formamos parte del contexto en el que interactúan sus integrantes y nos convertimos consciente o inconscientemente en cómplices de estos abusos, y de manera fundamental los capítulos “Doble ciego o no vemos que no vemos” y “Puertas adentro: ¿refugio o terror?”.

Mónica Liliana Dohmen a través de la propuesta integral que hace para el abordaje de la violencia de género a través de grupos psicoeducativos; Michael White desde el Enfoque Narrativo, a través de sus planteamientos sobre la incorporación de una orientación terapéutica basada de manera relevante en el pensamiento de Foucault la cual que implica reconocer que las narraciones que las personas hacen de sus vidas no representan suficientemente las experiencias vividas y que esas historias que se cuentan a sí mismas y a los demás, están significativamente influidas por los discursos dominantes, socialmente construidos, sobre la “realidad objetiva” así como un cuestionamiento sobre las ideas y creencias del terapeuta y la inclusión de

prácticas terapéuticas (externalización deconstrucción de ideas opresoras, búsqueda de acontecimientos extraordinarios) basadas en el supuesto de que las personas experimentan los problemas a la luz del análisis de Foucault del poder/conocimiento .

2. PROPÓSITO DEL MANUAL

Este documento surge como resultado de la sistematización de esta experiencia con el propósito de proporcionar una guía básica que posibilite su implementación por parte del personal que labora en las distintas unidades de atención de CAVIM.

3. CONTENIDOS

3.1 GRUPOS DE REFLEXIÓN

3.1.1 *Antecedentes*

Los grupos de reflexión de mujeres surgen a partir del trabajo con grupos cuyo objetivo era indagar sobre un tema o situación particular, con el propósito de “movilizar estructuras estereotipadas”, y a partir de los agrupamientos de mujeres durante la década de los sesentas en Estados Unidos, que dieron pie a grupos autogestivos que buscaban formar espacios para que las mujeres descubrieran sus capacidades personales.

Los grupos de reflexión de mujeres surgieron a partir del trabajo con grupos operativos, creados para indagar sobre un tema específico, y de las agrupaciones de mujeres en los años 60, en Estados Unidos, creados principalmente para descubrir sus capacidades personales. En 1970, la Asociación Argentina de Psicología y Psicoterapia de Grupo adoptó una modalidad de los grupos operativos que se denominó “grupos de reflexión”. A. Dellarossa señala que los grupos de reflexión, como modalidad de los grupos operativos, hacen hincapié en el aspecto más sobresaliente de la actividad que se propone: la necesidad de indagar.

Estos grupos iniciaron en Argentina junto con el Centro de Estudios de la Mujer, integrado por Gloria Bonder, Clara Coria, Mirta Stescovich y Cristina Zurutuza, Mabel Burin, Andrée Cuissard, Ana M. Fernández, Eva Giberti, Flora Katz, Ana Daskal y Gisela Rubarth. Los temas sobre los que reflexionaban eran el divorcio, el dinero, la soledad, la autoridad, la edad, entre muchos otros, siempre en relación con las mujeres. La llamada "condición femenina", era el tema que atravesaba todos los demás. Cuestionaban la cotidianidad, y los roles de género que explican la discriminación y la opresión contra las mujeres, y por ende, la desigualdad y violencia de género. También se analizan los malestares que las llevaban a pedir ayuda.

Según Coria, "el resultado de esta tarea, por lo tanto, es desenmascarar el mecanismo por el cual lo cotidiano es transformado en natural, pues es en esta cotidianeidad donde actúan las ideologías en las que se apoya la discriminación hacia las mujeres; lo cotidiano pasa inadvertido y es vivido y considerado como natural (Coria, 1991)".

3.2 GRUPOS DE REFLEXIÓN PARA MUJERES EN SITUACIÓN DE VIOLENCIA

Los efectos de la violencia se experimentan con mayor intensidad cuando las mujeres se encuentran aisladas, y es a través de su participación en Grupos de Reflexión, donde ellas encuentran un espacio alternativo de contención y apoyo mutuo para compartir sus experiencias como sobrevivientes a la violencia ejercida por sus parejas o exparejas, a fin de buscar alternativas de solución mediante reflexiones colectiva entre mujeres en la misma situación. En estos grupos se promueve un proceso de reflexión y cuestionamiento sobre diversos temas: construcción cultural del género, factores sociales y culturales que influyen para que las mujeres se involucren y permanezcan en relaciones maltratantes, efectos de la violencia en los hijos e hijas, etc. El objetivo es promover un espacio seguro para las mujeres, quienes al reflexionar, exteriorizar, escuchar, e interiorizar sus propias vivencias e historias, se les posibilita comprender e identificar el origen de su problemática para buscar alternativas de apoyo y para fortalecer su autoconcepto, habilitándolas así en la toma de decisiones para el ejercicio de sus derechos.

3.2.1 Marco teórico

La modalidad de trabajo del presente manual, se sustenta en la teoría del construccionismo social, y en la perspectiva ecológica, de género y de derechos humanos.

Según el construccionismo social, el lenguaje y la socialización regulan nuestras ideas, conceptos y recuerdos. Todo el conocimiento evoluciona a través de la conversación. Incluso la identidad es modulada por la interacción social. No existen verdades sociales inamovibles e interpretaciones de la realidad que en forma de relatos definen nuestra identidad y relación con el mundo. Todo lo que experimentamos está en gran parte determinado por la sociedad, y quienes ostentan mayor poder, ejercen influencia sobre el resto de las personas. Según Foucault, la influencia de los poderosos perpetúa su hegemonía, creando categorías de personas en las que la diferencia de poder permite que unas se beneficien de otras.

Alda Facio plantea claramente como la construcción cultural de los géneros en contextos dominados por una ideología patriarcal ubica en una posición clara de subordinación e inferioridad a las mujeres con respecto a los hombres:

“Una ideología es un sistema coherente de creencias que orientan a las personas hacia una manera concreta de entender y valorar el mundo; proporciona una base para la evaluación de conductas y otros fenómenos sociales; y sugiere respuestas de comportamiento adecuadas. Una ideología “sexual” sería, entonces, un sistema de creencias que no sólo explica las relaciones y diferencias entre hombres y mujeres, sino que toma a uno de los sexos como parámetro de lo humano...Es éste el caso de las ideologías patriarcales que no sólo construyen las diferencias entre hombres y mujeres, sino que las construyen de manera que la inferioridad de éstas es entendida como biológicamente inherente o natural. Aunque las diversas ideologías patriarcales construyen las diferencias entre los sexos de manera distinta, en realidad este tipo de ideologías sólo varían en el grado en que legitiman la desventaja femenina y en el

número de personas que comparten un consenso sobre ellas.” Facio, Alda, (1999). Feminismo, género y patriarcado.

Las violaciones a derechos humanos afectan a las personas de forma distinta según su sexo Toda agresión perpetrada contra una mujeres puede ser identificada como violencia de género, esto significa que parte de la desigualdad social en la que hombres y mujeres se encuentran. Es imprescindible analizar los derechos humanos y la violencia de género desde un punto de vista que permita los cambios culturales.

Para un verdadero cambio social, es imprescindible que se cambien las formas de pensar, sentir y actuar como punto central del mismo. La definición y práctica de sus derechos de las mujeres, deben tomar en cuenta las experiencias históricas y cotidianas de las mismas.

La Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, nueva Ley publicada el 1º de febrero de 2007, define la perspectiva de género como: “una visión científica, analítica y política sobre las mujeres y los hombres. Se propone eliminar las causas de la opresión de género como la desigualdad, la injusticia y la jerarquización de las personas basada en el género. Promueve la igualdad entre los géneros a través de la equidad, el adelanto y el bienestar de las mujeres; contribuye a construir una sociedad en donde las mujeres y los hombres tengan el mismo valor, la igualdad de derechos y oportunidades para acceder a los recursos económicos y a la representación política y social en los ámbitos de toma de decisiones”.

Existen distintas perspectivas teóricas desde las cuales se intenta explicar la violencia de género en la pareja. El modelo ecológico y la perspectiva de género son dos teorías ampliamente utilizadas por diversos autores/autoras, en México varias instituciones gubernamentales recurren a ellas como modelos explicativos de la violencia: la Secretaría de Salud en su manual operativo “Modelo Integrado para la Prevención y Atención de la Violencia Familiar y Sexual”; Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres (SEGOB) en su publicación “Modelo ecológico para una vida libre de violencia de género”, el Instituto Nacional de las

mujeres en el “Manual de Atención Telefónica Vida sin Violencia: Marco conceptual y lineamientos de organización”.

Roberta de Alencar-Rodrigues y Leonor Cantera lo explican de la siguiente forma:

“...A través del modelo ecológico, el maltrato es entendido como producto de la interacción de múltiples factores relacionados con la historia individual de la víctima y del maltratador, con el macrosistema (mitos sobre la violencia, cultura machista), con el exosistema (estrés, respuesta de las instituciones ante la solicitud de la víctima, redes sociales) y con el microsistema (conflictos conyugales). La perspectiva de género ayuda a entender que la sociedad está estructurada por el género, pues este atraviesa los sistemas del modelo ecológico a través, por ejemplo, de la socialización en género a nivel individual y de las normas culturales a nivel macrosistémico. La combinación del enfoque del modelo ecológico sumado a la perspectiva de género brinda un mejor entendimiento sobre la violencia de género en la pareja.”

3.2.2 Objetivo de los grupos

El grupo de reflexión busca en primer lugar, contribuir a la recuperación y empoderamiento de las mujeres sobre las que ejercen violencia sus parejas o exparejas, a través del análisis y la reflexión grupal. Este objetivo general, se divide en los siguientes objetivos específicos.

- Visibilizar las distintas formas de violencia que han ejercido sobre ellas y dimensionar los diferentes niveles de afectación.
- Reconocer a sus hijos e hijas como víctimas directas de la violencia que ejercen sus parejas o exparejas hacia ellas.
- Contribuir a la recuperación de los efectos de la violencia.
- Aprender a protegerse de la violencia.
- Poner límites a las distintas formas de maltrato/abuso, de manera fundamental a través de una comunicación asertiva.

- Cuestionarse las identidades de género socialmente construidas e impuestas de tal forma que les permita elegir “una forma distinta de ser mujeres”.
- Identificar a partir del modelo ecológico, que factores influyen para que las mujeres se involucren, permanezcan, abandonen y regresen con hombres que ejercen violencia hacia ellas y en el caso de ser madres. hacia sus hijas e hijos.
- Identificar los orígenes de las Violencias de Género y algunas de sus manifestaciones a lo largo de la historia.
- Fortalecer el concepto que tienen de sí mismas.
- Recuperar su libertad y promover su autonomía.
- Recuperar el poder sobre si mismas (empoderamiento).
- Identificar sus derechos como “humanas” y “ciudadanas”

3.2.3 *Características del modelo:*

3.2.3.1 *Abierto*

Esta modalidad permite que las mujeres se incorporen al grupo de forma inmediata, evitando largas esperas para iniciar un proceso de psicoterapia individual, que con frecuencia desalientan a las mujeres en su intención de recibir apoyo. Con mucha frecuencia las mujeres se acercan a las instituciones especializadas en atención a la violencia en momentos de crisis, probablemente después de un estallido agudo de violencia en cualquiera de sus modalidades o bien, porque son derivadas por alguna otra institución o personas allegadas (abogad@, familiares, amistades, etc.). Es justo en ese momento donde las mujeres pueden recibir información vital de otras mujeres que viven situaciones similares y aun y cuando existen altas probabilidades de que después de unas cuantas sesiones no regresen, ya que inician dentro del ciclo de la violencia la fase de “Luna de miel”, incorporan ideas básicas sobre el ciclo de la violencia, visibilizan a sus hijos e hijas como víctimas de la violencia hacia ellas y las implicaciones en sus vidas, y de manera fundamental, escuchan de manera reiterada a través de la voz de las otras mujeres, que hagan lo que hagan, ellas no pueden cambiar a sus parejas o exparejas y por lo tanto la posibilidad de liberarse de la violencia depende de los cambios que ellas realicen.

La coordinación de un Grupo de Reflexión en la modalidad abierta implica cierto grado de complejidad ya que las sesiones se construyen durante el transcurso de las mismas, a partir de los planteamientos y necesidades de las mujeres participantes. Por ello la propuesta incluye una etapa fundamental que es la del moldeamiento por parte de la facilitadora de distintas opciones para lograr construir las en base a los objetivos y temas básicos

3.2.3.2 Heterogéneo

La diversidad en cuanto a edad, clase social, nivel de escolaridad, etapas del proceso etc., enriquece las participaciones de las integrantes del grupo y les permite cuestionar algunos mitos que sostienen por ejemplo que la Violencia de Género y/o Familiar solo se presenta entre las personas pobres e ignorantes o bien en las mujeres de mayor edad. La presencia de mujeres que se encuentran en distintas etapas de un proceso de cambio transmite un mensaje a las mujeres de nuevo ingreso de esperanza, de que es posible poner límites/liberarse/recuperarse de la violencia.

3.2.3.3 Dos etapas

1ª Etapa

Una vez que las mujeres se incorporan al grupo permanecen en él un promedio de tres a seis meses. Al ingresar, presentan distintos niveles de conciencia en cuanto a la violencia que ejercen o han ejercido sus parejas o exparejas.

El Modelo Teórico del Cambio de Prochaska y Di Clemente permite identificar de manera práctica el grado conciencia y la disposición al cambio. Este modelo que originalmente se utilizó para ubicar las distintas etapas por las que transitan las personas que tienen alguna adicción, fue posteriormente adaptada para identificarlas en las mujeres víctimas de Violencia de Género por parte de sus parejas o exparejas.

El modelo de las Fases de Cambio propone un modelo de análisis de cómo las víctimas describen sus relaciones abusivas (Zinc, Elder, Jacobson, Klosterman, 2004).

Parten de la idea de que pedir ayuda es un proceso y en él influyen distintos factores, siendo uno de ellos la identificación de una relación como abusiva. Las fases de cambio que propone este modelo son unas fases emocionales por las que atraviesa la mujer con respecto a la toma de conciencia de su situación de violencia (calificar su relación como abusiva), y el establecimiento y mantenimiento de los cambios que realiza para acabar con esa situación (Zinc, Elder, Jacobson, Klosterman, 2004). Se debe tener en cuenta que el progreso a lo largo de estas fases no es lineal, ya que pueden existir múltiples avances y retrocesos y, por otro lado, que estas fases se desarrollan en un amplio espectro de conductas, emociones, dimensiones vitales, lo que añade una enorme complejidad a un concepto como el cambio.

Las fases del cambio que propone este modelo son las siguientes:

Fase pre contemplativa. En este momento, la mujer no tiene conciencia del problema. Pueden apreciarse multitud de mecanismos defensivos que niegan, minimizan o racionalizan las conductas de abuso. Realmente, esta es una fase en la que la mujer ni tan siquiera se atreve a imaginar o sospechar que está siendo víctima de malos tratos ya que, en ese caso, esto implicaría alguna toma de decisión y, en estos momentos, no existe la menor posibilidad de que esto suceda. La mujer está sumida en un pozo sin fondo de malestar, de miedo, de confusión, sin confianza y sin conciencia clara de lo que está ocurriendo.

Fase contemplativa. La mujer empieza a ¿a tomar conciencia, visibilizar? que está viviendo una situación de malos tratos y que tal vez exista alguna salida. Una vez atisbado el problema, le será más fácil encontrar estrategias para enfrentarse a ello con ayuda. De entrada, puede nombrarlo, es decir, puede decírselo a sí misma (dejar de negarlo, o negar menos, minimizar menos), y decírselo a los demás, pedir ayuda. Al poner nombre a lo que le pasa, puede empezar a reducir la confusión, puede empezar a hacer atribuciones correctas a su malestar, puede empezar a plantearse alguna toma de decisiones. Los cambios, de momento, sólo son posibilidades, nada más. Para que los cambios se produzcan, tiene que haber un análisis de los pros y los

contras, y la mujer se debe sentir muy apoyada. Los cambios producen miedo, a lo que está por venir y a lo que perdemos, especialmente en estas situaciones de tanta complejidad vital.

Fase de Preparación. La balanza se va inclinando y la mujer va realizando pequeños cambios porque ha podido empezar a ver su situación con algo más de claridad. Sin embargo estos cambios implican también un riesgo importante, ya que modifican por primera vez el equilibrio de la pareja, y el agresor puede reaccionar con violencia ante estas iniciativas de la mujer, que tiene que estar prevenida. Los sentimientos se entremezclan y el sentido que sigue la evolución no siempre es lineal. La ambivalencia puede asustar a la mujer y hacerle creer que está equivocada en sus planteamientos o en sus sentimientos (yo no puedo sola, todavía le quiero, realmente no quiero separarme...).

Fase de Acción. La mujer tiene ya una idea clara de hacia dónde quiere dirigir su vida y empieza a tomar las decisiones que suponen cambios. Se trata de un reforzamiento de la fase anterior. En esta fase se toman decisiones y se realizan cambios, aumenta el riesgo y disminuye la ambivalencia.

Fase de Mantenimiento. La mujer tiene la fuerza suficiente para mantener los cambios que ha realizado y para haber resistido el riesgo. Ya que ha sido capaz de mantener estos logros, y que ya está situada en la vía de salida.

Fase de Recaída. Ruptura evolutiva. En algunas ocasiones, los obstáculos han resultado insalvables para la mujer y en este momento no puede seguir adelante con la decisión de acabar con la relación de abuso. La ruptura evolutiva hace referencia a la importancia de la labor profesional en sostener el proceso, el ritmo y las decisiones de la mujer, sean cuales sean. Aunque la mujer no consiga romper con la relación en

esta ocasión, son muchas las cosas que está poniendo a prueba y, si cuenta con el apoyo adecuado, le serán de gran utilidad en los futuros intentos de separación.

2ª Etapa:

El criterio para considerar cuándo una mujer está en condiciones de pasar a la segunda etapa puede establecerse tomando como base su recorriendo por las distintas fases del proceso de cambio, de tal forma que el requisito será alcanzar la Fase de Acción. La experiencia acompañando a mujeres en situación de violencia, posibilita que las coordinadoras identifiquen las distintas etapas en las que se encuentran las mujeres, sin embargo con el fin de tener un criterio unificado, se recomienda utilizar la Escala de identificación de las etapas de cambio conductual en mujeres en una relación conyugal violenta (ver Anexo).

3.3 COORDINACIÓN DEL GRUPO:

La coordinación de un Grupo de Reflexión en la modalidad abierta implica cierto grado de complejidad ya que las sesiones se construyen durante el transcurso de las mismas, a partir de los planteamientos y necesidades de las mujeres participantes. Por ello la propuesta incluye como un requisito fundamental para las personas que funcionaran como facilitadoras que previamente se les proporcione un taller o curso de sensibilización que incluya:

- Homologación de conceptos y criterios de atención a la violencia de género
- Revisión teórica de los fundamentos teóricos y la metodología que sustenta el trabajo en Grupos de Reflexión para Mujeres.
- Asistir como observadora por lo menos a doce sesiones en donde las facilitadoras modelaran la forma en que trabajan.
- Incorporarse paulatinamente como parte del equipo de facilitadoras, apoyándose en su retroalimentación

Se recomienda que esta función sea llevada a cabo por dos personas por las siguientes razones:

- Posibilita la retroalimentación mutua lo cual aumenta las probabilidades de acompañar eficazmente a las mujeres.
- Permite que haya continuidad en el proceso grupal cuando alguna de las dos facilitadoras se ausente.
- Se distribuyen las distintas actividades, tales como tomar lista, preparar materiales, equipo, hacer llamadas de seguimiento a las mujeres que dejan de asistir, etc.
- Les protege del síndrome de quemamiento al poder compartir al final de cada sesión cómo se sintieron, qué impacto tuvo en ellas lo que escucharon, etc.

Personas que facilitan el grupo

El papel que desempeñan las facilitadoras es un factor fundamental para que la experiencia de acompañar a las mujeres grupalmente logre los objetivos esperados. Para que se pueda desempeñar adecuadamente esa función planteamos algunos criterios básicos que se consideran necesarios para ello:

- Experiencia en el acompañamiento a mujeres sobre las que ejercen violencia sus parejas o exparejas.
- Incorporar la perspectiva de género, de derechos humanos y el modelo ecológico dentro de un paradigma sistémico en su quehacer cotidiano (personal y profesionalmente/laboralmente)
- Visibilizar a las hijas e hijos como víctimas de la violencia de género que ejercen hacia sus madres
- Tener una formación académica como psicoterapeuta
- Tener como marco de referencia para su trabajo un modelo terapéutico específico para el abordaje de la violencia de género
- Estar familiarizadas con el Enfoque Narrativo

3.3.1 *Función de las facilitadoras*

Generar un espacio de confianza y seguridad en donde las mujeres se sientan comprendidas, acompañadas y respetadas en sus procesos y toma de decisiones.

3.3.2 *Ubicación en el grupo*

En congruencia con el sustento teórico de esta modalidad grupal, resulta imprescindible asumir una posición horizontal con respecto a las mujeres que se acompaña. Para lograrlo es necesario un proceso personal de deconstrucción de los discursos dominantes en relación al estatus que se le otorga al conocimiento científico "por encima" del conocimiento local, empírico. Asumirse como experta en el comportamiento humano, poseedora de "la verdad absoluta" y por lo tanto colocarse en una posición "por arriba" de las mujeres a quienes se atiende conlleva el riesgo de asumir que se sabe con precisión lo que es lo mejor para ellas, lo que deben hacer, etc., y de adoptar una actitud directiva, incompatible con el objetivo fundamental de contribuir en su proceso de empoderamiento a través de la recuperación de su autonomía. Algunas formas de manifestar esta postura pueden ser:

- Comunicar verbal y analógicamente que se les acompaña, no se les dirige, guía o conduce.
- Reconocer que las expertas en violencia y en sus vidas son justamente las mujeres sobre las que la han ejercido sus parejas o exparejas.
- Respetando las distintas etapas por las que atraviesan durante su proceso de cambio, sin ejercer presión para acelerar el ¿pasaje, tránsito? de una a otra.

3.3.3 *Escucha empática*

Se caracteriza por ser una escucha a través de la cual se capta el mensaje de la persona que está comunicando algo sin prejuicios, poniéndonos en su lugar, apoyándole y aprendiendo de su experiencia. Se le escucha con la intención de comprenderle profundamente desde su propio marco de referencia, tanto emocional como intelectualmente. Se asume una actitud respetuosa en relación a

los sentimientos, las emociones y los valores de las personas con quien se establece la comunicación.

3.3.4 *Actitud flexible*

La coordinación de un Grupo de Reflexión en la modalidad abierta implica cierto grado de complejidad ya que las sesiones se construyen durante el transcurso de las mismas, a partir de los planteamientos y necesidades de las mujeres participantes. La flexibilidad es fundamental a la hora de decidir el curso que seguirá la sesión ya que inicialmente se puede haber planeado abordar algún tema, sin embargo generalmente durante las sesiones surgen situaciones que llevan a modificar/adecuar el plan original.

3.4 TEMAS

El siguiente apartado, pretende aclarar la importancia y función de cada tema dentro de las reflexiones del grupo.

3.4.1 *Género*

- Cómo se construye
- Cómo se manifiesta/expresa
- Una forma distinta de ser mujer

Abordar el tema de género permite analizar la feminidad como una construcción cultural impuesta por una cultura patriarcal que promueve el aprendizaje de una serie de actitudes y valores que sientan las bases para que las mujeres asuman que forman parte de su naturaleza. Como resultado de esas creencias, se asume que las mujeres deben ser sumisas, sacrificadas, el sostén de la familia y por lo tanto responsables de que se mantenga unida, aún a costa de su bienestar y de soportar la violencia ejercida por sus parejas. El proceso reflexivo permite de-construir esos aprendizajes en torno a la construcción de (nuestras) sus identidades e incorporar otros, culturalmente asociados a la masculinidad tales como la autonomía, libertad, asertividad, ejercicio

libre y responsable de su sexualidad, etc., de tal forma que se conciban como mujeres distintas, empoderadas, es decir recuperando el poder sobre sí mismas.

3.4.2 *Violencia*

- Definición
- Abuso de poder en las relaciones
- Violencia familiar
- Tipos de violencia familiar

La mayoría de las mujeres que se incorporan a los grupos aún no identifican las distintas formas de violencia que ejercen sus parejas o exparejas hacia ellas, por ello es de fundamental importancia analizar en qué consiste la violencia, cuál es el objetivo de la misma así como los distintos tipos o formas. Analizar a fondo la violencia psicológica, particularmente la violencia perversa a la que se refiere Marie France Hirigoyen en su libro: *El acoso moral*, hace posible que muchas mujeres reconozcan esas formas refinadas/sofisticadas/sútiles que con frecuencia ejercen hombres con una inteligencia superior al promedio o bien con una educación profesional y distintos grados académicos.

En sus múltiples manifestaciones, la violencia siempre es una forma de ejercicio del poder, mediante el empleo de la fuerza (ya sea física, psicológica, económica, política...) e implica la existencia de un "arriba" y un "abajo", reales o simbólicos, que adoptan habitualmente la forma de roles complementarios: padre-hijo, hombre-mujer, maestro-alumno, patrón- empleado, joven- viejo, etc. La violencia tiene como objetivo eliminar los obstáculos que se oponen al propio ejercicio del poder, mediante el control de la relación obtenido a través del uso de la fuerza. Para que la conducta violenta sea posible, tiene que darse una condición: la existencia de un cierto desequilibrio de poder, que puede estar definido culturalmente, definido por el contexto u obtenido a través de maniobras interpersonales de control de la relación. En el ámbito de las relaciones interpersonales, la conducta violenta es sinónimo de abuso de poder, en tanto y en cuanto el poder es utilizado para ocasionar daño a

otra persona, Es por eso que un vínculo caracterizado por el ejercicio de la violencia de una persona hacia otra, se denomina relación de abuso. Se concibe la violencia como una situación en la que una persona con más poder, abusa de otra con menos poder: la violencia tiende a prevalecer en el marco de relaciones en las que existe la mayor diferencia de poder. Los dos ejes de desequilibrio de poder dentro de la familia están dados por el género y por la edad, como veremos más adelante.

Jorge Corsi, denomina relación de abuso a aquella forma de interacción que, enmarcada en un contexto de desequilibrio de poder, incluye conductas de una de las partes que, por acción o por omisión, ocasionan daño físico y/o psicológico a otro miembro de la relación. La investigación epidemiológica acerca del problema de la violencia familiar ha demostrado que existen dos variables que resultan decisivas a la hora de establecer la distribución del poder y, por lo tanto, determinar la dirección que adopta la conducta violenta y quienes son las víctimas más frecuentes a las que se les ocasiona el daño. Las dos variables citadas son género y edad. Por lo tanto, los grupos de riesgo para la violencia en contextos privados son las mujeres y los niños, definidos culturalmente como los sectores con menos poder.

3.4.3 *Violencia de género*

- Breve reseña histórica de la violencia hacia las mujeres
- Violencia de género como una violación de derechos humanos
- Violencia de género en el ámbito público y privado
- Violencia de género en las relaciones de pareja: niveles de riesgo, efectos en la salud y distintas esferas de la vida de las mujeres, ciclo de la violencia

Dimensionar el grave problema de la violencia de género a lo largo de la historia, y como parte de una realidad que se presenta casi de manera universal, permite que las mujeres tomen conciencia de que su situación no es un problema aislado, sino que forma parte de un complejo problema social, históricamente invisibilizada,

minimizada y justificada. Promover reflexiones en torno a las distintas formas y espacios en donde se ejerce así como en relación a concebirla como una violación a sus derechos como humanas, posibilita la toma de conciencia y la indignación ante una realidad compartida por millones de mujeres en todo el mundo. Así mismo, profundizar las reflexiones en torno a las consecuencias que la violencia ejercida por sus parejas o ex parejas tiene en sus vidas y en el caso de las madres en las de sus hijas e hijos, contribuye el proceso de “des anesthesiarse” en aquellas mujeres que no dimensionan las severas afectaciones en distintas esferas (salud física y emocional, laboral, etc.).

La violencia de género se refiere a todas las formas de violencia mediante las cuales se intenta perpetuar el sistema de jerarquías impuesto por la cultura patriarcal (machista). Implica una violencia que se dirige hacia las mujeres con el objeto de mantener o incrementar su subordinación al género masculino dominante. La violencia hacia las mujeres en sus distintas manifestaciones física, sexual, económica, patrimonial y psicológica se presentan dentro de la familia, la comunidad o sociedad y la tolerada o perpetrada por el Estado.

Espacios o contextos en donde se ejerce:

- **Ámbito Privado** (familia, relaciones de pareja): Se manifiesta a través de diversas conductas o delitos cometidos por personas con las que las mujeres tienen vínculos afectivos (familiares, pareja, etc.). Al interior de las familias es donde con más frecuencia las mujeres están expuestas a ser violentadas de diversas formas por el hecho de ser mujeres. En la familia la violencia sexual hacia las mujeres se ejerce de diversas formas: violación, abuso sexual, hostigamiento, etc., por parte de sus padres, abuelos, padrastros hermanos, tíos, etc. Otra manifestación de la violencia hacia las mujeres en el ámbito privado es la violencia que sobre ellas ejercen sus parejas o exparejas.

- Comunidad: Diversas conductas o delitos cometidos por personas del grupo social, cultural, religioso, etc.: delitos sexuales cometidos por personas sin parentesco o relación con la víctima, generando terror e inseguridad en las mujeres de la comunidad, acoso sexual en los diversos ámbitos sociales como escuelas y centro laboral, entre otros, la prostitución forzada y/o la trata de mujeres., la pornografía, la explotación sexista de mano de obra. También se incluyen las prácticas tradicionales y nocivas basadas en usos y costumbres, la ridiculización de las mujeres en los medios de comunicación masivos así como la discriminación sistemática contra las mujeres en la vida social, escolar, cultural, laboral y religiosa
- Estado/Instituciones: Derivada de políticas públicas, leyes y conductas toleradas de los servidores públicos en el ejercicio de sus funciones. Con prácticas de tolerancia de la violencia, respecto de individuos, grupos o comunidades que sistemáticamente la realizan contra las mujeres; la negligencia en la procuración y administración de la justicia en delitos sexuales, de violencia familiar, corrupción de menores, delitos violentos o de odio contra las mujeres, incluyendo el feminicidio, entre otros. La que se ejerce hacia las mujeres que están en reclusión preventiva o cumpliendo sentencia condenatoria y el trato abusivo hacia las mujeres durante su detención. Los abusos cometidos contra las mujeres migrantes nacionales o extranjeras, o sobre aquellas que están solicitando refugio en el país.

3.4.4 *Modelo ecológico*

- Causas de la violencia de género

Las mujeres que experimentan una situación de violencia con frecuencia creen que son ellas las culpables de la misma, argumentando diferentes razones: "si yo ya sabía que si me metía a trabajar le enojaba, pude haberlo evitado", "si yo sé que le molesta que me ponga cierto tipo de ropa", "es que soy débil, una tonta, por eso sigo con él".

Analizar colectivamente desde el modelo ecológico los múltiples factores que hacen posible que se genere la violencia hacia las mujeres y particularmente en las relaciones de pareja, les permite liberarse de sentimientos de culpa al comprender que la cultura y la sociedad promueven a través de diferentes medios que las mujeres se involucren y permanezcan en relaciones de pareja maltratantes.

El modelo ecológico de Bronfenbrenner permite entender las causas que dan origen a la violencia de género a través de una perspectiva que incorpora en su explicación la interacción de factores culturales, sociales y psicológicos presentado de manera esquemática en forma de círculos concéntricos, los cuales denomina nivel individual, microsistema, exosistema y macrosistema.

Nivel individual: El centro del círculo corresponde a la historia personal que el individuo aporta a su relación de pareja. Se trata de las características del desarrollo personal que afectan a la respuesta en el microsistema y exosistema, y aumentan la probabilidad de ser víctima o autor de violencia.

Microsistema: El microsistema representa el contexto inmediato en el que tiene lugar la violencia y generalmente se refiere al entorno familiar

Exosistema: comprende las estructuras formales e informales como la colonia, el lugar de trabajo, las redes sociales, la iglesia o la escuela, que hacen perdurar el problema del maltrato a través de pautas culturales sexistas y autoritarias (Belski, 1980). También se incluyen en este contexto la ineffectividad de la ley y la falta de respuesta de las instituciones ante las situaciones de violencia de género en la pareja, así como el rol que los medios de comunicación ejercen al presentar los modelos violentos, normalizando de esta manera la violencia.

Macrosistema: representa los valores culturales y la ideología que permean la sociedad (Bronfenbrenner, 1977). Esas creencias culturales que fomentan la violencia influyen en el microsistema y el exosistema (Belski, 1980; Grauerholz, 2000). Algunas de ellas son las normas que legitiman el uso de la agresión en una sociedad y se

transmiten por medio de los procesos de socialización (UNIFEM, 2003), como la masculinidad y la feminidad tradicionales, la distribución rígida de roles de género, el uso de la fuerza como método de resolución de conflictos o los mitos sobre la violencia que culpan a la víctima por el maltrato sufrido. La desigualdad de género surge como consecuencia del sexismo predominante que posiciona a la mujer en un lugar secundario en la sociedad (Turinetti y Vicente, 2008).

3.4.5 Efectos de la violencia de género en las mujeres y sus hijos e hijas

Promover una reflexión grupal entre las mujeres sobre las implicaciones que tiene en sus hijas e hijos la violencia que ejercen hacia ellas sus parejas o ex parejas, les permite cuestionar una serie de ideas socialmente construidas e impuestas acerca de la familia funcional, integrada, es decir, la familia biparental heterosexual. En los grupos frecuentemente las mujeres plantean como un argumento fundamental para permanecer en esas relaciones, que es justamente “por sus hijos” para evitar “la destrucción de la familia”, “porque los hijos necesitan un padre”, etc. El visibilizarles como víctimas directas de la violencia que ejercen hacia ellas y todas las implicaciones que tiene en sus vidas, contribuye a la toma de conciencia sobre el daño que produce continuar en estas relaciones “por el bienestar de sus hijos”.

La situación de los hijos e hijas víctimas de la violencia de género se encuentra en la zona de confluencia de dos ámbitos normativos que han recibido una gran atención por parte de las autoridades internacionales, europeas y desde los diferentes Estados en las últimas décadas: la violencia de género y la protección de los niños y niñas contra la violencia.

La exposición a la violencia de género tiene un impacto negativo evidente en la vida, el bienestar y el desarrollo de los niños y las niñas. Para considerarlos víctimas no es necesario que la sufran directamente. Presenciar la violencia ejercida contra sus madres o el hecho de crecer en un entorno en que la desigualdad entre el hombre y la mujer se expresa de manera violenta, les convierte también en víctimas. Además, en ocasiones se convierten en los catalizadores de la denuncia de la madre, a partir

de la cual suelen verse involucrados en procedimientos administrativos y eventualmente judiciales que en la mayoría de los casos no se encuentran adaptados a sus necesidades.

“La violencia que experimenta en el contexto del hogar y la familia puede tener consecuencias para su salud y desarrollo que duran toda la vida. Pueden perder la confianza en otros seres humanos que es esencial para el desarrollo normal. Aprender a confiar desde la infancia a través de los lazos familiares es una parte esencial de la niñez; y está estrechamente relacionado con la capacidad de amor y empatía y con el desarrollo de relaciones futuras. A un nivel más amplio, la violencia puede atrofiar el potencial de desarrollo personal y representar altos costos para la sociedad en su conjunto”. Informe sobre la violencia contra los niños y las niñas, del experto independiente Paulo Sergio Pinheiro, Naciones Unidas 2006

Cunningham y Baker (2007) sostienen que los niños y las niñas víctimas de violencia de género son aquellos que ven, que escuchan o que conocen y perciben el abuso y el control coercitivo ejercido hacia su madre. De tal manera, el abanico de consecuencias que pueden sufrir, es muy amplio y variado, yendo desde el daño psicológico hasta la muerte, pasando por secuelas físicas, educativas, sociales y de relación, de comportamiento o de vínculo con los propios progenitores, entre otras.

3.4.6 Autoconcepto y Autoestima

La exposición continuada a las distintas formas de violencia afecta de forma severa el concepto que las mujeres tienen de sí mismas. Como consecuencia de ello experimentan una pérdida de confianza y seguridad que les hace pensar que son incapaces de salir de esa situación. Invitarles a recordar experiencias de sus vidas en donde se han enfrentado a situaciones difíciles y han sido capaces de enfrentar y salir adelante, así como personas que son testigos de ello, facilita el proceso de fortalecimiento del auto concepto y como resultado de ello de su autoestima.

3.4.7 *Comunicación asertiva como una forma de poner límites*

Cuando las mujeres logran identificar la violencia que sus parejas ejercen sobre ellas y deciden poner límites a sus distintas manifestaciones, una de las formas en las que pueden hacerlo es a través de la comunicación asertiva. Para ello es necesario que como cuando contempla realizar cualquier otra acción, se valore el nivel de riesgo a que se expone al llevar a cabo estos cambios.

3.4.8 *Amar con límites*

Como parte del proceso de construcción de la identidad femenina está la incorporación del sacrificio como una forma de relacionarse con las y los otros, particularmente con quienes las mujeres desarrollan vínculos afectivos, de tal forma que aprenden a amar incondicionalmente, “dándolo todo” no solo a cambio de nada sino a cambio de recibir un trato violento. Cuestionar esa forma injusta de amar les abre la posibilidad de incorporar una nueva forma de amar con límites.

3.5 METODOLOGÍA PARA EL TRABAJO GRUPAL

3.5.1 *Conformación del grupo*

No existe un número predeterminado para su inicio, pero se puede considerar que un grupo de cuatro mujeres es suficiente para iniciar.

- Criterios de inclusión/exclusión:

Pueden incorporarse mujeres que se ubican en un amplio rango de edad. En nuestra experiencia hemos tenido adolescentes de 16/17 años hasta adultas mayores de 85 años. En el caso de las adolescentes, la mayoría viven en unión libre o bien están casadas como resultado de un embarazo no planeado. También es posible que asistan eventualmente adolescentes acompañando a sus madres. Su testimonio como víctimas de la violencia de género que ejercen sobre sus madres y el impacto que ha tenido en sus vidas, resulta un recurso altamente movilizador para el resto de

las mujeres que integran el grupo, ya que se convierten en “portavoces” de sus hijos e hijas, cuestionando el argumento de su permanencia justamente por el bienestar de ellas y ellos.

En ocasiones, algunas mujeres tienen problemas mentales que hacen su participación, inconveniente para el trabajo en grupo. Particularmente, aquellas que pueden tener conductas disruptivas o que no pueden seguir la reflexión. Mujeres con trastornos de personalidad o anímicos sin tratamiento, o limitaciones intelectuales. Estas mujeres probablemente se beneficien más de un tratamiento individual, con el acompañamiento psiquiátrico pertinente.

Otro factor a considerar es el hecho de que las mujeres estén simultáneamente en un proceso terapéutico individual o grupal en donde las personas que los coordinan tienen un sustento teórico distinto al de este modelo: un ejemplo de ello es cuando en lugar de incorporar la perspectiva de género, se incorpora la perspectiva de la familia (familismo) la cual tiene como objetivo fundamental la preservación de la familia (nuclear, biparental, heterosexual) considerada como el único espacio relacional en donde las personas pueden lograr un desarrollo armónico y como fuente de bienestar y seguridad, lo cual puede promover un sentimiento de culpa hacia ellas en su rol como madres. Otro ejemplo es cuando acuden a psicoterapia de pareja con el fin de “rescatar su matrimonio”, y no precisamente para protegerse y liberarse de la violencia y por otro lado a un grupo de reflexión en donde justamente uno de los objetivos fundamentales es que logren visibilizar la violencia, protegerse y recuperarse de ella. De tal forma que como resultado de ello se genera en ellas un estado de confusión que lejos de ayudarles, interfiere en su proceso de recuperación y fortalecimiento. En estos casos se recomienda plantearles a las mujeres este dilema y sugerirles que decidan por alguna de las dos opciones.

Con frecuencia se presentan mujeres que acompañan a otras: hijas que llevan a sus madres, madres que llevan a sus hijas, amigas, suegras, etc. También en estos casos

se recomienda consultar con las mujeres que experimentan la violencia si se sienten cómodas con su presencia o prefieren que se les invite a otro grupo.

3.5.2 *Pautas básicas para la construcción de las sesiones*

Pre sesión: se recomienda que las facilitadoras se reúnan previamente, por lo menos durante media hora para planear la sesión (temas, materiales, etc.) tomando como base la retroalimentación que se hizo al final de la anterior.

3.5.2.1 Inicio de la sesión

Cuando se incorpora una nueva integrante:

- Se explica en qué consiste un Grupo de Reflexión, cuál es su símbolo, que otros nombres (seudónimos) tiene, las reglas, objetivos.
- Las facilitadoras comentan que en ese grupo se puede participar por lo menos de dos formas: escuchando o bien hablando. Y que solo al inicio se les propone que se presenten.
- Se plantea que en ese grupo se respetan las decisiones de las mujeres en cuanto a qué hacer con su relación de pareja; no se promueve que las mujeres se separen, divorcien o continúen con ellos, ya que se parte de la idea de que ellas tienen la capacidad y el derecho a tomar decisiones al respecto.
- Se recomienda que cada vez que se incorpore una nueva integrante se inicie la sesión con la presentación de cada una de las mujeres, sugiriéndoles que si están de acuerdo digan por lo menos su nombre y como llegaron al grupo o quién les recomendó que fuera. Esta actividad, aunque aparentemente resulte repetitiva, contribuye a que las integrantes que tienen más tiempo en el grupo, en cada presentación incorporan elementos de sus historias no visibilizados que contribuyen a enriquecer los relatos de sí mismas, ante un grupo de testigas externas a la cuales alientan con la esperanza de que es posible hacer cambios que muchas de ellas consideran imposibles de lograr.
- Se proponen las reglas para una convivencia armónica.

3.5.2.2 Sugerencias

La información que a continuación se presenta es la forma en que casi textualmente se plantea en las sesiones y puede servir como base para hacerle las adecuaciones que se consideren pertinentes.

Grupos de Reflexión para mujeres: Decidimos no ponerle grupo de reflexión para mujeres que viven violencia, porque es probable que muchas no acepten venir ya que consideran que su malestar no tiene que ver con la violencia. Si alguna de ustedes está en esa situación les proponemos que por lo menos se queden a la sesión de hoy.

Otros nombres o seudónimos: Además de ese nombre, este grupo tiene otros nombres "extraoficiales" uno de "ellos que creo que a la mayoría nos gusta es "Terapia intensiva para las heridas del alma" porque a este grupo llegan las mujeres graves, con heridas invisibles para la mayoría, y que solo las expertas, que son quienes han vivido o viven una situación de violencia por parte de sus parejas o exparejas son capaces de "verlas" y "curarlas" con las palabras o silencios, gestos, etc., que ellas saben que les ayudan.

Resaltar el hecho de que ellas son realmente las expertas, contribuye a resignificar su condición, históricamente estigmatizada de mujeres débiles, masoquistas, incapaces, etc.

Símbolo: Nuestro símbolo es un signo de interrogación, porque en este grupo se promueve que las mujeres nos volvamos cuestionadores, rebeldes ante las injusticias que vivimos y que vemos como "normales", por ejemplo, ¿en dónde dice, quién lo dice o a quién le conviene que seamos las mujeres la servidumbre de todos los integrantes de la familia, que tengamos pedir permiso a nuestras parejas (para trabajar, para ir a visitar a nuestra familia, prestar nuestros cuerpos para que se satisfagan ¿nuestras? parejas etc.), que sean ellos quienes decidan que ropa usemos, elijan o nos prohíban amistades, nos humillen, etc.?

Proponemos algunas reglas que permitan una convivencia armónica entre quienes integramos el grupo. Una de ellas es la **confidencialidad**: lo que aquí comentamos se queda entre nosotras. Otra es **el respeto a la diversidad**, por ejemplo aquí podemos haber personas que profesemos distintas religiones o ninguna, también ser afines a distintos partidos políticos, tener orientaciones sexuales diferentes; algunas no sabremos leer y otras tendrán distintos grados académicos (licenciatura, maestría, etc.), dedicarnos a diferentes actividades: trabajar en casa (amas de casa), maestras, médicas, sexoservidoras, abogadas, cantineras, operadoras de maquiladora, meseras, etc., todas merecemos el mismo respeto y tenemos los mismos derechos. Otra regla que les proponemos es la de **no juzgarnos ni decirnos que hacer o dejar de hacer**: hemos aprendido de ustedes que lo que menos necesitan es que las juzguen como suele hacerlo la gente que desconoce su realidad: “están ahí porque quieren”, “les gusta la mala vida”, etc., o bien sin que ustedes pidan opinión les digan que deben hacer, “déjalo, divórciate, pon una demanda” o bien “mal que bien es el padre de tus hijos”, “los hijos necesitan a su padre”, “pero si no toma, ni es mujeriego”, etc. En este grupo estamos convencidas de que ustedes tienen la capacidad y sobre todo el derecho a decidir qué hacer con sus vidas, solo necesitan recuperar la seguridad y confianza en ustedes mismas para tomar las decisiones necesarias para protegerse y liberarse de la violencia. Proponemos que en lugar de decir que hacer o no hacer, compartamos experiencias de lo que les ha ayudado y de lo que no les ha ayudado.

También les proponemos hacer un compromiso consigo mismas: si son madres y por distintas razones maltratan a sus hijas e hijos, pensar en la posibilidad de dejar de hacerlo, si nosotras no queremos ser maltratadas ellos y ellas no merecen tampoco ese trato. En nuestra experiencia nos hemos encontrado con muchas mujeres que reconocen que ejercen distintas formas de violencia hacia sus hijas e hijos, unas porque fue la forma en que las trataron de niñas y otras que nunca imaginaron hacerlo, debido a los efectos de la violencia que su pareja ejerce hacia ellas, tales

como depresión, ansiedad, frustración, irritabilidad, etc., de pronto se dan cuenta que lo están haciendo.

Con respecto al **uso del celular**, sabemos que muchas de ustedes como parte del control que ejercen sus parejas, no pueden apagarlo y tienen que contestar de inmediato, por eso solo les pedimos que lo tengan en vibrador y con toda confianza salgan las veces que sea necesario para contestar.

También queremos compartirles que en este grupo hay flexibilidad en cuanto a la hora de llegada y de salida, porque también sabemos que algunas de ustedes vienen “a escondidas” de sus parejas o tienen miedo de llegar tarde, etc., por ello les invitamos a que no dejen de asistir aunque solo puedan estar con nosotras un rato.

Otra sugerencia que les hacemos es que eviten comentar con sus parejas todo lo relacionado con el grupo: la violencia que viven las mujeres que asisten, los temas que tratamos, de que hablamos, etc. Tenemos claro que muchas de ustedes tienen que ser “como un libro abierto” para ellos; una de las cosas que aprendemos en este grupo es que las mujeres tenemos derechos, de los cuales hablaremos más adelante, pero le compartimos que algunos de ellos son el derecho al libre tránsito, es decir de ir a donde queramos ir, el derecho a la salud y en este caso asistir al grupo forma parte del cuidado de su salud emocional/mental y el derecho a la privacidad.

Ponerle nombre a lo que viven: Para poder sobrevivir en una relación en donde son violentadas de distintas formas, las mujeres reaccionan como si estuvieran anestesiadas, no se percatan de ella (o bien no están preparadas para aceptarlo), y no por eso deja de afectarles. Es como si yo me anestesio alguna parte de mi cuerpo, por ejemplo un brazo, así lo puedo poner arriba de la estufa encendida, golpearme contra la pared, etc., sin sentir dolor, pero dañándome cada vez más. Solo dejando de anestesiarme evitaré seguirme lastimando. Al dejar de hacerlo, por supuesto que empezaré a sentir dolor, eso me permitirá darme cuenta de la gravedad de mi situación y hace posible que me empiece a curar y proteger. Para que las mujeres puedan liberarse y protegerse de la violencia, necesitan des-anestesiarse, ponerle

nombre a sus historias de terror: “yo vivo violencia”, que a decir de las expertas (ustedes) es la parte más difícil del proceso, reconocer que no es que sus parejas tengan carácter fuerte, o que ellas hacen algo para provocarlos, aceptar que viven violencia. Es necesario dejar de **maximizar** los gestos de consideración, los cuales con frecuencia los interpretan como muestras de amor: “es que no es tan malo”, “es que andaba tomado, no sabía lo que hacía”, “fue por el niño a la guardería”, “me dejó ir a...” y de **minimizar** y justificar las distintas formas de violencia: física (solo fue un empujón), psicológica (es que en realidad si soy una tonta como él me dice), sexual (yo tengo la culpa de que me obligue a tener relaciones, es que yo nunca tengo ganas), económica (en realidad no tengo porque quejarme de que no me dé dinero si yo no trabajo).

“Recuento de los daños”: Una vez que se le pone nombre a lo que viven, es necesario hacer “un recuento de los daños”, “mirar hacia atrás” para desbloquear recuerdos de hechos traumáticos que como parte de una serie de estrategia de sobrevivencia, ponen en marcha las mujeres para justificar ante sí mismas y las demás personas el continuar en relaciones maltratantes. Como parte de ese recuento es necesario incluir a las hijas e hijos como directamente afectados por la violencia que ejercen hacia sus madres. Una vez hecho este recuento, las mujeres necesitan hacerse varias preguntas, reflexionar, cuestionarse: ¿merezco que me violenten? ¿Y a mis hijos? ¿Qué costo ha tenido para mí y para el resto, este sacrificio? ¿Tiene sentido continuar aguantando, tolerando todas esas formas de violencia? ¿Si decidiera continuar soportándolo, cuál sería la(s) razón(es) por la que lo haría?

“Poner en pausa” la toma de decisiones: En este grupo les proponemos que una vez que hayan dimensionado la gravedad de la afectación que la violencia ejercida por sus parejas o exparejas ha tenido en ustedes y sus hijos e hijas, piensen en la posibilidad de “poner en pausa” (a no ser que su vida y la de sus hijos estén en riesgo, en ese caso resulta de vital importancia tomar decisiones en cuanto a medidas de protección) la toma de decisiones en cuanto a qué hacer con su relación de pareja y centrar su atención en ustedes, en recuperar el amor a sí mismas, en fortalecerse,

en **recuperar la paz interior**, porque de esa forma las mujeres estarán en condiciones de tomar “decisiones sabias” “con los pies en la tierra” y ya no bajo los efectos de la depresión, la frustración, el coraje, la desesperanza, la impotencia... Una vez que tienen claro que quieren y que no quieren, pueden “quitar la pausa” para continuar tomando decisiones que les haga posible una vida libre de violencia para ustedes y sus hijas e hijos.

Cuando no hay nuevas integrantes:

- Se puede iniciar proponiendo que quienes quieran nos recuerden que fue lo que se analizó/reflexionó la sesión anterior.
- Se les pregunta si hay algo en especial que alguna de ellas quiera compartir: si hubo algo que se quedaron pensando durante la semana de lo que compartimos en la sesión anterior, o bien algo que les sucedió durante ese tiempo.
- En caso de que no tengan algo que plantear, se somete a su consideración el tema que se planeó para reflexionar sobre él o bien prefieren que se aborde algún otro.

3.5.2.3 Elección y desarrollo de los temas

Los distintos temas se pueden desarrollar de acuerdo a:

- Como se planea en la pre sesión
- La propuesta o interés de las mujeres de algún tema en especial
- La llegada de nuevas integrantes
- La conmemoración de fechas significativas: 25 de noviembre, 8 de marzo, etc.
- Continuación de un tema abordado en la sesión anterior
- Las situaciones que enfrentan las mujeres

Ejemplos:

Una mujer en proceso de separación plantea su preocupación por que cada vez que su niña va de visita con su papá se muestra agresiva y rebelde. Aquí se puede abordar el tema de Los hijos e hijas víctimas de la violencia de género en las relaciones de pareja: en particular sobre la manipulación como forma de continuar ejerciendo violencia hacia ellas a través de sus hijos e hijas.

Una mujer comenta que se siente mal por no poder asistir regularmente ya que su esposo no se lo permite. Los derechos humanos y las mujeres (derecho a la libertad de tránsito).

Otra relata que su esposo está cambiando, que se muestra arrepentido por lo que le hizo, que quizá ya no sea necesario que continúe en el grupo Ciclo de la violencia.

Cuando llega alguna mujer por primera vez y no tiene claro si ella vive violencia. Tipos de violencia.

Alguien comenta, su temor a destruir la familia, a dejar a sus hijos e hijas sin padre si opta por la separación o el divorcio. Familias/Hijos e hijas víctimas de la violencia de género en las relaciones de pareja.

Cuando alguna de ellas comparte sus sentimientos de culpa por haber aguantado durante tanto tiempo la violencia que ejercía su pareja sobre ella. Modelo Ecológico, con el cual se exponen los múltiples factores que promueven, propician que las mujeres se involucren, permanezcan y regresen con parejas que las violentan.

Estos son algunos ejemplos de cómo a partir de las diversas situaciones que se exponen en las sesiones, se aprovecha la oportunidad para, partiendo de hechos concretos construir la sesión adecuando los temas básicos a la realidad de las mujeres.

En otras ocasiones, durante la planeación de la sesión se elige un tema tomando en consideración las necesidades previamente detectadas por las facilitadoras o bien tomando como base la frecuencia con la que se han abordado los temas básicos.

Conversando con mujeres que han concluido su proceso de recuperación, comparten como el hecho de que un mismo tema se aborde en varias ocasiones, les permitió ir asimilando de manera paulatina los distintos contenidos ya que debido a la afectación que presentaban a nivel cognitivo, les era difícil poner atención y concentrarse en los temas que se revisaban.

La creatividad de las facilitadoras permite que los mismos temas se presenten de diferentes formas: videos, presentaciones, etc., de tal manera que no resulte monótono para las integrantes del grupo.

3.5.2.4 Cierre de la sesión

Se recomienda que una de las facilitadoras esté pendiente del tiempo para avisar a su compañera aproximadamente media hora antes de que termine la sesión. Cuando la dinámica del grupo lo permita, se sugiere terminar con algún ejercicio de relajación o de liberación de la tensión emocional.

3.6 GRUPOS DE REFLEXIÓN PARA LAS HIJAS E HIJOS VÍCTIMAS DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN LAS RELACIONES DE PAREJA

En estos grupos las y los niños y adolescentes pueden comunicarse con sus pares, socializando sus experiencias en relación a la violencia que han ejercido hacia ellos, ellas y sus madres: aclaran sus confusiones, expresan sus sentimientos (de enojo, tristeza, etc.) En este espacio encuentran explicaciones acerca de lo que han vivido y se promueve la reflexión sobre diversos temas: construcción social del género, violencia, derechos humanos, familias, etc. Esta experiencia les proporciona recursos para evitar repetir los patrones de relación basados en los abusos de poder.

Sus madres con frecuencia se enfrentan a diversas dificultades: traslado, dinero, tiempo, etc., por lo que se recomienda estos talleres se implementen en horarios simultáneos a los de las mujeres.

4. BIBLIOGRAFÍA

Ayllon Alonso, E. (2011). *En la Violencia de Género no hay una Sola Víctima. Atención a los hijos e hijas de mujeres víctimas de violencia de género*. Save the Children.

Coria, C. (2011). *El amor no es como nos contaron:... ni como lo inventamos*. Ediciones Oniro.

Corsi, J. (1994). *Violencia familiar: una mirada interdisciplinaria sobre un grave problema social*. Paidós.

Corsi, J. (2004). *La violencia hacia la mujer en el contexto doméstico*. Recuperado el, 26.

De Alencar-Rodrigues, R., & Cantero, L. (2012). *Violencia de Género en la Pareja: Una revisión teórica*.

Ferreira B. G. (1989). *La Mujer maltratada: un estudio sobre las mujeres maltratadas*. Buenos Aires. Editorial Sudamericana.

Ferreira, G. B. (1992). *Hombres violentos. Mujeres maltratadas: Aportes a la investigación y tratamiento de un problema social*. Editorial Sudamericana.

Goodrich, T., Rampage, C., Ellman, B., & Halstead, K. (1989). *Terapia familiar feminista*. Editorial Paidós.

Kingsley, M. M. (2002). *El enfoque narrativo en la experiencia de los terapeutas*. Editorial Gedisa.

Marie-France, H. (1999). *El acoso moral El maltrato psicológico en la vida cotidiana*. Editorial Paidós.

Pichon-Rivière, E. (1970). *Del psicoanálisis a la psicología social (Vol. 1)*. Editorial Galerna.

Pinheiro, P. S., & Más, V. (2006). *Informe del experto independiente para el estudio de la violencia contra los niños, de las Naciones Unidas*. Educación para la paz para erradicar la violencia en las aulas, 38.

Ravazzola, M. C. (1997). *Historias Infames: los malos tratos en las relaciones*. Editorial Paidós.

Rico, M. N. (1996). *Violencia de género: un problema de derechos humanos*. CEPAL.

Susana, V. (2003). *Violencias cotidianas, violencia de género. Escuchar, comprender, ayudar*. Editorial Paidós.

White, M., & tr Bixio, A. (1997). *Guías para una terapia familiar sistémica*. Editorial Gedisa.

Zamudio, R. L. (2012). *A mí también me duele: niños y niñas víctimas de la violencia de género en la pareja*. Editorial Gedisa.