

# **Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente**

Reconocimiento de validez oficial de estudios de nivel superior según acuerdo secretarial 15018, publicado en el Diario Oficial de la Federación del 29 de noviembre de 1976.

Departamento de Psicología, Educación y Salud  
**MAESTRÍA EN DESARROLLO HUMANO**



## **“VIOLENCIA DOMÉSTICA CONTRA LA MUJER”**

---

**TRABAJO DE OBTENCIÓN DE GRADO** para obtener el **GRADO**  
de

**MAESTRA EN DESARROLLO HUMANO**

Presenta: **LAURA VIANEY PONCE DE LEÓN VÁZQUEZ**

Tutor: **LUIS FELIPE GÓMEZ LÓPEZ**

Tlaquepaque, Jalisco. 30 de noviembre de 2018.

## Contenido

1. Introducción.....	3
2. Capítulo1 - Planteamiento del problema .....	5
Contexto en que ocurre el problema .....	6
Violencia doméstica contra la mujer .....	10
Reacciones que tiene la mujer ante la violencia doméstica.....	12
Grupos de apoyo emocional para empoderar a la mujer violentada .....	14
El problema de la violencia intrafamiliar desde la perspectiva de tres de sus victimas	16
Hipótesis de Acción.....	21
Justificación .....	22
3. Capítulo 2 - Marco teórico.....	24
4. Capítulo 3 – Método.....	33
Problematización .....	33
Construcción del estado del conocimiento .....	37
Construcción del marco teórico .....	38
5. Capítulo 4. Intervención .....	41
La facilitación con trece mujeres víctimas de violencia a través de un grupo de encuentro. ....	41
Resultados de la intervención para promover el Desarrollo Humano .....	47
Conclusiones.....	72
6. Referencias bibliográficas.....	75
7. Anexos .....	79
Anexo 1. Árbol de Problemas .....	79
Anexo 2. Carta de consentimiento informado .....	80

## Introducción

La violencia doméstica se define como el acto, poder u omisión recurrente, intencional y cíclico dirigido a dominar, someter, controlar y agredir física, verbal, emocional o sexualmente dentro o fuera del hogar a cualquier miembro de la familia, ya sea que éste tenga parentesco por consanguinidad, afinidad civil, matrimonio o concubinato (Vargas, et. al., 2008).

En México este tipo de violencia *“es un problema de gran magnitud [...] tanto por su elevada incidencia, como por la gravedad de los hechos que entraña”* (Labrador, Paz y De Luis, 2003), así como por las consecuencias negativas que llegan a tener quienes la sufren. La CONAPO (2010) señala que el 90% de las mujeres en México sufren violencia doméstica, sin importar a qué clase social pertenezcan. También informa que la mayoría de ellas no reciben ayuda de ningún tipo, por lo tanto, no encuentran maneras de salir de esta situación.

Esto es debido, en parte, a que la violencia hacia la mujer continúa siendo socialmente aceptada, muchas mujeres siguen tolerando y aceptando la violencia hacia sus personas; resultando lastimadas física y psicológicamente, teniendo como consecuencia que, en algunas ocasiones, la víctima de la violencia doméstica perpetúe éstos actos violentos o creando una co-dependiente con su agresor. La importancia de este trabajo reside en visibilizar esta situación.

El principal objetivo de esta intervención fue promover el empoderamiento de las mujeres que sufren violencia, a través del autoconocimiento y el análisis de las opciones que tienen para afrontarla. Para tal efecto se diseñó un plan de intervención desde la perspectiva del desarrollo humano, a partir de la psicología humanista, específicamente del enfoque centrado en la persona.

Se promovió, mediante un grupo de encuentro, que las participantes pudieran expresar sus vivencias de agresión en un entorno de escucha activa, participación y respeto en el que se les apoyó para que pensarán alternativas de afrontamiento ante el problema y se fomentó el autoconocimiento personal.

La población atendida en el grupo de encuentro fue de trece mujeres originarias de Tala, Jalisco; oscilaron entre los 32 a 60 años. Todas ellas están dedicadas al hogar, ya que son mamás que tienen hijos con capacidades diferentes.

Se llevaron a cabo cinco sesiones en el Centro de atención Múltiple CAM. Lo ocurrido en las sesiones se documentó mediante la videograbación de las mismas. Se transcribió la información recopilada en los videos y los datos fueron analizados para identificar acciones que condujeron al autoconocimiento y al empoderamiento.

Por otra parte, se analizó el desempeño de la facilitadora para identificar las maneras en que se promovió la expresión emocional, el autoconocimiento y el empoderamiento.

A continuación, se presenta el contenido del trabajo organizado en cuatro capítulos: los problemas de la violencia doméstica, la teoría, el desarrollo de la intervención y sobre el método utilizado en la investigación.

En el primer capítulo se presentan el problema de la violencia doméstica, su prevalencia, sus causas y sus efectos. También se muestra el testimonio de varias mujeres que la han sufrido, la hipótesis de acción y la justificación de una intervención encaminada a empoderar a las mujeres que han vivido esta situación.

El capítulo dos presenta el marco teórico desde donde se realizó la intervención: el enfoque centrado en la persona. Se argumenta que, si una persona es capaz de identificar sus sentimientos, sus necesidades y deseos para una mejor calidad de vida, en un entorno aceptante y sin amenazas, será capaz de tomar mejores decisiones ante eventos de violencia intrafamiliar.

El tercer capítulo muestra el plan de intervención para atender a mujeres víctimas de violencia intrafamiliar, con el objetivo de fomentar el empoderamiento de mujeres que han sufrido violencia doméstica. Esto se hizo a través de un grupo de encuentro, para que, a partir del análisis de su conducta, emociones y opciones ante esta situación, la afronten de mejor manera.

El cuarto capítulo da cuenta del método utilizado para llevar a cabo la investigación: la investigación acción. Se describe la manera en que se construyó el problema, el Estado del conocimiento y el marco teórico.

La idea principal es dar cuenta de que actualmente en nuestra sociedad existe un problema que atañe a todo el mundo como la violencia doméstica contra la mujer, sin embargo, pareciera que en nuestros días sigue siendo un tabú.

A través de ver casos de mujeres violentadas y con base al Enfoque Centrado en la Persona, las mujeres tendrán alternativas para salir de este problema que ha fragmentado sus hogares; así mismo la forma en que ellas podrán desprenderse de los abusos de sus agresores, ya que les impiden que se desarrollen adecuadamente.

## Capítulo1 - Planteamiento del problema

La violencia doméstica es un problema social en México que está presente en muchos hogares, desencadenando dolor, tanto físico como psicológico, en distintos miembros de las familias mexicanas. Dentro de las inquietudes de este fenómeno están los hechos de violencia, los cuales implican una de las afectaciones más fuertes que ha venido castigando a la humanidad (Martínez, 2011).

Martínez (2011) refiere que la violencia doméstica es todo acto que se comete en el seno del hogar por uno de sus miembros sobre el cuerpo, integridad psicológica y libertad de otro miembro; siendo las mujeres las principales víctimas. Dicho problema ha sido ignorado a pesar de estar presente en la realidad cotidiana, porque se cree que estas tienen menor valor y poder que los hombres en la sociedad. Esta violencia puede ponerse de manifiesto en humillaciones, amenazas y otras formas que constituyen el abuso psicológico. Así como abusos físicos en los que las mujeres reciben empujones, golpes o abuso sexual (p.2).

La violencia doméstica ha estado presente en las relaciones humanas desde tiempos inmemoriales. Hasta hace varios años, este tema era un secreto para las investigaciones, pero en los últimos tiempos se ha convertido en un problema de salud evidenciado por un creciente interés hacia la problemática, siendo la violencia hacia la mujer la más estudiada (Martínez, 2011, p.2).

Valdez, et.al. (2009) señalan a la violencia contra la mujer como un problema social (no como un asunto individual) que comenzó a cobrar visibilidad hace más de dos décadas, para después ser reconocido como objeto de estudio, ocasionando que la mayoría de los gobiernos actuales se vean obligados a diseñar e instrumentar políticas públicas al respecto.

Uno de los mayores problemas de la violencia doméstica es que *“puede afectar a largo plazo la salud mental de la mujer con la aparición de trastornos mentales o problemas de salud mental, tales como: depresión, baja autoestima, intentos de suicidio y trastorno de estrés postraumático”* (Vargas, 2017, p.2).

Vargas, (2017) afirma que existen aspectos sociales y culturales enraizados en la violencia contra las mujeres basados en la idea infundada de que la mujer es propiedad del hombre, pudiendo hacer con ella lo que desee: *“se vincula con inequidades en las relaciones de poder entre varones y damas en los escenarios social, económico, religioso y político”* (Vargas, 2017, p.2).

Ferreira (1996) asevera que una de las causas es que existen hombres que tienen una combinación de amor y miedo por la mujer: *“ellos se sienten como criaturas con miedo, temen que los abandone su pareja y desean tener seguridad de cualquier forma, esto es una manera de auto defenderse constantemente activa”* (p.59).

### **Contexto en que ocurre el problema**

Una de las causas por las cuales existe el problema de la violencia doméstica contra la mujer en México es que muchas mujeres la siguen tolerando hasta quedar totalmente destruidas física, psicológica y moralmente (Rodríguez, et. al., 2011). *“...otras acusan a sus agresores ante la policía, que muchas veces no toma debidas cartas en el asunto”* (Rodríguez et al., 2011). Ocurre, también, que la víctima se vuelve violenta, o bien, dependiente del agresor aún después de ser violentada por éste, debido a que *“...las anima la familia y lamentablemente en ocasiones la sociedad, a permanecer con el abusador”* (2011, p. 42).

Rodríguez et al. (2011) señalan que en ocasiones las mujeres violentadas que se quedan en sus hogares sufren sin que nadie las escuche por temor a perder su seguridad económica, generalmente esto pasa con mujeres que tienen pocos estudios. Otra de las razones para no dejar al victimario es por amenazas de más agresiones o de muerte; la persona violentada se desmoraliza psicológicamente, lo cual impide que tome decisiones adecuadas y que su autoestima sea baja, al grado que crea que merece que la insulten y la maltraten. Esto puede llegar a causar efectos negativos en su salud: *“...las mujeres que aguantan una relación abusiva indefinidamente acaban por perder su salud física y mental se enferman y toda la familia termina enferma y no saben protegerse ni se dan cuenta del peligro que corren”* (Rodríguez et al., 2011, p.52).

Para identificar la prevalencia del problema se consultaron varias instituciones que dan cuenta de la violencia doméstica contra la mujer. Los datos proporcionados por la Secretaría de Salud para 2010, (CONAPO, 2010) corresponden a las entidades de la República mexicana en las que se registró el mayor número de casos probables de violencia intrafamiliar fueron:

Ciudad de México

Nuevo León

Campeche

Sinaloa

Veracruz	Michoacán
Hidalgo	Guanajuato
Distrito Federal	Chihuahua
Jalisco	Nayarit

En la gráfica 1, se muestra el porcentaje de violencia intrafamiliar de 2010, en la que se puede apreciar una mayor incidencia en las mujeres que en los hombres, además, arroja un alto índice de violencia contra la mujer en cualquier ámbito ya sea educativo, económico y cultural (CONAPO 2010).

Grafica 1, Casos registrados de violencia intrafamiliar (Nacional)

### Número de casos registrados de violencia intrafamiliar por grupos específicos, 2010



Fuente: SINAVE/DGE/Salud/Sistema de notificación semanal de casos nuevos/ Acceso al cierre de 2010. Consultado en <http://www.dgepi.salud.gob.mx/anuario/html/anuarios.html>

Los datos que arroja el INEGI del 2013, reportan que, en el año 2011, 63 de cada 100 mujeres declaró haber padecido algún incidente de violencia ya sea por parte de su pareja o de cualquier otra u otras personas. Esto conlleva graves riesgos para la salud de las víctimas tanto a nivel físico como psicológico. *“El impacto emocional que genera esta situación es un factor de desequilibrio para la salud mental para las víctimas”* (Fernández, 2003, p.5).

La gráfica 2 presenta a las víctimas que fueron a denunciar la violencia intrafamiliar sufrida en sus hogares. El INEGI muestra un porcentaje más alto para la mujer en el año

2013. Estas denuncias están registradas como averiguaciones previas, iniciadas en el territorio nacional, realizadas en la procuraduría de justicia estatal (INEGI, 2013).

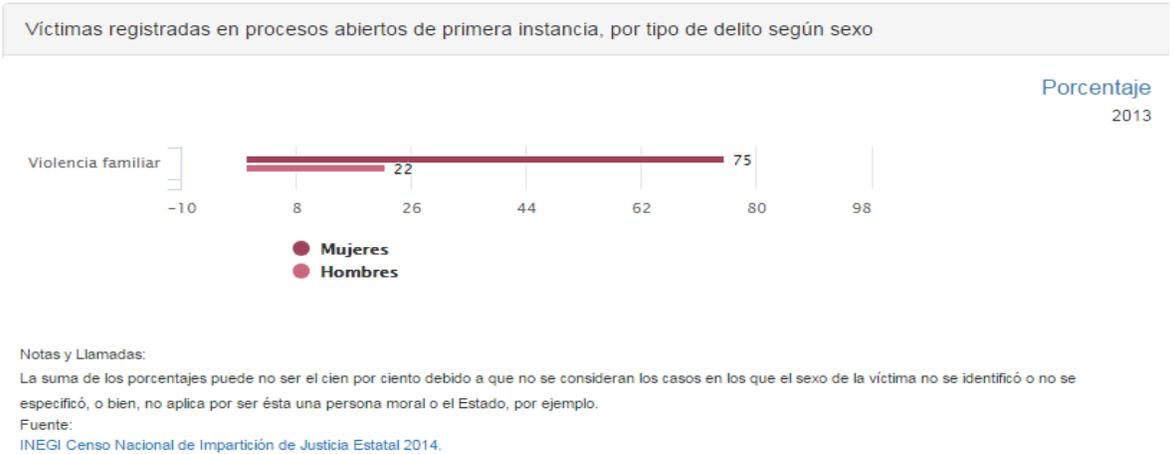
Grafica 2, Víctimas registradas en averiguaciones previas iniciadas (Nacional)



Notas y Llamadas:  
 La suma de los porcentajes puede no ser el cien por ciento debido a que no se consideran los casos en los que el sexo de la víctima no se identificó o no se especificó, o bien, no aplica por ser ésta una persona moral o el Estado, por ejemplo.  
 Fuente:  
 INEGI Censo Nacional de Procuración de Justicia Estatal 2014.

La gráfica3muestra el número de víctimas que denunciaron violencia y que fueron registradas en procesos abiertos de primera instancia por algún tipo de delito, en este caso violencia familiar, donde se aprecia un nivel alto en la mujer.

Grafica 3, Víctimas registradas en procesos abiertos



Notas y Llamadas:  
 La suma de los porcentajes puede no ser el cien por ciento debido a que no se consideran los casos en los que el sexo de la víctima no se identificó o no se especificó, o bien, no aplica por ser ésta una persona moral o el Estado, por ejemplo.  
 Fuente:  
 INEGI Censo Nacional de Impartición de Justicia Estatal 2014.

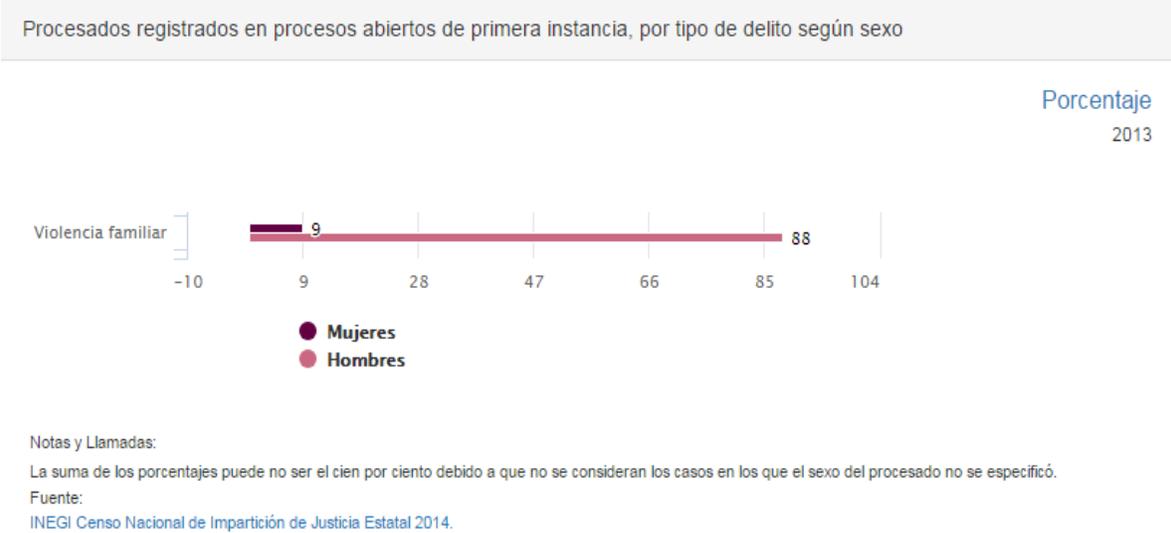
En la gráfica 4 del INEGI (2013) se aprecia la cantidad de inculpados registrados en averiguaciones previas que hay por violentar a la pareja o la familia.

Grafica 4, inculpados registrados en averiguaciones previas iniciadas



La gráfica 5 muestra el alto porcentaje de hombres procesados por denuncias de parte de la mujer en cuanto a por violencia familiar en el año 2013, siendo el censo nacional de impartición de justicia estatal.

Grafica 5, Procesados registrados en procesos abiertos



En la tabla 1, se presenta la información sobre las cifras de delitos clasificados bajo los criterios establecidos en la Norma Técnica para la Clasificación Nacional de Delitos del Fuero Común, esto para fines estadísticos, donde se registran los presuntos delitos como la violencia familiar y otros contra las mujeres, esto en el estado de Jalisco en el año 2016 (INEGI 2016).

<b>Tabla 1</b>	<b>Violencia familiar</b>	<b>Otros delitos que atentan contra la vida y la integridad corporal</b>	<b>Otros delitos contra la familia</b>	<b>Contra el libre desarrollo de la personalidad - No especificado</b>	<b>Armas y objetos prohibidos</b>	<b>Amenazas</b>
<b>Jalisco</b>	7,900	1,309	965	120	627	6,983

Enseguida se muestra la tabla 2 con la cantidad de denuncias presentadas por mujeres que vivieron violencia intrafamiliar, de acuerdo con el monitoreo de indicadores del desarrollo de Jalisco MIDE (2017). Son cifras preliminares que están sujetas a los ajustes pertinentes debido a que, en el proceso de investigación de las averiguaciones previas, pudieron sufrir cambios en el tipo de delito o presentar delitos adicionales, por lo que debe considerarse la información con las reservas a estas aclaraciones.

<b>Tabla 2 de valores de Mujeres que vivieron violencia intrafamiliar</b>					
<b>2012</b>	<b>2013</b>	<b>2014</b>	<b>2015</b>	<b>2016</b>	<b>Valor vigente 2017</b>
5,958	4,594	4,576	8,543	11,422	2,200

### **Violencia doméstica contra la mujer**

La violencia doméstica representa un peligro para la armonía social, ya que, quebranta la trama social, perturba a la familia del hogar y produce miedo; además deshace el sistema familiar, obstruye la independencia y el libre albedrío de la persona afectada, tanto así, que su libertad interpersonal se ve atrofiada, trae consecuencias negativas que afectan la integridad física de la mujer, su estado psicológico y desarrollo

emocional, social, así como espiritual y por supuesto, se transgreden sus derechos humanos (Delgado, et. al. 2015, p.19).

### **Los agresores y las causas**

Velásquez (2011), refiere que el victimario (que usualmente es un hombre) no deja de ser el responsable de la violencia generada en la pareja y la familia; pues se ha comprobado que los hombres muestran actitudes de “ventaja”, sobre las mujeres, lo que habla de una relación de poder, que es ocasiones es más fuerte que el vínculo afectivo.

Los tipos de violencia son tanto a nivel físico como psicológico, económico y sexual; siendo predominantemente física:

Los resultados que se han obtenido sobre la actitud de los hombres en las audiencias de conciliación, es imponente y agresiva, la actitud de las mujeres en las audiencias es de victimización y la de los hombres, de silencio y desquite posterior con las mujeres, por lo que entonces valdría la pena apoyar con empoderar a las mujeres para evitar la violencia doméstica (Velásquez, 2011, p.7).

Hasta el día de hoy la violencia doméstica se encuentra presente y persistente en la sociedad. Según estudios de investigación las cuestiones culturales también son los factores más apremiantes para la enseñanza del carácter y la personalidad de los individuos. Generalmente la formación se basa en someter a la persona e imponer algún respeto “para una adecuada educación” aquí se origina la violencia dentro del lugar de convivencia. Saliba (2017) refiere que:

Otro de los factores nada benéficos es la cultura patriarcal, la cual viene desde tiempos atrás y se convierte en algo repetitivo en las generaciones posteriores, quizás sea complicado erradicarla por medio de leyes y normas, sin embargo, los grupos de facilitación podrían tener un efecto benéfico para la mujer (p.205).

Las causas que hasta ahora son más frecuentes en la violencia doméstica son la ingesta de alcohol, el consumo de drogas psicoactivas; el despido o desempleo, la pobreza, así como los problemas emocionales de los agresores:

Los resultados que arroja esta investigación son que estas personas no tienen maneras o métodos adecuados para controlar su agresividad con la víctima, ni la educación para solucionar problemas y mucho menos son asertivos, lo que actualmente se propone opera son centros de apoyo a la mujer maltratada (García, 2012, p. 90-91).

### **Reacciones que tiene la mujer ante la violencia doméstica**

En algunas ocasiones, la mujer víctima de violencia doméstica se excluye de la sociedad para evitar los celos de su pareja, esto hace que pierda total comunicación con la sociedad y se quedan estancadas en el entorno de violencia. Forward (2013) menciona que, debido a la situación de violencia que viven, estas mujeres se encuentran *“deprimidas, calladas y casi siempre llorosas, muchos sufrientes se distancian y no dan explicaciones”* (p.57).

Las mujeres víctimas de violencia tienen reacciones de abatimiento y falta de energía; en ocasiones, al verse lastimadas físicamente, evitan salir y solicitar apoyo. Su único recurso es llorar en soledad por lo que, sienten vergüenza y desconfianza, pareciera que es un castigo meritorio.

Actualmente, en algunos casos y de acuerdo a los valores y pautas sociales o familiares, se asigna a la mujer un sometimiento, una sanción por incumplimiento al rol de pareja y una costumbre a ser maltratadas como destino asignado a la mujer. *“Algunas mujeres se sienten aquejadas de sentimientos de culpa cuando el hombre justifica su maltrato por el incumplimiento de sus obligaciones”* (Agoff, 2006, p.312).

Así mismo, pueden llegar a presentar incomodidad emocional como: pesadumbre o malestar que, aunque no sea demostrado orgánicamente, puede atribuirse a un resultado de la violencia intrafamiliar. *“Algunos de los síntomas y sensaciones asociadas con el malestar emocional son: tristeza, sentimiento de vacío, dolores musculares, de cabeza, o de ambos, insomnio, fatiga, preocupación, nervios e irritabilidad”* (Berenzon, 2014, p.316).

Gómez (2012) refiere que la mayoría de los casos de violencia contra la mujer son consecuencia de la cultura patriarcal que se vive, ya que a la mujer se le margina y violenta dentro de su hogar, la persona se aparta de la realidad, causándole desequilibrio mental, anulándole la moral para modificar su existencia agobiante.

Las mujeres en una situación de violencia en el hogar, se encuentran totalmente vulnerables, muchas veces sin saber qué hacer o decir, donde los roles de pareja son muy distintos, ya que la mayoría de las mujeres están dedicadas al hogar y las obligaciones se convierten en una situación monótona y que generalmente el hombre no reconoce por estar inmerso en sus actividades diarias fuera del hogar , ya que llega cansado y sin querer dialogar con la mujer; esto puede llegar a generar violencia doméstica, otro factor es por falta de entendimiento. *“Las mujeres se encuentran en una situación particular de vulnerabilidad, donde un conjunto de desigualdades está asociado, y que hace falta una comprensión integral del escenario en que viven para enfrentar el problema”* (Santiago, et. al., 2017 p.78).

Por su parte, Reyes, et. al., (2017) afirma que *“el miedo es otra de las respuestas emocionales ante un posible perjuicio, lo cual mueve un resultado conductual”* pues *“se refiere a un sentimiento negativo que puede modificar la conducta, así como los modos de los individuos”* (p.243). El miedo no permite que las mujeres puedan ver opciones para evitar la violencia. Sienten miedo y buscan más opciones de ayuda o desahogo, sin embargo, recurren a aislarse y vivir en soledad su dolor, sin buscar ayuda, *“la mención de que se alejarían o se irían aparece en segundo término y en menor medida que se escaparían de ese lugar”* (Reyes, et. al., 2017, p.252).

Uno de los efectos más preocupantes de la violencia doméstica es el suicidio, habitualmente estas mujeres sufren intimidación verbal, emocional física y económica *“las mujeres sufren más violencia cuando detectan valores de seguridad y estabilidad en vez de valores de autonomía e independencia”* (Morfín, 2015, p.58).

Por ello es importante que, cuando la mujer se ve en situaciones de violencia doméstica, cuente con un apoyo oportuno para limitar las conductas suicidas *“Favorecer el apoyo social y la salud mental, mediante los protocolos de atención a las víctimas de violencia doméstica, sin importar su edad o la gravedad de los incidentes sufridos a causa de dicho problema”* (Morfín, 2015, p.61).

Es necesario crear modelos donde se marque la imperiosa necesidad de cuidado personal, en el quehacer de la libertad y la autonomía en la toma de decisiones, esto debería ser inculcado desde los primeros años de vida, puesto que cuando crecen las mujeres ya tienen identidad de género *“Promover la cultura de la no violencia y el buen trato en los hogares, el desarrollo de una dinámica cooperativa y de equidad entre los géneros, tanto en el ámbito público como en el privado”* (Morfín, 2015, p.61).

## **Grupos de apoyo emocional para empoderar a la mujer violentada**

Como se vio en el apartado anterior, la violencia doméstica tiene un sinnúmero de consecuencias negativas para sus víctimas, quienes tienen una gran necesidad de escucha y de apoyo. Una de las soluciones a dicho problema sería desarrollar políticas integrales y apostar por formas alternativas de enfrentamiento que no sean otra forma de violencia, para resguardar la plena vivencia de la ciudadanía, por lo que, se sugiere formación de grupos de apoyo emocional para su empoderamiento.

En este apartado se explicará las formas en que la mujer se puede ayudar para la prevención de la violencia doméstica, los resultados que arrojan las investigaciones, así como las propuestas para la mejora en contra de la violencia: en concreto en este documento se propone el apoyo a la mujer víctima de violencia a través de grupos de facilitación donde ella se empodere, atendidos por un facilitador capacitado, para lograr que las víctimas de violencia trabajen la resiliencia para enfrentar los contextos difíciles, otro beneficio a partir de estos grupos es que logre concientizarse sobre sus derechos a los que es acreedora como ser libre de violencia y que en el momento que lo desee cuenta con apoyo del gobierno y otras instancias.

Este trabajo está basado en atender grupos de mujeres en situación de violencia desde el Desarrollo Humano, sin embargo, es importante destacar la importancia de un equipo multidisciplinario, pues, para poder hacer un trabajo integrado y óptimo es imprescindible abordar el tema desde diferentes campos profesionales: Psicología (Emocional - Cognitivo), Derecho (Legal), Servicio social (Social), y Medicina (salud) (Castro, 2009, p.127).

Una forma de atender a los grupos es comprender el mundo cognitivo y emocional de la persona, cómo afronta su realidad y porqué existe una dificultad tan grande para destruir el ciclo de la violencia doméstica en la que se encuentra hundida. *“Una de las técnicas grupales se centra en colocar a las mujeres en una doble posición: recibiendo y dando, condición que facilita el empoderamiento y la des-victimización, teniendo como premisa que todas son capaces de ayudar a otras”* (Castro, 2009 p.122).

La propuesta es promover el empoderamiento de las mujeres que estén dentro de los grupos de apoyo emocional, tienen como premisa que *“todos sus miembros se sitúen al mismo nivel y no sean dirigidos”* (Castro, 2009 p.122).

*“El empoderamiento genera la necesidad de construir lazos de seguridad en el espacio alrededor del cuidado de sí mismas, a partir de habilidades de comunicación, como*

*escucharse, atraer a otras mujeres a estar en las reuniones y hablar cara a cara” (Caicedo, 2015, p.1605).*

El seguimiento y los efectos de empoderamiento de las mujeres se manifiesta por el cambio de los valores y las formas de verse en su realidad. Caicedo (2015) refiere la consolidación sistemática de acciones para gobernarse, acordes a sus problemas sociales y configurar el mecanismo, así como una red de protección para sí mismas y la comunidad, de este modo, continúan en su proceso de reconocimiento desde su rol al fortalecer la capacidad de independencia económica y de pensamiento.

Los resultados en el proceso de empoderamiento se dan por la acción, se va consolidando con la transformación de las formas de percibirse y ser mujer en su realidad, y se refleja en los valores compartidos. Las mujeres están empoderadas y continúan generando procesos de empoderamiento en los grupos durante toda la intervención (Caicedo, 2015, p.1612).

El proceso de empoderamiento grupal es una propuesta de solución que aporta al bienestar individual de la mujer. De acuerdo a Caicedo (2015) en un entorno social amplio, que incluye lo familiar y lo comunitario, a través del proceso de facilitación grupal las mujeres transformaran sus formas de percibirse y de percibir su realidad a partir de compartir valores sobre la opresión al género y la violencia contra la mujer, eso les permitirá obtener salud mental, fortalecerse en la ayuda grupal y en el tiempo constituir una comunidad que responde a problemas sociales como la violencia contra la mujer.

Canaval et. al. (2007) afirman que la espiritualidad es un medio transcendental significativo que ayuda a las mujeres a tener un proceso de cambio que logra modificar el conflicto *“De allí la importancia de tener en cuenta este aspecto en la valoración y el cuidado que se brinde a las personas en los programas de salud y en el acompañamiento de situaciones específicas”* (Canaval, et. al., 2007, p.76).

Las personas con creencias espirituales generalmente consideran que cuentan con más recursos y soporte en su existencia, por lo que a través de investigaciones sobre la resiliencia a mujeres violentadas proporciona ventajas sobre el alivio del dolor propinado por la violencia doméstica (Canaval, et. al., 2007, p.77).

Otra de las formas en que las mujeres violentadas en el hogar se pueden ayudar, es conociendo sus derechos como mujeres, ya que muchas veces creen que lo que viven es normal, y que así debe ser el comportamiento de los agresores, por lo que, sin embargo, tienen derecho a vivir una vida libre de violencia e igualdad, sin embargo, las creencias

y las instituciones siguen marginando a las mujeres a un rol secundario, sin protegerlas de violaciones a derechos que particularmente las afectan, como la violencia doméstica.

Los derechos humanos imponen a los Estados la obligación de respetar, proteger e implementar los derechos humanos. Los Estados deben, por una parte, abstenerse de violar este tipo de derechos y proteger a las personas de que otros violen sus derechos; por otra, deben establecer las condiciones para que las personas los puedan disfrutar (Rein, 2013, p.223).

Se pretende que en los grupos de acompañamiento puedan conocer sus derechos y se empoderen gradualmente.

### **El problema de la violencia intrafamiliar desde la perspectiva de tres de sus víctimas**

A continuación, se presenta el entorno en el que vivían las entrevistadas Ofelia, Juanita y Laura, las cuales dieron cuenta de la violencia doméstica, ellas comentaron que recibían menosprecios y malos tratos por parte de sus familiares más cercanos, la violencia que recibieron fue por parte del esposo, el padre y la abuela respectivamente, refieren que cada uno de los agresores se encontraban en un estado alterado y que la angustia que sienten es por no haberse podido defender en el momento de la agresión, y que la tristeza acumulada que guardan dentro, es por los recuerdos de ésta. Es importante mencionar que se utilizaron pseudónimos por confidencialidad

Ofelia comenta que cuando recibía malos tratos el esposo, se encontraba en estado etílico y ella no podía defenderse de las agresiones dentro de su hogar. Actualmente ella se encuentra en un albergue cuidando de su esposo enfermo.

Juanita es ama de casa y vive con su marido, él la trata bien pero cuando recibió violencia doméstica fue cuando vivía en la casa de su papá, ella tenía 17 años. Refiere que el papá la lastimaba a ella y a todas sus hermanas, quienes también recibían amenazas, como pegarles si se salían de la casa, además, vivían al día con lo que ganaba su padre y que su casa era pequeña.

Laura, comenta que su infancia la paso en un rancho, donde los maltratos por parte de la abuela eran frecuentes. Su casa era pequeña, y vivía con lo que ganaba su abuela. Este ingreso era poco y no tenían para comprarle zapatos. Ella ayudaba a la manutención de la casa, la mandaban al molino a trabajar a las 3 o 4 de la mañana. Casi no tenía contacto con nadie, solo con su abuela y con una prima.

Las intenciones que tuvieron estas mujeres fueron en un futuro huir del lugar donde se encontraban, ya que tuvieran más edad para poder hacerlo, sin embargo, dicen que fueron sometidas. Enfatizan sobre los objetos utilizados por los agresores como tijeras y mazorcas con las que fueron lastimadas, debido a esto comentan que fueron marcadas de por vida. Ellas refieren que evitaban que las ayudaran por no molestar a sus familiares, por lo que prefirieron sufrir su dolor a solas.

A continuación, se presenta la visión que tienen las tres mujeres, así como quienes fueron los victimarios y las actitudes de los agresores; la violencia se llevó a cabo en sus hogares. Describen sus reacciones al ser lastimadas física y emocionalmente, así como el tipo de insultos y marcas que recibían. Comentan sobre las decisiones y actitudes que tomaron para desprenderse de la violencia recibida.

### **Familiares que ejercen la violencia doméstica**

Generalmente los hombres son los que mayormente ejercen la violencia hacia la mujer como el esposo a la esposa, el padre a la hija, el hermano a la hermana; sin embargo, en ocasiones, la abuela ejerce violencia en la nieta (Ferreira, 1996). Esa manera de actuar es aprendida desde la infancia y muchas mujeres aceptan que así sea, ya que lo han visto tanto dentro de su casa como en la de sus parientes, amigos y conocidos. Esto es, como si formara parte de la cultura del país, sobre todo en aquellas clases sociales poco alfabetizadas, aunque ocurre en todos los niveles sociales.

Ofelia, Juanita y Laura, comentan que las personas agresoras en el hogar son: el esposo, papá y abuela, y lo refieren así: *“Mi esposo me tiró al suelo y me pegó”* (E1, p.1), *“Mi papá nos daba unos cachetadones para que no anduviéramos de coquetas”* (E2, p.5), *“Me golpeaba mi abuela cuando había chanza”* (E3, p.10). Debido a esto ellas dicen: *“Me lástima porque fue mi papá”* (E2, p.5), *“Me siento mal por no poder hacer nada para defenderme”* (E3, p.14). En estos testimonios se puede constatar que el maltrato es una forma de controlar a la mujer y someterla.

### **Estados emocionales del agresor, cuando hay violencia doméstica**

Ofelia, Juanita y Laura, argumentan que cuando los familiares las agredieron, ellos se encontraban en un estado emocional alterado, como *“enojado, renegón y corajudo, o consumiendo alcohol”*. Ofelia, da cuenta de lo que vivió: *“Si mi marido me golpeaba por corajudo y borracho”* (E1, p.1), Juanita dice: *“Mi Papá reniega de todo, anda buscando*

*qué no le gusta para decirme” (E2, p.4), Laura dice: “Mi abuela, siempre está enojada conmigo” (E3, p.11). Las víctimas dan cuenta de los que vivieron a lado de sus familiares sin poder hacer o decir algo “Los victimarios se sienten inseguros y asustadizos porque temen ser abandonados y quisieran tener mucha seguridad” (Ferreira, 1996).*

### **Descripción de la agresión en la violencia doméstica**

Juanita, Ofelia y Laura dicen que, con la violencia recibida, no se podían defender y las tenían sometidas todo el tiempo, las formas en que dicen que las agredían son: tirar al suelo, pegar, ahorcar, golpear, salirse de la casa, celos, reclamar la comida, manosear, negar comida y vestido, obligar a levantarse en la madrugada. Ofelia dice: *“Mi esposo me tiró al suelo me pegó y me pegó, quiso ahorcarme, me dejó el ojo bien rojo”, “Me molestaba que se saliera mi esposo de la casa”(E1, p.1).* Otro caso fue el de Juanita que argumenta que *“Eran unos cachetadones que nos daba mi papá, para que no anduviéramos de coquetas”, “Mi papá era muy celoso”, “Con un cachetadón nos tiraba al suelo”, “Mi papá nos arrimaba las cosas de mala gana y era un eterno estarnos reclamando la comida”, “Mi papá manoseo a mi hija y le dije vete de mi casa” (E2, p.5, 9).* Así mismo Laura también sufrió violencia doméstica donde da su relato: *“Mi abuela no me dejaba salir y lloraba y me pegaba”, “Mi padre nunca me dio nada ni comida ni vestido”, “Mi abuela me levantaba a las 4 o antes de la mañana, me mandaba a esas horas al molino, hasta que amanecía” (E3, p.12).*

Mullender (2000) explica que soportar ataques graves y constantes tienen consecuencia psicológicas, que el sufrimiento emocional crónico no es una reacción anormal, sino normal, ante este tipo de situaciones, los hombres que abusan físicamente de las mujeres también utilizan deliberadamente tácticas psicológicas para reforzar su control sobre ellas, una vez les han creado el miedo a sufrir nuevos ataques basta con una amenaza verbal un gesto o una mirada para mantener la atmósfera de constante temor y la angustia de intentar prever cuándo se le va a antojar a él agredirlas otra vez.

Los agresores usan cualquier cosa para asustar a la víctima para infundirles miedo, y dejan ver sus armas para intimidarlas, mantenerlas asustadas, también por medio de lastimar a los hijos dañan a sus víctimas. Ellas viven angustiadas por temor que les infunde todo el tiempo el victimario (Mullender, 2000).

### **Reacción emocional que aparecen en la víctima, como consecuencia de la violencia doméstica**

Las mujeres entrevistadas comentan que desde hace mucho tiempo se sienten “Incómodas, impotentes, desvalorizadas, con coraje, miedo, inconsolables, traumadas e intimidadas” por todo lo sucedido con la violencia que tuvieron en sus hogares. Esta situación les dejó secuelas de dolor. Los victimarios dañan tanto a la persona agredida como a los familiares, ellas refieren que han perdido la confianza en sus seres queridos y viven con mucho miedo. Ofelia da su testimonio: “*Me siento impotente con ganas de hablarle a la policía*” (E1, p.1). Juanita dice: “*Mi mamá salía con la cabeza baja sin poder mirar a su alrededor*”, “*Lloraba mucho, me iba a llorar a un rincón*”, “*Me daba coraje cuando me daban bofetadas*”, “*Mi hermana quedó bien traumada, porque dice que a su papá le tiene miedo*” (E2, p.5,7,9). Laura dice cómo se siente: “*Me siento cansada*” (E3, p.13).

### **Insultos que usa el agresor cuando hay violencia doméstica**

Los victimarios utilizan groserías que lastiman la dignidad de la mujer y demerita su inteligencia. Mientras que sus víctimas afirman que han guardado el dolor que sintieron en ese momento por mucho tiempo, sin poder decirle a nadie lo que les pasa o sienten, también comentan que esta situación le es incómoda. Ferreira (1996) afirma que:

..los insultos abarcan una gama extensa de expresiones que apuntan a herir diferentes aspectos de la mujer que el hombre reconoce como más sensibles y vulnerables. Injuriará su inteligencia gritándole, bruta, mongólica, idiota, estúpida, infradotada, inútil, retardada. [...] Insultará su dignidad diciéndole basura, porquería, vieja, fea, gorda, inservible. Agraviará su salud acusándola de loca, enferma, neurótica, histérica, drogadicta (p. 172).

Las entrevistadas refieren lo siguiente: Ofelia dice que lo que le decían era: “*Chinga tu madre, pendeja*” (E1, p.2). En el caso de Juanita refiere las agresiones verbales: “*Él me decía que era la más tontita de la casa*”, “*Me decía mi papá son viejas y las viejas no sirven para nada, vas a ser una prostituta, no sé para que vinieron al mundo, nomás a darme trabajos*” (E2, p.7,8). En el caso de Laura comenta: “*Me decía que me había recogido por lástima, no porque me quería*” (E3, p.11). Las entrevistadas dan cuenta de los maltratos psicológicos por parte de sus seres queridos lastimándolas emocionalmente y sin poder hacer nada para evitarlo.

### **Marcas que deja el agresor, cuando hay violencia doméstica**

Las mujeres entrevistadas refieren que las agresiones les dejaban marcas en el cuerpo. Ofelia comenta: “Mi esposo me dejó el ojo bien rojo” (E1, p.1). Juanita dice: “Mi papá le pegaba a mi hermana con un cable de esos de luz y la dejaban a punto de reventar los cables y no lloraba”, “Se nos ocurría voltear y nos daban unos cachetadones” (E2, p.5,7). Laura argumenta que: “Me pegaba con mazorcas de maíz, muy fuerte en la cabeza”, “Me aventó las tijeras y me las ensartó en la pierna” (E3, p.11). Esto es un daño físico lastimoso que afecta al entorno familiar. Dice Ferreira, (1996) que las lesiones o golpes abarcan todo el daño físico que puede ocasionarle el hombre golpeador a la mujer golpeada, producido con las patadas o puñetazos o con la utilización de objetos y armas, el mencionado daño físico deja hematomas, marcas quebraduras y fracturas de huesos.

### **Decisiones posteriores que toma la mujer, cuando fue víctima de violencia**

Las reacciones que tuvieron las mujeres entrevistadas al recibir violencia doméstica, después de un tiempo, fueron abandonar la casa y no volver, casarse, jamás visitar a los papás, irse de la casa, correr al papá. Ofelia dice: “Azoté muy fuerte la puerta y salí enojada” (E1, p.3). Juanita refiere que: “Casi no regresábamos a ver a mi papá”, “Me voy a ir de la casa y no voy a volver, me fui con mi marido”, “Sabes que papá yo te quiero mucho, pero vete de mi casa, yo aquí no te quiero porque anoche hiciste esto” (E2, p.6,9). Laura también dice: “Yo decía algún día me voy a ir de la casa” (E3, p.13). Las mujeres víctimas de violencia toman decisiones que no gustan, pero que son la única opción que tiene la persona de escapar del dolor propinado por el agresor.

Labrador (2003) asegura que lo mejor para las personas violentadas es no mantener contacto con quien ejerce la violencia:

una de las claves para la seguridad de la víctima es romper la convivencia con el maltratador, preferiblemente haciendo que él salga del domicilio común, para evitar el castigo suplementario que, para la víctima, además de su condición de maltratada, supone el hecho de tener que abandonar su casa su entorno personal y relaciones, el de sus hijos. [...] por ello hay que planificar la posibilidad de trasladarse a otro domicilio donde no pueda ser localizada por el maltratador o donde la víctima pueda estar protegida (p. 113).

Mullender (2000), por su parte, señala que toda mujer tiene derecho a estar a salvo, y que éstas llevan a cabo complejos intentos de acabar con los abusos y conseguir ayuda externa. Entre las estrategias que utilizan están las amenazas con marcharse, la gran mayoría de las mujeres acaban por dejar la relación, pero dejarla verdaderamente es un proceso, no algo que se haga de golpe. Aunque las decisiones que toman las mujeres no son las más adecuadas, es una forma de salir de la violencia intrafamiliar que les permite vivir tranquilas.

### **Maneras de afrontar el recuerdo de la violencia**

Las entrevistadas dicen que las formas en que ellas han podido superar el dolor causado por la violencia de parte de sus seres queridos fue al trabajar, sacando a sus hijos adelante, al no pensar en la violencia doméstica, platicar, dejar fuera los problemas y utilizar el humor. Refieren que actualmente están en un lugar seguro donde sus agresores ya no les causan daño. Finalmente, Ofelia comenta que superó la violencia de la siguiente forma: *“Yo soy muy alegre y bromista, trabajo y trato de no pensar atrás para ser feliz”, “Platico con mis compañeras de trabajo, hermanas de otra religión”* (E1, p.3). Juanita describe que: *“Yo no tengo porque traumarme porque esa es su vida de él”, “Hay tijeras que cortan, por eso no voy a cargar con problemas que mi Papá venía cargando”* (E2, p.8). Por su parte, Laura refiere: *“Haciendo el esfuerzo de trabajar y no pensar en eso, sacando a mis hijos adelante”* (E3, p.14).

Las entrevistadas se percatan que hay otras maneras de salir de la violencia que viven, sin embargo, aún les queda el dolor emocional que a partir de la ayuda grupal podrán empoderarse y sentirse seguras y amadas. A continuación, se presenta la hipótesis de acción.

### **Hipótesis de Acción**

La hipótesis de acción es la guía para el proceso de investigación, para orientar actividades, solucionar, modificar, transformar y sustituir la situación de inicio vista como un problema. La hipótesis es un paso para la acción, esto modificará la situación del problema, y se considera importante que se dé solución al problema que aqueja. Entonces para lograr esto el siguiente autor nos refiere lo siguiente.

Para Elliott, referido en Latorre (2003) una hipótesis de acción es un enunciado que relaciona una idea con una acción, una pregunta (idea) con una respuesta (acción). Es de gran importancia formular la propuesta de mejora de la hipótesis de acción ya que

es un momento que debe ser claro en el proceso de su planteamiento, de esto dependerá el buen éxito del proyecto de investigación.

McKernan (2001), señala que *“las hipótesis propuestas para resolver el problema de investigación simplemente pretenden contar como ideas inteligentes, y no como soluciones correctas”*. Entonces una hipótesis de acción *“es una idea inteligente para mejorar la práctica”*. Sólo eso, una idea de guía, orienta, sugiere, insinúa... que ayuda a solucionar el problema inicial.

La hipótesis propuesta para resolver el problema de violencia doméstica contra la mujer es la siguiente:

La participación de mujeres en un grupo de encuentro con apoyo emocional en contra de la violencia doméstica, permitiría que éstas se empoderen y, por tanto, afronten de mejor manera la situación de violencia que viven.

Elegida la hipótesis de acción se hace un plan que se aplicará para modificar la situación, las acciones se evaluarán durante el proceso y al final de éste, se tendrán que elaborar indicadores de proceso y resultados, para evaluar en cada momento la intervención. Los resultados se darán a conocer en el apartado de la intervención. Enseguida se muestra porque hay que justificar el problema.

### **Justificación**

Es importante que se atienda la violencia doméstica contra la mujer, ya que es un problema actual, además de que dicho maltrato se refleja en la familia y la sociedad. Es por ello que, a través de reuniones de grupo, se pretende hacer conciencia a las mujeres sobre dicha violencia para que éstas puedan rescatar sus valores, empoderarse, respetarse y amarse a sí mismas.

En los casos vistos en las entrevistas, las mujeres quedaron marcadas por la violencia sufrida y muchas veces evitaron pedir ayuda por miedo a seguir siendo lastimadas, no obstante, actualmente tienen el deseo de que se les ayude.

Lammoglia (2005) afirma que *“la violencia doméstica suele transmitirse de generación en generación hasta que un miembro de la familia decide hacer algo para poner fin al ciclo”*. Por ende, para que la mujer violentada logre vivir desarrollándose lo más humanamente posible, requerirá de apoyo ya que con las agresiones vividas será difícil que lo logre sola. Rogers (1982) menciona que el apoyo de los otros es de gran ayuda, pues *“en cualquier experiencia grupal uno de los aspectos más emocionantes es la manera como los demás miembros se asisten entre sí”* (p.177).

La mujer violentada tendrá un beneficio personal con la facilitación de grupos, por medio del autoconocimiento y con el apoyo del empoderamiento; ya que, a partir de lo aprendido en estos grupos, ella sabrá qué hacer cuando se presente la violencia con el agresor.

## Capítulo 2 - Marco teórico

En el estado del conocimiento se mostraron las causas y consecuencias de la violencia doméstica, así como otras maneras que se ha procurado ayudar a las mujeres para que enfrenten este problema. El interés de esta intervención es el apoyar el empoderamiento de las mujeres que sufren violencia a través del autoconocimiento y el análisis de las opciones que tienen para afrontar la violencia. Para tal efecto se eligió el Desarrollo Humano que va ligado con la Psicología Humanista, específicamente el enfoque centrado en la persona.

Debido a la apremiante necesidad sentida por el cambio y transformación del ser humano, es que surgen las propuestas para la promoción del desarrollo humano. Propuestas que emanan tanto de la Psicología Humanista, como del Enfoque Centrado en la Persona de Rogers (Lafarga, 2005). La corriente humanista buscaba una terapia que le permitiera al ser humano la posibilidad de descubrir su propia autenticidad y personalidad (Quitman, 1989, p. 26).

Uno de los principios de ésta teoría humanista es:

comprometerse con los valores y la dignidad humana e interesarse por el desarrollo del potencial inherente a cada persona. El punto central de esta visión es la persona tal como se descubre a sí misma y se relaciona con otras personas o grupos sociales (Smith, 2013, p.90).

El empoderamiento servirá como apoyo para que las mujeres afronten de mejor manera la violencia en el hogar y sepan qué hacer en el momento que ésta se presente, este se define como:

El desarrollo por medio del cual las mujeres aumentan su capacidad de conformar su propia vida y entorno, germinan una toma de conciencia sobre sí mismas, en su estatus y en su eficiencia en las relaciones sociales, además es importante que conozcan sus derechos humanos como mujeres, en lo político y sociocultural en el que se encuentran, y, a su vez, reconozcan las barreras mentales y económicas que afectan el cambio (Estrada, 2013, p.82).

Esta intervención brindará herramientas para el empoderamiento de las mujeres víctimas de violencia, para lograrlo se deberá de crear un ambiente adecuado para la libre expresión de los sentimientos e ideas en los que se eviten los juicios, las recomendaciones y las sugerencias; teniendo como resultado que la mujer comprenda

mejor sus sentimientos y logre ver sus opciones en el caso de que se presente la violencia.

### **Origen y fundamentos del Desarrollo Humano**

El Desarrollo Humano es el estudio científico del cambio y estabilidad durante el ciclo de vida humano (Papalia, 1984, p.4). Pero no es sólo el estudio, sino también su promoción; por ello busca fomentar el desarrollo del potencial humano. Esta promoción tiene como marco una concepción humanista de persona y unas formas claras de establecer relaciones, se les llama relaciones de ayuda, concebida por Rogers (1964) comenta que aquélla relación en la que debería surgir en una o ambas partes un esfuerzo encaminado a obtener una clara expresión y un considerable uso funcional de los recursos internos latentes del individuo. Por lo que la mujer víctima podrá encontrar sus propios recursos al vivenciar su experiencia en los grupos de apoyo emocional.

El objetivo del Desarrollo Humano es que las personas tomen responsabilidad de su vida, siendo conscientes de sus acciones, pensamientos y emociones, esto siempre y cuando se tengan las condiciones para que esto ocurra (Lafarga, 2005).

Una intervención basada en el Desarrollo Humano brindará a las mujeres víctimas de violencia herramientas para su proceso de promover su cuidado personal, sin embargo, es una labor que dura toda la vida y que inicia en la propia persona. Esta labor está fundamentada en un dato universal, la tendencia al crecimiento que en el ser humano es auto determinante y es el soporte de la evolución personal y social. Las opciones enriquecedoras liberadoras y responsables que brinda este proceso crecen indefinidamente. *“Esta visión del hombre que ofrece el Desarrollo Humano está fundamentada en la premisa del amor del hombre a la vida”* (Lafarga, 2013, p. 136).

En base al Desarrollo Humano se buscará potencializar el desarrollo y encaminar al proceso de crecimiento integral de las personas maltratadas con quienes se trabajará. La labor se realizará a través de un grupo de encuentro, con la finalidad de que las mujeres víctimas de violencia logren un aprendizaje significativo en sus vidas el cual se desarrollará a partir del conocimiento personal.

### **El proceso de facilitación**

La Psicología Humanista está ligada al Desarrollo Humano, donde este cumple un papel importante ya que se encuentra presente en:

El crecimiento y el desarrollo que son parte de la naturaleza del ser humano, es el resultado de que dos o más personas se den, a través de una relación, la libertad para hacer, es decir, para asumir como propios su pensar, su sentir y su actuar (Lafarga, 2005, p.2).

Para respaldar esta investigación-acción se utilizará la teoría que surge de la Psicología Humanista, esto para dar cuenta de la forma de abordar el problema de la violencia doméstica, algunos principios básicos de esta vertiente son los siguientes:

El hombre es más que la suma de sus componentes; La existencia del ser humano se consume en el seno de sus relaciones humanas; El hombre vive de forma consciente; El ser humano está en situación de elegir y decidir; El ser humano vive orientado hacia una meta (Quitman, 1989, p. 19-26).

Existen varios enfoques humanistas como el existencial, Gestalt y experiencial transpersonal, sin embargo, el enfoque necesario para esta intervención de violencia doméstica contra la mujer es el Enfoque Centrado en la Persona, ya que otorga las bases para ser el encargado de potencializar las habilidades de las personas; una de las formas de lograrlo es que aprendan a conocerse, entenderse y aceptarse para que tengan claras sus necesidades y sus objetivos e ir creando su propio plan de vida.

El enfoque centrado en la persona parte de tres premisas básicas:

una es la confianza en la persona, en que todo ser vivo tiene una tendencia innata a desarrollar su potencial al máximo denominada tendencia a la actualización; otra es rechazar el papel directivo del terapeuta, el cliente es un ser completo, capaz de encontrar las mejores respuestas acerca de lo que necesita, lo que le interesa o le motiva; además se considera; la empatía y la aceptación incondicional (Zappino, 2010, p.77-78).

Básicamente el objetivo del Enfoque Centrado en la Persona es poner en marcha la empatía, la actitud positiva incondicional y la congruencia del ser humano. Martínez (2006) refiere que es la capacidad natural e innata de autodesarrollo que posee toda persona y que la llevará al máximo despliegue y autorrealización de sus capacidades.

Rogers (1964) por su parte, dio a conocer que, ante todo, se deberá valorar y anteponer al ser humano, lo que se busca, es ir al paso de las mujeres y como lo dijo el autor que sea enfocado hacia la persona, no hacia el problema. Por lo que las mujeres tendrán el

beneficio de la facilitadora apoyándolas con estas tres premisas antes mencionadas. Así mismo, explica que el facilitador de grupos de encuentro, debe brindar un seguimiento adecuado, con preparación previa que dará unos resultados favorecedores para el cliente, el proporcionar la autenticidad y transparencia, el manejo será ideal, para que el cliente viva sus verdaderos sentimientos, con cálida aceptación y una sensible capacidad de ver al cliente y su mundo tal como él lo ve. Esto será el reflejo del trabajo a realizar con las víctimas.

Los facilitadores de grupos deben desarrollar habilidades que redunden en la generación de condiciones que permitan un conocimiento más profundo de las causas de sus síntomas. Peláez, et. al. (2013) comentan que, así como la generación de espacios de conocimiento, comprensión, aceptación, empatía, respeto y autenticidad con énfasis en el apoyo del empoderamiento en su proceso de fortalecimiento y desarrollo las personas se reconocen y ven otra forma de vivir su vida. En relación con los procesos de intervención figuran estudios que reportan el trabajo realizado con distintas poblaciones frente a situaciones como, violencia, salud mental, relaciones de pareja, estados emocionales, entre otros y los resultados fueron que las participantes lograron fortalecerse.

Los pasos para poder llevar a cabo el proceso grupal y la dinámica de la relación facilitadora con el grupo de encuentro de mujeres víctimas de violencia fue en base a lo que Barceló (2003) describe en su teoría: el facilitador desarrolla un clima de seguridad, donde genera en forma gradual libertad de expresión y actitudes defensivas. En un clima psicológico semejante, tienden a expresarse muchas reacciones de sentimiento inmediato hacia los demás y hacia sí mismo. De esta libertad mutua para expresar los sentimientos reales positivos y negativos, nace un clima de confianza recíproca; cada miembro se orienta hacia una mayor aceptación de la totalidad de su ser, emocional, intelectual y físico, tal cual es incluidas sus potencialidades; Al disminuir la rigidez defensiva, los individuos pueden, en mayor grado, escucharse mutuamente y aprender unos de otros; Se crea realimentación de una persona a otra en forma tal que cada individuo llega a ser como aparece ante los demás, y qué huella en las relaciones interpersonales; Con esta libertad acrecentada y mejor comunicación, surgen nuevas ideas, conceptos y directivas. La innovación puede dejar de ser un peligro para convertirse en una posibilidad deseable (p. 173-176).

Rogers (1964) señala que estas enseñanzas aportadas por el facilitador y por la experiencia grupal tienden a transmitirse, de modo temporal o permanente, a las

relaciones con el cónyuge, los hijos, subordinados, pares y aun con los superiores, luego de esta experiencia de grupo. Por lo que entonces las mujeres víctimas tendrán el beneficio de transmitir y poner en juego estos aprendizajes con sus seres queridos.

Las actitudes en cuanto al desarrollo del facilitador son: primeramente, la empatía, que es percibir como si uno estuviera en la otra persona, el segundo es la consideración positiva incondicional que se presenta cuando:

Todas las experiencias de otra persona relativas a sí misma son percibidas por mí como igualmente dignas de consideración positiva, eso significa valorar a la persona como tal y como es e independientemente de los distintos valores que pueden aplicarse a sus conductas específicas” (Rogers, 1959, p.41).

Y como tercero está el estado de congruencia entre el yo y la experiencia que es *“cuando las experiencias relativas al yo son adecuadamente simbolizadas e integradas al yo y se genera un funcionamiento adecuado del individuo”* (Rogers, 1959, p.38).

En una relación facilitadora se debe evitar tener actitudes hostiles, pues de lo contrario, será casi imposible entablar una conversación y mucho menos ser empático. *“Sería difícil un buen seguimiento con nuestro cliente, ya que él se pone en estado de alerta y muchas veces se niegan a seguir en el acompañamiento”* (Rogers, 1964, p.48). Por lo que entonces se deberá estar pendiente de cumplir con las actitudes que Rogers propone en la facilitación con las personas.

En el caso de los terapeutas menos experimentados es muy difícil que establezcan una conexión, ya que hay varios puntos en los que no se enfocan para llevar a bien la facilitación con el paciente-cliente (Rogers, 1964, p.49). Por ello, se deberá llevar el seguimiento adecuado para que el aprendizaje de estas mujeres sea tal y como lo marca Rogers.

La manera de iniciar y dirigir un proceso de desarrollo para las mujeres víctimas de violencia es a través del apoyo del empoderamiento, que será facilitando y promoviendo el autoconocimiento en grupo de encuentro, para que la persona experimente sus emociones y sentimientos con otras personas, se conozcan mejor y tomen mejores decisiones, de esta forma ellas se entenderán y se expresarán con más confianza. Deusdad, Moya y Chávez (2012) refieren que el objetivo para lograr el empoderamiento del grupo es ofrecer apoyo para descubrir nuevas formas de vida con respeto y amor; para dar una oportunidad de sanar heridas del pasado, conocerse mejor

y aprender nuevas formas de vivir deseando generar salud mental, desarrollar y/o fortalecer el empoderamiento para romper con el ciclo de la violencia

Estrada (2013) menciona que los tipos de poderes que se pueden emplear para dirigir y/o apoyar a la mujer maltratada a empoderarse son: el poder sobre, el poder para, el poder con y el poder que, los cuales les servirán de apoyo en varias áreas su vida: El poder sobre (están sobre de mí) es la habilidad de una persona o grupo para hacer que otra persona o grupo realice algo en contra de sus deseos; El poder para (para que soy capaz) es el referido a la capacidad de tomar decisiones y solucionar problemas; El poder con (con quien me apoyo) es el de agruparse para generar una solución colectiva aun problema común, uniendo los poderes individuales en uno colectivo para contar con una mayor fuerza para el cambio; El poder desde (trabajo desde mi fortaleza) surge del mismo ser, es la confianza, la fe y la fortaleza que pueden tener y desarrollar en su interior, es el poder personal, es el que permite tomar decisiones y hacer elecciones e incrementa el autoconocimiento y la autoestima (p.82).

Tomando en cuenta los poderes antes descritos, se puede decir que los que más favorecerán el apoyo del empoderamiento a las mujeres con violencia son: el “poder con” “poder para” “poder desde “ya que estos ofrecen la forma de agruparse con personas para generar una solución que se genera en colectivo, tomar sus propias decisiones y trabajar desde su fortaleza, esto genera fuerza para el cambio así como eliminar el círculo de la violencia y mejorar su calidad de vida, con grupos de apoyo emocional a través de la corriente humanista, que se remonta a los primeros trabajos de Rogers, *“quien como investigador desarrolló estudios que se enfocaron primordialmente en evaluar la efectividad del proceso terapéutico grupal y los beneficios de la relación terapéutica”* (Peláez, et. al. 2013, p. 419).

Las condiciones del grupo para el cambio de la mujer maltratada serán en un espacio adecuado de reflexión, en un clima que cuente con un espacio cómodo, en un ambiente de respeto, donde se conozcan mejor y tomen sus propias decisiones así lo refiere Rogers, (1961) comenta sobre una relación en la cual el objetivo de una de las partes es promover en el otro su capacidad de desarrollarse y mejorar para enfrentar mejor las situaciones de su vida, es decir comprender a la otra persona y ayudarla a utilizar mejor sus recursos. Estas relaciones se pueden dar entre dos miembros o en grupos y crecen en la medida en que las partes generan sentimientos de respeto, confianza y agrado mutuo.

En el proceso de desarrollo de la facilitación grupal se creará una relación de confianza con las víctimas. Rogers (1964) señala que la otra persona logrará descubrirse a sí misma, como quien encuentra un tesoro escondido y esta será capaz de utilizarla para su propio beneficio, ya que el cambio está totalmente hecho para su desarrollo individual y personal, cuando se acepta al cliente tal y como es, se convierte en un ser humano de amor, empático, sincero e incondicional y digno de confianza al brindar relaciones de ayuda se estimula el desarrollo de la persona.

Para el proceso se eligió formar un grupo de encuentro ya que es la adecuado para realizar la intervención de mujeres con violencia doméstica, con base en las investigaciones empíricas (experiencia u observación) revisada por Peláez, et. al. (2013) ya que tiene el énfasis de la persona como totalidad y se focalizan en la experiencia subjetiva de la existencia, contemplando temáticas como la capacidad de crecimiento personal, la auto actualización, el reconocimiento, el autoconocimiento, la trascendencia, el sentido de identidad, las capacidades y habilidades, la conciencia de la propia experiencia a través del tiempo, el sentido de pertenencia, la autodeterminación y el autocontrol.

[...] desde la perspectiva de construir a la sociedad a través de los grupos, si se refuerza una mayor comunicación, comprensión, inclusividad, intimidad, confianza, apertura honestidad, vulnerabilidad, feedback, identificación, cercanía, compasión, tolerancia, aceptación, amistad y amor (Maslow, 1998, p. 196).

Para la intervención también se aplicaron las estrategias para entrevistar que son la clarificación, la paráfrasis, el reflejo y síntesis que señalan Cormier y Cormier (1994), ya que refieren que las respuestas de escucha son una forma de transmitir empatía e interés. Implican ver las situaciones desde el marco de referencia del cliente. Estas respuestas buscan corroborar que se ha escuchado el mensaje del cliente. La clarificación; es una pregunta que se utiliza frecuentemente a partir de un mensaje ambiguo del cliente. Su propósito es definir, explicitar o confirmar el mensaje. Paráfrasis; es la repetición del contenido del mensaje que describe; una situación, un acontecimiento, una idea, una persona. Implica una comprensión por parte del psicoterapeuta. Reflejo; es la repetición del sentimiento o la dimensión afectiva del mensaje del cliente. Esta dimensión afectiva del mensaje revela los sentimientos del cliente sobre el contenido. Síntesis; traslada las habilidades anteriores, dado que es una

nueva construcción narrativa que se conforma con lo obtenido de éstas, así como de otras comprensiones del facilitador.

También se utilizó la técnica de la silla vacía que fue la forma en que las participantes contactaron emocionalmente con las personas ausentes que les causaron violencia en sus hogares, esto con el fin de reproducir un encuentro y contactaran con el suceso reconociendo la situación para mejorar el problema analizado. *“La Terapia Gestalt utiliza la técnica terapéutica de la silla vacía para entablar diálogos entre las polaridades o partes opuestas de nuestra personalidad [...] con el objetivo de que la persona logre tomar contacto con ella misma y con otras personas del grupo”* (Catanedo, 2002, p.19,83).

Esto, implica, tener un grupo en el que las mujeres violentadas puedan participar con ciertas condiciones, como las estrategias de entrevistas, donde haya respeto, ética, sin riesgo ni crítica, esto de acuerdo con la teoría del desarrollo humano Rogers explica (1964) que el ser humano hoy por hoy, crece desarrolla, es capaz de comunicarse para sociabilizar siendo libre y es capaz de actuar, de una manera espontánea y responsable, experimenta sus emociones y actúa de manera madura. Gracias al acompañamiento responsable y maduro, la persona será capaz de desarrollarse y a través de este, llegar a su maduración consciente, por ello el cambio será totalmente satisfactorio para el total y buen desarrollo en el acompañamiento terapéutico es muy importante la confianza brindada, comprendiendo al cliente, sin juzgarlo, así mismo tenga una sensación de independencia (Ibíd., 1964).

### **Los beneficios de trabajar en grupo**

En la intervención de grupos de apoyo emocional con víctimas de violencia se brindará el apoyo de empoderamiento, esto con la idea de guiarlas en su fortalecimiento, se autoconozcan y analicen las opciones que tienen para afrontar la violencia doméstica y las que estén interesadas en conocer sus derechos humanos se les facilitará la información.

Mediante el proceso del autoconocimiento las mujeres podrán construir una identidad integral, la cual consiste en la obtención consecutiva de la conciencia de sí mismo, es el sostén para la edificación de la autoestima y desarrollo de la empatía (Fernández, et. al., 2010). Con el autoconocimiento se va formando el auto concepto; si el primero es el reconocimiento de la personalidad como autor y factor de sus acciones y pensamientos; el segundo, permite a la persona ser capaz de reflexionar sobre sus propios

pensamientos y acciones. *“Este proceso incide en el desarrollo de la autoconciencia, relacionada directamente con la responsabilidad como característica exclusiva de la especie humana”* (Fernández, et. al., 2010, p.71).

Rogers (1964) describe que el enfoque centrado en la persona tiene un verdadero aprendizaje significativo en el cliente, en cuanto a la exposición a este tipo de tratamiento ya que produce cambios que introducen una verdadera diferencia en la vida de la persona, y que son necesarias para el proceso de desarrollo, las condiciones son las siguientes: La persona comienza a verse de otra manera, se acepta a sí mismo y acepta sus sentimientos más plenamente, siente mayor confianza en sí mismo y se impone sus propias orientaciones, se vuelve más parecido a lo que quisiera ser, sus percepciones se tornan más flexibles, menos rígidas, adopta objetivos más realistas, se comporta de manera más madura, sus conductas inadaptadas cambian, incluso las muy antiguas; se vuelve más capaz de aceptar a los demás; recibe mejor las pruebas de lo que está sucediendo fuera y dentro de él; las características básicas de su personalidad cambian en sentido constructivo (p.247).

Finalmente, la facilitación de grupos de apoyo emocional dará resultados favorecedores, ya que se contará con el apoyo del empoderamiento hacia la mujer maltratada y la escucha positiva incondicional, gracias a esto la mujer podrá enfrentar con fortaleza las acciones violentas que le han venido causando bastante frustración o decidir si así lo desea; bien podría salir del lugar donde recibe violencia, o incluso optar por otro pensamiento, que no sea quitarse la vida.

## Capítulo 3 – Método

Para dar cuenta del proceso de intervención se utilizó el método de investigación-acción, pero sólo en la primera fase: planear, actuar, observar y reflexionar. Elliot, (1993, Citado en Latorre, 2003) señala que este método consiste en el estudio de una situación social con el fin de mejorar la calidad de la acción dentro de la misma. El autor la entiende como una reflexión sobre las acciones humanas y las situaciones sociales vividas, que tiene como objetivo ampliar la comprensión (diagnóstico) de los problemas prácticos. Así mismo, señala que las acciones van encaminadas a modificar la situación una vez que se logre una comprensión más profunda de los problemas.

El proceso de la investigación acción, asevera Latorre, (2003) fue ideado primeramente por Lewin (1946) y luego desarrollado por Kolb (1984), Carr y Kemmis (1988) entre otros autores, esta consiste en una espiral de ciclos de investigación y acción constituidos por las siguientes fases: planificar, actuar, observar y reflexionar. La espiral de ciclos dice que es el procedimiento base para mejorar la práctica (2003, p.19).

En la primera etapa del presente trabajo se realizó la planificación, en la cual se elaboró la problematización, el estado del conocimiento, el marco teórico y el diseño de la intervención. En la segunda fase se realizó la implementación a través del plan de intervención. Por último, en la tercera etapa, se analizaron los resultados de lo que sucedió en el trabajo de intervención.

### **Problematización**

El tema de investigación surgió de un problema existente en la sociedad: la violencia doméstica, que quebranta y afecta la integridad emocional de las mujeres que la viven. A través de la fase de intervención se procuró que algunas mujeres que viven relaciones de violencia se conozcan mejor a partir de su participación en un grupo de encuentro, para que, a partir de tal conocimiento, consideren otras maneras de hacer frente a las situaciones que se les presenten.

El proceso de investigación comenzó con la selección del problema de violencia doméstica contra la mujer. García y García, (2005) señalan que un problema de intervención se puede resolver en un tiempo prudente y también una tarea complementaria de esta etapa consiste en que el investigador determine sus

motivaciones y propósitos para que no olvide el objetivo de lograr la comprensión y modificación del asunto.

Según García y García (2005) el primer paso de la problematización es la detección de una necesidad concreta, la falta de conocimiento o una contradicción entre los enfoques disponibles. Para lograr esta detección de necesidad, es preciso que el estudioso cuente con una actitud crítica que le permita ver los huecos en el conocimiento actual y que pueda concretar cuando su saber ya no es suficiente. Antes de llegar a la solución al problema es indispensable la aportación teórica, y la formación del investigador acerca de la temática, del contexto y de la dificultad en sí, el enfrentamiento del conflicto está extremadamente ligado con el dominio del conocimiento acerca del mismo problema (García y García, 2005).

Para llegar a la problematización sobre la violencia doméstica hacia la mujer se eligieron varios problemas de interés, de los cuales se seleccionó sólo uno. No fue fácil la elección, sin embargo, se escogió del que se consideró se podría obtener más información, así como indagar y darle un camino adecuado al problema. Respecto a esto, García y García (2005) explican que:

las etapas de su desarrollo perfeccionando y refinando tal proceso, asumiré como exigencia propia cuidar su trabajo por lo mismo procurará perfeccionar su practicas indagatorias por el deseo de hacerlo mejor, [...] transformar la realidad, para resolver una situación conflictiva o bien para crear una situación nueva (p.2-3).

Para tener un acercamiento al problema se requiere llevar un seguimiento pues es un proceso que no se conforma por fases lineales, sino por etapas; no obstante, es posible identificar algunos pasos, que constituyen el “como”. García y García (2005) comentan que primero se realiza la problematización y que las etapas individuadas son: la exploración, la concreción, el planteamiento y la delimitación.

La exploración consiste en la búsqueda de un problema de interés por parte del investigador, también se trata de definir el objeto de estudio, sin todavía definir cuál será el protocolo de acción de la investigación. En el caso del presente trabajo, el objeto de interés es la violencia doméstica contra las mujeres. Especialmente la que sucede en el ámbito intrafamiliar en el contexto nacional y local.

En esta etapa García y García (2005) señalan que es necesario que el investigador vea y formule al objeto de estudio con una cierta flexibilidad, ya que las necesidades de

estudio pueden cambiar conforme se vaya uniendo más información acerca del problema. Para definir el problema de interés de este trabajo, se realizó un listado de posibles problemas y objetos de estudio, el cual se fue acotando según las motivaciones y el interés del investigador y la factibilidad del proyecto.

Dentro de la etapa de exploración se llevaron a cabo tres entrevistas a profundidad en el albergue Fray Antonio Alcalde en Guadalajara, Jalisco, esto con el fin de conocer más acerca del problema y plantear una intervención que pudiera apoyar a estas personas, por lo que se buscó un propósito explícito e implicó un proceso de entendimiento y confianza entre entrevistador y entrevistado, por lo que se requirió de habilidad, empatía y tacto. Woods (1989) refiere que hay que cultivar actitudes y disposiciones que normalmente no se poseen, pues es preciso empatizar con el entrevistado, lo cual implica hablar su lenguaje y valorar sus argumentos.

Las entrevistas tuvieron una duración de 40 min cada una, estas se llevaron a cabo en un ambiente de confianza donde las entrevistadas pudieran hablar con toda confianza sobre la violencia sufrida en sus hogares. Dichas entrevistas fueron audio-grabadas para no perder ningún detalle y facilitar la transcripción y registro digital.

La información recabada fue clasificada en categorías lo que permitió identificar las consecuencias y los efectos de la violencia doméstica de las personas que la viven. Este ejercicio de codificación de la información fue útil para diseñar un plan de intervención para que las mujeres que participaran pudieran encontrar maneras de afrontar la violencia que viven.

Otra de las etapas de la problematización es la concreción, en la cual se definen problemas principales, así como los subordinados. En ésta etapa se pone énfasis en la relación de la teoría con el problema principal. Es una etapa de sistematización, en la cual se sitúan vínculos entre los objetos del problema. En esta fase, con el fin de distinguir entre problemas principales, subordinados, causas y efectos, se elaboró un árbol de problemas en el cual el argumento central fue la violencia doméstica contra la mujer.

El árbol de problemas fue de utilidad ya que por medio de él se identificaron causas y efectos tomando como problema central la violencia doméstica contra la mujer. Todo ello a través de un esquema que facilitó la organización y se miró un panorama más claro para trabajar de mejor manera. Las entrevistas realizadas fueron la herramienta que permitió definir más ampliamente estos elementos.

Después de identificar el problema que se eligió atender, se pasó a la fase del planteamiento, la cual es:

aquella en la que después de elegir y concretar una problemática, el investigador expresa claramente con la mayor precisión posible, y apoyado en un contexto teórico particular, el asunto que ha de ser estudiado, para de esta forma romper con las descripciones superficiales o poco especializadas (García y García, 2005, p. 49).

En el planteamiento se expresó el problema de una forma clara y precisa, pues *“lo acertado es proponer planteamientos viables y a la vez fructíferos”* (García y García, 2005, p.26). Para realizarlo se llevaron a cabo entrevistas etnográficas que dieron cuenta de la problematización, por lo que se utilizó la información de estas para la etapa de exploración. Dicha información ayudó a definir la hipótesis de acción.

El método que se utilizó para recopilar datos fue la entrevista ya que *“es un medio de hacer que las cosas sucedan y de estimular el flujo de datos”* (Woods, 1989, p.77) y brindan *“una oportunidad de expresar a alguien como ven ellos el mundo”* (Woods, 1989, p. 84). Se realizaron tres entrevistas para la obtención de la información, estas fueron de acuerdo a los principios de las entrevistas etnográficas, las cuales:

son no estructuradas, en profundidad, continuadas que pueden tener lugar en múltiples ocasiones y una parte de su conversación natural. Para un adecuado resultado de las mismas *“es menester un cuidado especial para evitar la conducción la sugerencia, pues de lo contrario se estropeará el resultado, así como la habilidad para descubrir y extraer lo que se encuentra en la mente del entrevistado* (Woods, 1989, p. 80).

La delimitación se determinó con el objeto del trabajo y se apartaron las ideas que no iban a estar involucradas. Se definieron los criterios de tiempo, espacio, zona geográfica y población (García y García, 2005, p.28) marcando los límites del estudio. En esta etapa se realizó el problema ejecutante, se establecieron procesos y recursos que se necesitaron para llevar a cabo la investigación y llevarla a la práctica.

Preguntar sobre el tema de violencia doméstica fue una guía que sugirió el sentido de la búsqueda e investigación, con tácticas y procedimientos que implicaron la contribución para la elaboración de datos y procedimientos que configuraran las respuestas necesarias (García y García, 2005). La delimitación del problema llevó a la

elaboración de una intervención adecuada con los tiempos requeridos y con los conocimientos y habilidades que se tienen para atender el problema.

### **Construcción del estado del conocimiento**

Londoño, et. al. (2014) definen el estado de arte como una de las primeras etapas que debe desarrollarse dentro de una investigación, ya que permite conocer cómo ha sido tratado el tema, cómo se encuentra el avance de su conocimiento en el momento de realizar una investigación y cuáles son las tendencias existentes, en ese momento cronológico, para el desarrollo de la temática que se va a llevar a cabo.

Hoyos (2000, en Guevara 2016), dice que el estado del arte es una investigación documental que tiene un desarrollo propio, cuya finalidad esencial es dar cuenta de construcciones de sentido sobre bases de datos que apoyan un diagnóstico y un pronóstico en relación con el material documental sometido a un meta análisis, lo que implica preguntarse: ¿dónde estamos? Y ¿a dónde podemos llegar? Para avanzar hacia la construcción de sentido mediante la utilización de la interpretación y la crítica. Weis (2005 en Londoño et. al., 2014) explica que es un análisis sistemático y valorativo del conocimiento y de su producción, surgido de un campo de investigación durante un periodo específico, que permite identificar los objetivos de estudio y sus referentes conceptuales, las principales perspectivas teórico-metodológicas, tendencias y temáticas abordadas, el tipo de producción generada, los problemas de investigación y ausencias, así como su impacto y condiciones de producción.

Schwarz (2013, en Londoño et. al., 2014) menciona que el estado del arte contiene la base más profunda de la investigación, ya que se identifica de forma rápida y acertada, las fronteras de conocimiento que existen respecto al problema de investigación, lo que significa que cualquier desvío y aspecto por estudiar traslada casi directamente al investigador al desarrollo de los nuevos conocimientos. Para la realización del estado del conocimiento se trabajó en dos fases, la primera fue la heurística y la segunda la hermenéutica a continuación se describen:

Londoño, et. al. (2014) afirman que la heurística es la búsqueda y recopilación de las fuentes de información, por ejemplo, bibliografía, monografía, artículos, trabajos especiales, documentos oficiales o privados, actas, cartas, diarios, trabajos de investigación, audiovisuales, grabaciones, entre otras fuentes.

Como primer paso se buscó información sobre el tema del empoderamiento enfocado a mujeres que han sufrido violencia intrafamiliar en fuentes confiables como libros y recursos informáticos (biblioteca virtual), los cuales tuvieron una antigüedad de 7 años a la fecha con el propósito de tener la información más reciente sobre el problema. No obstante, en algunos casos se incluyeron años anteriores por ser la única información existente. La información se clasificó en forma detallada y ordenada.

En la fase heurística se consultó la información sobre el tema a estudiar: la violencia doméstica contra la mujer. Se recopilaron datos acerca de las reacciones que tiene la mujer cuando sufre violencia doméstica, también se encontró información sobre los derechos humanos de las mujeres para que quien tenga interés de conocerlos se oriente sobre cuáles son sus derechos.

Así mismo, se buscó información sobre grupos de apoyo emocional con el propósito de facilitar la ayuda de las mujeres víctimas, se procedió a leer y analizar sobre lo más importante que se podía extraer. Dicha información fue resumida para luego integrarla a este documento.

En la fase hermenéutica se elaboró una matriz de doble entrada en donde se depositó la información clasificada en las siguientes categorías: referencias, propósito, palabras claves, tipo de investigación conceptos principales, enfoque teórico. La información fue analizada y con ella se construyó el estado del conocimiento.

La información que se localizó sobre la reacción que tiene la mujer ante la violencia doméstica, se analizó y se tomaron en cuenta los datos que tuvieran más importancia para el proyecto y fueron los que se agregaron en el formato de contenido. Pues, según Londoño, et. al. (2014) a través de realizar una lectura interpretativa, crítica de aspectos convergentes, divergentes, proponer nuevos campos de investigación y formación permitirá la creación de reflexiones, interpretaciones y comprensiones del objeto de estudio.

### **Construcción del marco teórico**

Schwarz, (2013, en Londoño, et .al., 2014) menciona que el marco teórico *“corresponde al conocimiento mínimo necesario que se requiere comprender en un problema de investigación, es decir es la base teórica de referencia que permite comprender el problema y sus principales aspectos de detalle en toda su extensión”* (p. 18).

Por su parte, Vélez y Galeano (2002, en Londoño et. al., 2014) comentan que el marco teórico *“hace alusión al análisis de diferentes posturas epistemológicas y/o disciplinas respecto a las categorías de análisis”* (p.18).

El marco teórico es donde se incluyó la teoría que explica cómo atender el problema que viven las mujeres violentadas. Se partió de la psicología humanista, dentro de ésta se abordó el tema del desarrollo humano y como manera específica para la intervención se eligió el enfoque centrado en la persona. También se buscó información donde el empoderamiento sirvió como apoyo al grupo de mujeres maltratadas.

### **Los pasos para elaborar el marco teórico fueron los siguientes:**

Revisar información de libros o revistas sobre el desarrollo humano, la psicología humanista, el enfoque centrado en la persona y el apoyo del empoderamiento para dar cuenta de la teoría.

Los principales autores que se revisaron en la investigación para sustentar la teoría fueron: Carl Rogers (1994), Juan Lafarga (2005), Fernández (2010) y Desudad (2012). Ya encontrada la información, se construyó de manera ordenada una a una para dar cuenta de los temas antes descritos.

A partir de la revisión del estado del conocimiento y de la elaboración del marco teórico se diseñó un plan de intervención para atender a trece mujeres, en Tala, Jalisco, en cinco sesiones de tres horas cada una.

### **Técnica e instrumentos**

Para llevar a cabo la recopilación de la información de las cinco intervenciones realizadas con trece mujeres en el Centro de atención múltiple en Tala, Jalisco se llevaron a cabo videograbaciones que dieron cuenta de lo ocurrido, captando cada momento sin perder detalle del proceso.

### **Análisis de la intervención**

Después de esto se realizó el análisis de las intervenciones a partir de los datos de las intervenciones videograbadas y de las observaciones realizadas por la autora, para después clasificar los datos por medio de códigos. Una vez codificada la información se

identificaron los temas centrales, en los que se da cuenta de la medida y la manera en que se cumplieron los objetivos de la intervención.

## Capítulo 4. Intervención

### **La facilitación con trece mujeres víctimas de violencia a través de un grupo de encuentro.**

El propósito del plan de intervención fue favorecer el empoderamiento de un grupo de mujeres que sufren o han sufrido violencia doméstica. El medio fue una serie de cinco sesiones de desarrollo personal en que se buscó generar mayor autoconocimiento como paso inicial en un proceso que les podría llevar a comprender mejor lo sucedido, a buscar maneras de afrontar el problema y a tomar mejores decisiones. Como segundo paso las mujeres reconocieron la violencia que vivían al lado de sus familiares; generando la aceptación su situación, por lo que por medio de facilitar el empoderamiento se fomentó el desarrollo humano.

A través de la formación del grupo de encuentro, la facilitadora creó las condiciones para que las participantes pudieran sentirse cómodas para la expresión de su experiencia. Se promovió la integración y el autoconocimiento del grupo a través de los fundamentos del enfoque centrado en la persona, reconociendo la experiencia de cada uno de los participantes. Además, se procuró que hubiera escucha activa y acompañamiento emocional, para que reconocieran la situación que viven o vivieron y pensarán maneras de afrontarla.

A través del Enfoque Centrado en la Persona se realizó una forma de intervención que ofreció efectividad y que ha tenido frutos desde tiempo atrás, Peláez, et.al. (2013) afirman que en relación con los procesos de intervención se encuentran una serie de textos que presentan experiencias aplicadas de la Psicología Humanista que reportan resultados benéficos de los programas e investigaciones tanto en el contexto terapéutico como en campos aplicados.

A continuación, se presentan los objetivos y cómo se realizó la intervención, lo cual implicó tener un grupo de encuentro para mujeres que fueron víctimas de y vivieron con violencia doméstica, a través de sentirse apoyadas en todo momento por lo que a partir de eso gradualmente se puedan empoderar: *“Si puedo crear un cierto tipo de relación, la otra persona descubrirá en sí mismo su capacidad de utilizarla para su propia maduración y de esa manera se producirán el cambio y el desarrollo individual”* (Rogers, 1964. p.40).

## **Objetivos**

La intervención tuvo dos objetivos; el de la intervención y un objetivo formativo:

### **Objetivo general de la intervención**

Llevar a cabo sesiones grupales con mujeres víctimas de violencia doméstica para que se empoderen, donde la facilitadora brindó sus habilidades prácticas a través de los aprendizajes adquiridos en la Maestría en Desarrollo Humano.

### **Propósitos específicos**

Que las mujeres víctimas de violencia doméstica profundicen en su conocimiento personal mediante sesiones de facilitación grupal con la intención, que resignifiquen sus experiencias para hacer frente a las situaciones que viven y, en consecuencia, gradualmente se empoderen.

Que la alumna ponga en práctica las habilidades de facilitación grupal aprendidas en la Maestría de Desarrollo Humano.

### **Objetivo formativo**

Poner en práctica las habilidades profesionales como facilitadora del desarrollo humano, a partir de los aprendizajes desarrollados en la Maestría de desarrollo humano.

## **Participantes**

Las personas que participaron en el grupo de encuentro fueron trece, sus edades oscilan entre los 32 y los 60 años; todas son originarias de Tala, Jalisco y radican en esta entidad, debido a que la escuela de aprendizaje de sus hijos se sitúa cerca de sus domicilios. Todas están dedicadas únicamente a su hogar, ya que son mamás que tienen hijos con capacidades diferentes.

La escolaridad con la que cuentan las participantes es: siete tienen estudios a nivel preparatoria y seis a nivel secundaria, actualmente no realizan ningún estudio, solo están dedicadas a cuidar a sus hijos con necesidades especiales y atender su hogar.

No hubo ninguna selección, únicamente la directora del centro CAM, les propuso asistir a cinco sesiones grupales para auto conocerse y ellas aceptaron asistir a las sesiones porque tenían una gran necesidad de escucha. A estas mujeres generalmente se les brindan cursos sobre el tema en cuestión por lo que no hubo ningún problema en llevar a cabo las intervenciones.

A la institución Centro de atención múltiple CAM, se le ofreció llevar a cabo cinco sesiones grupales de tres horas cada una, debido a que las participantes le propusieron a la facilitadora la realización de éstas, con la idea de que tuvieran más tiempo para narrar su experiencia de violencia.

A continuación, se presenta la tabla 3 en la que se describe la información sobre las intervenciones realizadas en el Centro, la cantidad de personas que se incluyeron, la cantidad de sesiones, el horario, los días y el lugar donde se llevaron a cabo las sesiones:

<b>Tabla 3. Información sobre la intervención</b>	
Número de participantes	13
Número de sesiones	5
Horario de la sesión	8:00 am a 11:00 am
Días de la sesión	Viernes
Lugar	Centro de atención múltiple CAM. Escuela de Educación Especial (Carlos Enrique Castillo Peraza) Direc. Guamuchil 30, Fracc. La higuera Tala, Jalisco.,

En la tabla 4 se muestra el propósito de las sesiones, así como el tema que se trató en las mismas y el número de las sesiones realizadas con las fechas en que se llevaron a cabo las intervenciones grupales.

<b>Tabla 4. Información sobre las sesiones</b>			
<b>Numero de sesión</b>	<b>Fecha de la sesión</b>	<b>Tema de la sesión</b>	<b>Propósito de la sesión</b>

1	02 de Marzo	Introducción a la intervención	Establecer el propósito y las reglas de la participación en el grupo.
2	16 de Marzo	Compartir la experiencia vivida	Que expresen su vivencia sobre la violencia doméstica que viven o vivieron
3	23 de Marzo	Reconocer la situación que viven ante la violencia	Al expresar la violencia vivida reconozcan la situación que vivieron.
4	05 de abril	Auto conocerse para gradualmente empoderarse	Por medio del conocimiento personal sea un proceso para empoderarse
5	17 de abril	Aprendizajes obtenidos	Evaluar la utilidad de la experiencia vivida.

En las siguientes tablas se explicará el desarrollo de las sesiones, así como el tiempo de duración y los materiales que se utilizaron para realizarlas.

**Propósito de la primera sesión:** Presentación del grupo, establecer reglas de la participación, establecimiento de los objetivos en el grupo y ejercicios de respiración. Inicio de su experiencia ante la violencia vivida.

**Contenidos:** Reglas, presentación, clima de confianza.

<b>Tabla 5. Información sobre la sesión 1</b>			
<b>Momento</b>	<b>Actividades</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Introducción	1) Se presentó la facilitadora y el grupo. 2) Se realizó el diálogo sobre los motivos y expectativas de los participantes. 3) Se realizaron ejercicios de respiración	20 min.	Gafetes, grabadora, sillas, mesa.

Desarrollo	4) Se llevó a cabo establecimiento de los objetivos y reglas a seguir. 5) Se firmaron las hojas de consentimiento. 6) Comentaron sobre la violencia vivida.	1:30 horas	Hojas de consentimiento informado
Cierre	7) Cierre de sesión.	10 min.	

**Propósito de la segunda sesión:** Compartir la experiencia a partir de lo ocurrido, y auto conocerse para que gradualmente se empoderen.

**Contenidos:** historia de vida, conocimiento personal.

<b>Tabla 6. Información sobre la sesión 2</b>			
<b>Momento</b>	<b>Actividades</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Introducción	1) Bienvenida	10 min.	Gafetes
Desarrollo	2) Compartir su experiencia para que se auto conozcan y se dé un seguimiento para fortalecerse.	2:35 horas	Bitácora personal para registrar descubrimientos.
Cierre	3) Fue el cierre de la sesión. 4) Participantes contestaron preguntas	15 min.	¿Cómo se sienten? y ¿cómo se van?

**Propósito de la tercera sesión:** Compartir la experiencia de violencia doméstica y reconocer lo que les sucedía con la violencia que vivieron o vivían.

**Contenidos:** reconocimiento grupal.

<b>Tabla 7. Información sobre la sesión 3</b>			
<b>Momento</b>	<b>Actividades</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Introducción	1) Bienvenida.	10 min.	Gafetes

Desarrollo	2) Narrar su experiencia de violencia donde reconocieron lo que les sucedía.	2:20 min	Bitácora personal para registrar descubrimientos.
Cierre	3) Se cerró la sesión. 4) Participantes contestan preguntas	20 min.	¿Cómo se van? ¿Que se llevan?

**Propósito de la cuarta sesión:** Narrar la experiencia vivida e implicarse grupalmente para aprender nuevas formas de afrontar la violencia intrafamiliar.

**Contenidos:** Implicación

<b>Tabla 8. Información sobre la sesión 4</b>			
<b>Momento</b>	<b>Actividades</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Introducción	1) Bienvenida.	10 min.	Gafetes
Desarrollo	2) Compartir su experiencia de violencia, donde se implicaron unas a otras y descubrieron diferentes maneras de afrontarla.	2:30min.	Bitácora personal para registrar descubrimientos.
Cierre	3) Cierre de sesión. 4) Participantes contestan preguntas	20 min.	¿Cómo percibí al grupo? ¿Cómo se sintieron? ¿De qué me di cuenta? ¿Qué aprendieron?

**Propósito de la quinta sesión:** Se promovió que las participantes pudieran descubrir aquellos recursos que las llevarán a descubrir nuevas formas de afrontar la violencia que viven o vivieron. Se evaluó la utilidad de la experiencia vivida. Cierre de las sesiones.

**Contenidos:** Cierre del taller.

<b>Tabla 9. Información sobre la sesión 5</b>			
<b>Momento</b>	<b>Actividades</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Materiales</b>
Introducción	1) Bienvenida.	10 min.	Gafetes
Desarrollo	2) Reconocer los recursos con los que cuentan para afrontar la violencia en sus hogares.	2:00horas.	Bitácora personal para registrar descubrimientos
Cierre	3) Se dio cierre grupal 4) contestaron preguntas sobre cómo llegaron y como se van por medio de una recta numérica del 1 al 10	50 min.	¿Cómo llegaron del 1 al 10? ¿Cómo están? ¿Cómo se van? ¿Qué se llevan?

### **Evaluación de la intervención**

En el capítulo siguiente se hará un análisis de lo sucedido en las sesiones grupales, sobre lo que se registró en las intervenciones, así como los descubrimientos, cambios, dificultades, que experimentaron las mujeres víctimas de violencia, que fueron observadas por la facilitadora en el proceso grupal. También se describirá el desempeño de la facilitadora para lograr el propósito de las participantes.

### **Resultados de la intervención para promover el Desarrollo Humano**

El objetivo de esta intervención fue poner en práctica las habilidades profesionales como facilitadora del desarrollo humano, a partir de los aprendizajes desarrollados en la Maestría de desarrollo humano. En esta sección se dará cuenta de lo que ocurrió en las sesiones grupales.

Para alcanzar los objetivos se propició un ambiente de confianza, donde las participantes se expresaron y pudieron compartir sus experiencias de violencia. A pesar de que fue poco el tiempo para las intervenciones, en la medida de lo posible, las mujeres alcanzaron a desarrollarse lo más humanamente posible.

En las sesiones grupales las participantes entendieron más claramente sus sentimientos y las opciones que tienen en el caso de que se presente la violencia

doméstica. A partir de que ellas reconocieron sus sentimientos se derivó gradualmente el empoderamiento.

Los resultados obtenidos muestran las causas y consecuencias de la violencia intrafamiliar, así como lo que fue de utilidad para que las mujeres lograran afrontar este problema. El interés de estos resultados fue apoyar y acompañar a las participantes en su proceso de violencia. Para esto cada intervención se llevó a cabo dentro del marco del desarrollo humano, que fue acompañado de la psicología humanista con el enfoque centrado en la persona.

Los resultados se dividieron en tres segmentos: expresión de la violencia vivida; el proceso del grupo; condiciones de la facilitación y desempeño de la facilitadora. Estos muestran que las participantes tuvieron la oportunidad de expresarse en un ambiente seguro, libre de juicios y, en alguna medida, dimensionaron y resignificaron su experiencia, sintiéndose apoyadas y acompañadas por la facilitadora con el grupo de encuentro.

## **1. Expresión de la violencia vivida**

En esta sección se hablará sobre los tipos de violencia que sufrieron las mujeres en sus hogares. También sobre cómo resignificaron la violencia que vivieron a través de compartir su experiencia de vida.

### **1.1 Formas de violencia vivida**

Las formas en que la mujer vivió violencia fueron tanto físicas como psicológicas y algunas de ellas vieron algo positivo en su sufrimiento.

Labrador, Paz y De Luis (2003) explican que la violencia doméstica en México es un problema social de gran magnitud y, por tal motivo, actualmente es una importante alarma social, tanto por su elevada incidencia, como por la gravedad de los hechos que entraña; así como por sus consecuencias negativas, tanto físicas como psicológicas, para las víctimas y sus familiares. Es un problema que hasta nuestro día se viene manifestando por lo que resulta importante brindar ayuda a las personas que las sufren.

Enseguida se muestra como evidencia una tabla de valores con la cantidad de denuncias presentadas por mujeres que vivieron violencia intrafamiliar, realizada por

parte del Monitoreo de indicadores del desarrollo de Jalisco. Estas son cifras preliminares que están sujetas a los ajustes pertinentes debido a que, en el proceso de investigación de las averiguaciones previas, pudieran sufrir cambios en el tipo de delito o presentar delitos adicionales, por lo que debe considerarse la información con las reservas a estas aclaraciones (MIDE, 2017).

<b>Tabla de valores de Mujeres que vivieron violencia intrafamiliar</b>					
<b>2012</b>	<b>2013</b>	<b>2014</b>	<b>2015</b>	<b>2016</b>	<b>Valor vigente Febrero 2017</b>
5,958	4,594	4,576	8,543	11,422	2,200

La violencia doméstica se define como el acto, poder u omisión recurrente, intencional y cíclica, dirigida a dominar, someter, controlar y agredir, a cualquier miembro de la familia, ya sea que éste tenga parentesco por consanguinidad, afinidad civil, matrimonio o concubinato (Vargas, 2008). Durante las sesiones de trabajo grupal, las participantes manifestaron haber vivido violencia en su hogar, como se muestra en los siguientes apartados.

También, por razones de confidencialidad y de ética profesional, se utilizaron nombres ficticios para describir a las mujeres participantes y se les hizo firmar una carta de consentimiento informado donde quedaron protegidos sus datos e información videograbada.

## **1.2 Violencia física**

El maltrato físico es cualquier comportamiento que se dirige hacia un sujeto utilizando un objeto o actitud que afecta o provoca un daño en el cuerpo de otra persona; y que puede afectar su auto concepto, haciéndola sentir culpable y herida (Labrador, 2003, p.18).

Algunas de las mujeres dieron cuenta de la violencia física, llevada a cabo por sus familiares cercanos. De las trece participantes tres sufrieron violencia física, el resto psicológica.

Las mujeres fueron agredidas físicamente por diferentes miembros de la familia, sobre todo el padre y el esposo, pero también, por la madre. Esto sucedió en el hogar de las participantes cuando dos de ellas estaban en edades tempranas por parte de sus padres y la otra en edad adulta por parte de su esposo.

Rebeca, una de las participantes, fue golpeada frecuentemente por su padre cuando era niña y dijo que hasta la fecha le ha causado sufrimiento. Así lo refirió: *“Yo sufrí mucha violencia, muchísimo. Mi papá me pegaba muchísimo”* (E1R.P.5). La persona manifestó que la violencia la sufrió en varias ocasiones en edad temprana (sus ojos se llenan de lágrimas mientras lo relata).

Otra de las participantes, Polly, al igual que Rebeca, refirió haber recibido maltrato de parte de sus padres, cuando era pequeña: *“Fui la peor maltratada”* (E1R.P.5). Mientras relató su vivencia comenzó a llorar.

Socorro, por su parte, fue agredida por su esposo, en edad adulta. Esto sucedía especialmente cuando él se embriagaba, la mujer comentó:

Quando íbamos a alguna convivencia lo dejaba yo, vámonos, no quería irse y decía todo el tiempo que le decía otro ratito más nunca se llegó el ratito más, lo que hacía yo es que, le decía quédate, me iba, llegaba y me maltrataba, ya que nos venimos para acá un día me dio un cachetadón (E4SC.P.1).

Socorro accedía a las peticiones de su esposo como ir a fiestas, pero cuando ella veía que tomaba mucho, le pedía que se regresaran a casa, a lo cual él se negaba.

La violencia intrafamiliar se da contra mujeres de cualquier edad, desde niñas hasta mujeres adultas. De acuerdo con Rodríguez (2011) las mujeres que aguantan una relación abusiva indefinidamente acaban por perder su salud física y mental, se enferman y toda la familia termina contagiada, no saben protegerse ni se dan cuenta del peligro que corren. Es debido a ese riesgo que se hizo esta intervención, la cual tuvo como propósito que las mujeres lograran reconocer las situaciones de violencia que viven o han vivido y, de ser posible, que gradualmente se vayan empoderando y en algún momento manejen mejor las situaciones difíciles en la familia.

Medina (2002) señala que las escalas de violencia incluyen las conductas que son más propicias a resultar en una lesión; esta escala incluye las siguientes conductas: patear, morder, dar un puñetazo, golpear o intentar golpear con un objeto, dar una paliza, la violencia menor incluye arrojar algo, empujar y dar una bofetada. Las agresiones que recibieron las mujeres víctimas fueron de distinta intensidad desde la más leve, hasta

la más grave como: cachetadas en el rostro y golpes en el cuerpo. Todo esto sucedió en los hogares de las víctimas, y los causantes fueron familiares directos.

### **1.3 Resignificación**

Las participantes en el grupo fueron capaces de ver desde otra perspectiva la violencia sufrida. Ellas resignificaron parte de la violencia vivida. Afirman que el haber vivido violencia desencadenó algo positivo en sus vidas, por lo que encontraron una resignificación al sufrimiento vivido.

Rebeca a partir de la violencia que vivió, resignificó su experiencia aprendiendo a mandar. Así lo comentó: *“Por eso soy mandona, por eso tengo el chip, me enseñé a mandar”* (E1R.P.5). A pesar de la experiencia negativa que experimentó Rebeca encontró que aprendió a mandar, lo cual consideró positivo.

Polly, al igual que Rebeca, encontró aspectos positivos por la violencia recibida. resignificando lo que le sucedió Así lo explicó: *“Tomo decisiones, así me formaron y ahora lo veo positivamente”* (E1R.P.5). Ella consideró que, a causa del maltrato, aprendió a tener limpia su casa y que, a partir de ello, fue capaz de tomar decisiones.

Las personas al compartir su experiencia de maltrato, analizaron lo sucedido y a partir de ello encontraron nuevas maneras de hacerles frente ya sea a las situaciones de agresión o a entender cómo ocurre el fenómeno de la violencia. La intervención procuró que, como consecuencia de una mayor comprensión, las participantes logren empoderarse y evitar este tipo de conducta hacia ellas en lo sucesivo y también evitar convertirse en agresoras.

### **1.4 Violencia Psicológica**

En el caso de la violencia psicológica el victimario constantemente le recuerda a la mujer lo que significa para él, con palabras humillantes, lo cual conforme pasa el tiempo la deja en condiciones desfavorables. Labrador (2003) señala que la violencia psicológica consiste en utilizar las manos o los pies, así como las palabras para crear miedo en la persona agredida que también puede afectar su auto concepto, haciéndola sentir culpable y herida.

El problema de la violencia psicológica es que, en algunos casos, puede llegar a afectar a largo plazo la salud mental de la persona que la vive, causando la aparición de

trastornos emocionales o problemas psicológicos tales como: depresión, baja autoestima, intentos de suicidio y trastorno de estrés postraumático (Vargas, 2017).

Los tipos de maltrato psicológico van desde el más leve hasta el más grave. Algunas formas de maltrato psicológico leve son: indiferencia, ignorancia, insultos, gritos, malas caras, prohibiciones (dinero, permisos), chantaje, intimidación, manipulación, abandono emocional y unas de los más graves gritos, amenazas y el encierro.

Las participantes refirieron haber recibido maltrato psicológico infligido por sus familiares como el padre, la madre, tíos y hermanos. A tres de ellas en edades adultas y una en la infancia. Esta violencia se llevó a cabo en los hogares de las víctimas. A continuación, se presentan algunos casos:

Cuando la violencia se llega a presentar cuando la víctima se encuentra en edad adulta es más probable que ésta se puede defender; pero, en muchas ocasiones, no se atreve. Esto dijeron Polly y Lucía: *“Ya estás muy vieja, ya tienes 28 años”* (E2P.P.2). *“Eres muy tonta tienes 36 años”* (E2L.P.4). Las participantes, al compartir su experiencia, reconocieron que a su edad todavía pueden hacer algo para evitar la violencia.

Lucía recibió maltrato psicológico a una edad muy temprana en su hogar, por parte de su madre, quien le decía, que sus rasgos faciales eran desagradables. Así lo comentó: *“Tú siempre has sido más feíta, tus rasgos son diferentes. Si te quiero, pero tus rasgos son diferentes”* (llora constantemente mientras lo relata) (E2L.P.6). La mujer reconoció el maltrato psicológico por parte de su familiar al narrar los hechos de violencia.

Polly vivió violencia doméstica a la edad de 28 años por parte de su padre. Esto sucedió en el momento que visitó a su papá, quien le dijo que ya no tenía edad suficiente para estudiar pues era *“bastante adulta”*. El papá le decía que si ya se iba a casar ¿para qué insistía con sus objetivos de estudiar? Esto es lo que ella comentó: *“Después de casada le dije a mi papá yo quiero estudiar y me dijo: no ya está muy vieja, ya tiene 28 años, yo sentía que no era vieja, yo quiero estudiar, el papá contesta ¿para qué?, ya te vas a casar”* (tenía lágrimas en su rostro mientras lo narraba) (E2P.P.2). La víctima se dio cuenta que su papá la limitaba para seguir con sus estudios, ya que ella consideraba que aún tenía edad para hacerlo.

Lucía también sufrió violencia psicológica, en su hogar a la edad 36 años por parte de su madre y su esposo, con palabras hirientes y siendo indiferentes. Así lo comentó:

Yo decía ¿por qué eres tan indiferente o porque actúas tan indiferente conmigo? era dura, porque ni siquiera creo sepa que entienda que es, tan

indiferente conmigo, Jamás pensé que fueras tan ingenua tan ignorante de la vida. Siendo una persona ya grande eres muy tonta tienes 36 años, no puede ser que no sepas nada a ti, nunca te has arreglado (llora por varios minutos) (E2L.P.4).

Ella dijo que la manera de actuar de sus familiares no le agradaba porque no la comprendían. La indiferencia y las palabras hirientes que Lucía recibió de parte de sus familiares le hicieron darse cuenta de cuánta violencia vivió durante mucho tiempo.

Heidi, por su parte, recibió maltrato psicológico a edad temprana por parte de sus tías a quienes no quería, ya que por medio de palabras que la hacían sentir incómoda. Esto refirió la mujer: *“En una ocasión fueron unas tías que no eran muy agradadas para nosotras porque nos decían cosas que no nos gustaban y nos agredían con palabras”* (E3H.P.6). La violencia psicológica que vivió Heidi fue a través de palabras que le molestaban, por su forma de ser expresadas.

Otro caso de violencia psicológica lo experimentó Socorro, a una edad adulta, por parte de su marido quien llegaba alcoholizado a su hogar. Esto comentó: *“Él, cuando estábamos allá, recuerdo que él tomaba mucho, por eso es que duele, me gritaba delante de la gente”* (E4SC.P.1). La mujer recordó lo doloroso que fue ver a su marido en estado alcohólico. El marido, al estar ebrio, tuvo el valor de levantarle la voz a su esposa, insultarla y agredirla delante de otras personas.

La forma en que las mujeres comentaron la violencia psicológica vivida fue con mucha intensidad y dolor. Ellas expresaron en el grupo la experiencia vivida, lo cual pudo ser de utilidad para que, mediante un proceso gradual de aceptación y comprensión, lleguen a empoderarse.

Las personas sometidas a situaciones crónicas de violencia en su hogar comienzan a presentar una debilitación gradual de sus defensas físicas y psicológicas (Ferreira, 1996). De acuerdo con el autor esto se traduce, por lo tanto, en un incremento de los problemas de la salud en general, que incluye la aparición de enfermedades psicosomáticas, trastornos psiquiátricos y perturbaciones cardíacas, entre otras.

## **1.5 Consecuencias de la violencia**

En este apartado se mostrará la evidencia narrada por las participantes sobre las consecuencias que vivieron a causa de la violencia doméstica.

Labrador (2003) señala que las consecuencias de la violencia doméstica generan muchos problemas psicológicos que llevan a la persona a adaptarse a la situación por no tener la fuerza para alejarse del lugar y buscar ayuda. *“...los síntomas de mayor frecuencia son ansiedad, tristeza, pérdida de autoestima, labilidad emocional, inapetencia sexual, fatiga permanente e insomnio, los principales trastornos psicológicos son la depresión y el trastorno de estrés postraumático”* (p.18).

La violencia doméstica representa un peligro para la armonía social, ya que quebranta la trama social, perturba a la familia del hogar y produce miedo, deshace el sistema familiar, obstruye la independencia y el libre albedrío de la persona afectada. Delgado (2015) afirma que otras de las consecuencias que conlleva dicha violencia son: *“manifiesta que su libertad interpersonal propia se ve atrofiada, trae consecuencias negativas que afectan la integridad física de la mujer, su estado psicológico y desarrollo emocional, social, así como espiritual y por supuesto, se transgreden sus derechos humanos”* (p.19).

Durante las sesiones del grupo de encuentro las participantes manifestaron haber tenido consecuencias de la violencia, desde las leves hasta muy graves. Como se presenta en el siguiente apartado, a partir de lo que relataron.

Lucía refirió tener angustia y dolor como consecuencia de la agresión que sufrió por parte de su madre, siendo pequeña; esta agresión como se dijo en el apartado anterior, consistió en decirle que sus rasgos eran feos, e ignorarla, por lo que se sentía sin amor. Así lo dijo: *“No sé siento algo atorado, no sé quiero salir corriendo de aquí, quiero gritar”* (estaba muy desesperada y llorando con angustia) (E2L.P.6).

Lucía hasta la fecha sigue sufriendo por lo que le sucedió, incluso le atribuye su infarto a la violencia que sufrió de pequeña. Ella refiere no sentir nada por la carga emocional que traía, cree que debido a eso se le vino el infarto, por todo lo sucedido con su madre. Así lo refirió: *“Tuve un infarto antes de que ella naciera, no sentía esa necesidad de abrazar a mi hija, le dije a mi mamá: no siento amor, no siento nada, no quiero abrazarla, pero está hermosa... si, ¿y eso qué?”* (E2L.P.5). Esta fue una consecuencia grave que sufrió por la violencia que vivió en edad muy temprana.

Silvia comentó que al recordar las consecuencias graves de la violencia vivida en su hogar sintió malestar físico: *“Traigo mi panza con inflamación que me duele todo, de milagro no, de milagro vine, ayer me dolía la cabeza, andaba vomitando, me dolía mucho mi estómago mis piernas me sentía súper mal”* (E3S.P.2). Revivir la violencia le causó esta incomodidad.

Heidi mencionó que sufrió violencia leve a una edad temprana, en su propio hogar por parte de su madre. Esto le hizo sentir temor y desesperación: *“Hay etapas de mi vida que hay miedos y de noche me decía ¿qué voy hacer?”* (E3H.P.7). Heidi tuvo temor durante mucho tiempo, esto no la dejó vivir tranquila.

Licha compartió su experiencia de violencia leve que sufrió al estar en su hogar, a una edad temprana siendo el padre el victimario: *“Mi papá conmigo nunca ha sido padre, nunca hubo un platicar sonreír con nosotros dos eso era lo que más me dolía”* (E5LC.P.6). Debido a la violencia que sufrió la participante se sintió cansada y abandonada.

Así mismo, Licha también pasó por experiencias de violencia leve cuando se encontraba en edad adulta por parte de su esposo, teniendo como consecuencia un sentimiento de soledad: *“Cansada por no atreverte a decírselo, pero cansada de que también te cuesta trabajo decir que ya estas cansada, sola, como abandonada, yo le digo a él, soy casada nada más de palabra”* (E5LC.P.3). Licha narró que estaba sin ánimo y optó por la separación por sentirse abandonada.

Las consecuencias que se desencadenaron debido a la violencia doméstica vivida por estas mujeres fueron, por una parte, las leves: desesperación, gritos, ojos llorosos, miedos, cansancio, divorcio, falta de amor, alejamiento, abandono y falta de comunicación; y las más graves llegaron a afectar su salud: vómitos, vientre inflamado, dolor de cabeza y dolor en todo el cuerpo, así como el quebrantamiento de su integridad.

## **1.6 Reacciones ante la violencia**

Según algunos estudios realizados sobre la violencia intrafamiliar ésta puede durar mucho tiempo debido, en parte, a que la mujer permanece generalmente aislada. Forward (2013) menciona que *“cuando se trabaja la mujer puede salir adelante de estas situaciones”* (p.57).

Muchas veces esta forma de responder puede agravar la situación que viven y ocasionar más violencia por parte de sus familiares; sin embargo, esta fue la manera en que las mujeres lograron hacerle frente al problema. A continuación, se describirá cuáles fueron estas respuestas que tuvieron las víctimas como: coraje, resentimiento, frustración, deseo de agredir y reclamos.

Silvia tuvo una reacción de coraje ante la violencia. Al relatar su experiencia dijo estar enojada porque la criticaban: *“¿No ves que estoy enojada conmigo también?, porque me*

*critican mucho*" (E1S.P.5). Silvia, al encontrarse comentando en sesión grupal, refirió que estuvo molesta porque no le gustaban las críticas.

Por su parte, las reacciones de Lucy ante la violencia en el hogar fueron experimentar resentimiento hacia su madre y sentir odio hacia ella, lo cual manifestó por medio de gritos. Ella lo refirió así: *"Crecí con ese resentimiento contra mi mamá, en una ocasión de niñas, si le grité que la odiaba, es que te odio demasiado"* (llora) (E2L.P.4). La participante creció con resentimiento y tuvo varias reacciones que la llevaron a despreciar a su madre.

Otro ejemplo de esta misma participante fue que, al momento de contar su experiencia de violencia, relató que su esposo la abandonó: *"Él se fue y se tuvo que quedar allá y me dio mucho resentimiento"* (E2L.P.5).

Continuando con los relatos de Lucy, comentó que al vivir la violencia sintió frustración y dolor: *"Siento frustración, dolor, siento dolor"* (E2L.P.7). Lucy repitió una y otra vez el dolor que sintió, a la vez describió la frustración que experimentó al ser violentada en su propio hogar. En todo momento fue acompañada por el grupo de encuentro.

Otra de las participantes, Fabiola, explicó que la reacción que tuvo al recordar la manera en que la agredieron fue, principalmente, la ideación de agresión contra el marido. Al contar su experiencia de vida comenzó a emanar lágrimas. Así lo refirió: *"Pues me dan ganas de darle unas cachetadas"* (menciona inquieta con los ojos llorosos) (E1F.P.4).

Socorro también expresó tener deseos de agredir a su esposo debido a la violencia que recibía en su hogar: *"Tengo ganas de darle chingadazos, pegarle, para todo reniega"* (E4SC.P.3).

Mientras que la reacción que tuvo Licha ante la violencia vivida fue experimentar coraje durante la sesión grupal, ya que no le agradaba que su cónyuge hablara mal de sus creencias.: *"Me da coraje que se meta con mi religión"* (E5LC.P.2).

Otro ejemplo de Licha fue al momento de relatar su experiencia de vida, ya que comentó que les reclamó a sus padres porque la abandonaron y la apartaron de su familia, así lo expresó: *"Entonces nuestros reclamos de siempre fueron porque nos abandonaron, porque nos apartaron de la familia"* (E5LC.P.5). Licha sintió la necesidad de reclamarles a sus agresores y defender el derecho que tenía de ser cuidada.

Las participantes compartieron en grupo sus experiencias y describieron los sucesos que les causaron varias reacciones como: sollozos, deseos de venganza, gritos, odio, resentimiento, frustración, dolor, coraje, abandono y reclamos.

## 2. El proceso del grupo

En esta sección se hablará de las formas en que las participantes le dieron una solución a la violencia que vivieron. Así como la forma en que se retroalimentaron una a otra, cómo se brindaron algunas sugerencias que les sirvieron de apoyo en el proceso de compartir su vivencia; además de la manera en que fueron descubriendo cómo deseaban vivir su vida.

### 2.1. Soluciones intentadas

Las participantes, al compartir su experiencia, probaron algunas estrategias de solución a su problema, a la vez escucharon activamente a sus compañeras de grupo para conocer otras formas de poderse ayudar en el momento que se presentara de nuevo la violencia.

García (2012) menciona que en ocasiones las mujeres víctimas, eligen o tienen maneras o métodos adecuados para controlar o disminuir la agresividad de la víctima. Ellas han intentado algunas soluciones para aminorar la violencia que viven, esto con el fin de que, el victimario desista de sus deseos violentos. *“Actualmente se propone acudir a grupos de facilitación para apoyo a las mujeres maltratadas, para que ellas mismas se den cuenta, de cómo quieren solucionar la violencia que viven”* (p.49).

Las mujeres comentaron que, a raíz de haber vivido la violencia intrafamiliar, intentaron dar algunas soluciones. Estas soluciones intentadas se registraron al narrar la experiencia de violencia en el grupo de facilitación. A continuación, se presentan algunos ejemplos.

La manera en que Lucy afrontó la experiencia de haber sido agredida por su propia madre fue entender la difícil circunstancia de su vida, pues ella también fue una víctima de la violencia. Lucy comentó que reconoció el abuso sexual que vivió su madre al tenerla, también refirió que le tuvo compasión y piedad por su actitud. Así lo describió: *“Fue doloroso, pero tuve que saber que tuvo que ser abusada para tenerme (llora) y tengo mucha compasión, por eso yo la compadezco, tengo piedad de su actitud”* (E2L.P.5).

Lucy comentó que, a raíz de la violencia que sufrió por parte de su madre, no deseaba estar con su hija pequeña; no obstante, relata que pudo llegar a la solución de esta situación: *“Tuve el valor de reencontrarme con mi hija”* (E2L.P.5).

Por su parte, la solución que refiere Socorro ante la violencia que su esposo ejerció sobre ella fue enfrentarlo verbalmente: *“Llegó borracho y otro día, le dije: ¿sabes qué? no necesito de una cerveza para mandarte a chingar a tu madre, hasta ahorita no lo ha vuelto hacer”* (E4SC.P.2). Socorro tuvo el valor de hablar con su marido con groserías. Esta acción le funcionó porque le puso un alto a la conducta del marido.

Silvia también encontró una solución al enfrentar a su marido, quien no la dejaba salir con sus hijos a pasear. Ésta fue tomar sus propias decisiones y hacerse cargo de la situación aún sin contar con la compañía de su esposo para algunas actividades. Así lo comentó: *“Hasta ahorita he sido valiente, si él no quiere ir alguna parte con el niño, me voy yo sola a México”* (E4S.P.2). Otra manera en que Silvia intentó salir delante de la situación de violencia que vivió fue mediante el canto, pues en éste encontró una manera de tranquilizarse; sin embargo, la agresión continuaba. Así lo refirió: *“Quiero dejar de maltratar ya, últimamente saco mi angustia con cantar”* (E4S.P.6).

Heidi, al compartir su experiencia de maltrato en grupo, comentó que su madre la violentaba con palabras; a partir de este suceso, ella aprendió a decidir sobre lo que quería hacer con su vida: *“Sí tuve el valor de empezar a decidir”* (E3H.P.6). Heidi aprendió que tomar decisiones, fue positivo en su vida.

Licha fue agredida por sus padres, quienes la abandonaron con otras personas a edad temprana. Ella intentó afrontar sus sentimientos involucrándose en otro tipo de actividades. Comentó lo siguiente: *“Yo era catequista, me ha ayudado mucho a superar todo eso”* (E5LC.P.5). La mujer narró que su religión le ayudó a superar la violencia.

Socorro también encontró un refugio en la religión, ya que, al verse agredida físicamente por su marido, decidió leer la biblia. Esta le ayudó a ver las cosas desde otra perspectiva: *“Desde que empecé a leer la biblia veo las cosas muy diferentes”* (E3S.P.4). La biblia fue la solución que tuvo Socorro para vislumbrar las cosas de una manera distinta.

Otra solución intentada por Socorro fue solicitar ayuda en la Procuraduría; debido a los golpes propinados por el marido decidió denunciarlo. Comentó que, a partir de ese hecho, no volvió a golpearla. Así lo refirió: *“Inmediatamente fui a la Procuraduría, lo detuvieron porque me pegó y jamás me volvió a golpear, hasta ahorita”* (E4SC.P.4).

Durante las sesiones grupales, las mujeres víctimas de violencia doméstica mencionaron algunas de las estrategias que utilizaron para solucionar su situación de violencia. Esto sirvió para que, al escuchar los relatos de sus compañeras, las demás

puedan encontrar otras maneras de solucionar sus problemas. Algunas de las soluciones que han intentado son: reconocer las situaciones que suceden en su entorno, valor de reencontrarse con su familiar, enfrentar al marido, tomar decisiones, comenzar a decidir, involucrarse en otras actividades, buscar refugio en la religión, denunciar al agresor y cantar para tranquilizarse.

## 2.2 Retroalimentación

Durante las intervenciones grupales las participantes, víctimas de violencia, retroalimentaron a sus compañeras, expresándoles sus puntos de vista sobre la experiencia que narraban.

Cada comentario de las participantes tuvo el propósito de que estas se sintieran acompañadas y, a través de la retroalimentación, tuvieran otra perspectiva de la violencia vivida. Esto se mostrará en este apartado, a partir de lo que relataron las mujeres.

Poli comentó cuanta tristeza sentía por el rechazo de sus padres. Por lo que Rebeca, la retroalimentó diciéndole: *“No te la puedes creer que tus papás te dejaron descansar, por la situación de tu hijo y tú sigues con la responsabilidad de quererlos ayudar”* (E2P.P.3). Una de las participantes compartió su opinión, diciéndole que no se sintiera mal ya que lo único que buscaban sus familiares era que ella atendiera a su hijo.

Debido a la forma en que Poli ha enfrentado su situación de violencia y el rechazo que vivió por parte de sus padres, una de las participantes, Silvia, decidió felicitarla: *“Te felicito por darte cuenta de que puedes crecer en cualquier momento que lo deseas”* (E2P.P.3). El grupo la escuchó empáticamente y le dieron valor a su necesidad de crecimiento.

Lucía, después de contar su experiencia de violencia psicológica por parte de su madre, Rebeca la reconfortó diciéndole que se veía segura de sí misma: *“Cada que te veo tienes una luz, brillas resaltas, esa actitud a pesar, hablas con mucha seguridad”* (E2L.P.7). Rebeca apoyó a Lucy comentándole que es como un sol radiante.

Silvia, al momento de narrar su experiencia de violencia por parte de sus padres, también recibió retroalimentación de Rebeca, quien le hizo ver que estaba haciendo lo mismo con sus hijos, dándoles responsabilidades que aún no les tocan. Así lo comentó: *“Ella quiere que sus hijos sigan lo que ella vivió y ella está haciendo que los niños no tengan*

*niñez, ella está haciendo que los niños trabajen, les estás quitando todo lo que a ti te quitaron” (E3S.P.4).*

Rebeca también le comentó a Silvia que sufrió violencia psicológica en su hogar, por parte de sus padres. Así lo refirió: *“Esto que estamos haciendo para las personas, que tienen ese problema, y aprendemos” (E3R.P.6).* Ella refirió que, a pesar de los problemas que vivió logró obtener un aprendizaje. También le comentó que uno debe de ser tal y como es sin tratar de cambiar a nadie, y le recomendó que tomara sus propias decisiones: *“Tú no vas a cambiar a otro, si tú decides quedarte ahí, ahí te vas a quedar y tus expectativas cambian, mientras estés esperando algo no va a pasar, tú ¿qué quieres?, ya sabes a qué vas, que me sacó la lengua es su problema” (E4S.P.3).* Rebeca intentó hacerle ver a su compañera que ella tenía la propia responsabilidad de lo que le sucediera.

Por otra parte, Silvia retroalimentó a Heidi, quien fue víctima por parte de sus padres encontrándose en su hogar, ella le hizo ver a su compañera que debería sentirse orgullosa por salir delante de su situación. Así lo refirió: *“Orgullo de lograr, lo que quieras para tí” (E5S.P.7).*

La retroalimentación en el grupo, se dio cuando las participantes contaron su experiencia de vida, aportándose una a otra sus relatos. Esto las llevó a darse cuenta sobre cómo vivieron la violencia, mirando desde otra perspectiva el maltrato. Esto sirvió para que las mujeres se implicaran y pudieran ver su situación de agresión de una manera diferente.

### **2.3 Las sugerencias como forma de apoyo**

En este apartado se presentarán algunas de las sugerencias que se dieron en las intervenciones grupales, en cuanto a la violencia intrafamiliar y que dan un sentido de apoyo. Las participantes se dieron cuenta de que la situación puede verse de otra manera y que hay acciones que pueden implementarse para disminuir o detener la violencia en el hogar.

De acuerdo con Caicedo (2015), para que se dé el empoderamiento es necesario construir lazos de seguridad en el espacio alrededor del cuidado de sí mismas, a partir de habilidades de comunicación: como escucharse, atraer a otras mujeres a estar en las reuniones y hablar cara a cara. En opinión de Castro (2009) *“Una de las técnicas grupales se centra en colocar a las mujeres en una doble posición: recibiendo y dando,*

*condición que facilita el empoderamiento y la desvictimización, teniendo como premisa que todas son capaces de ayudar a otras" (p.122).*

Algunas de las sugerencias que expresaron las mujeres, miembros del grupo, para manejar las situaciones de violencia fueron: tratar de que no les afecte lo que piense otra persona, pensar lo mejor de sí, ser veraz, resolver una situación y después otra, dar prioridades, no quedarse calladas, ver lo que les sucede para que no se lastimen, crecer emocionalmente, valorarse, ser honestas, resolver sus situaciones paso a paso.

Rebeca le dio algunas sugerencias a Lucía en forma de apoyo, comentándole sus puntos de vista acerca de la experiencia narrada por Lucía, quien violentada por su madre. Estas son algunas de ellas: *"Que no te afecte lo que haga otra persona, ya que siempre has tenido la libertad de expresarte, y que puedes lograr todo lo que deseas". "Pero tampoco te tiene que afectar, eres libre, mientras no te liberes, puedes lograrlo"* (E3S.P.3). La compañera la reconfortó al decirle que es capaz de hacer sus cosas por ella misma y que puede pensar lo mejor de ella. Además, le dijo que es importante hablar sobre sus sentimientos: *"No te quedes callada"* (E2L.P.8). Rebeca apoyó a Lucía dándole su sincera opinión, haciéndole ver lo importante que externar lo que siente para no guardar sentimientos que la hagan sentir intranquila.

Rebeca también le hizo una sugerencia a Heidi, le recomendó que dijera quien era el causante de su inestabilidad emocional. Así lo comentó: *"Tu marido contribuía a tu inseguridad, di la verdad"* (E3H.P.5). Silvia, por su parte, le hizo ver a Heidi el porqué de su incertidumbre para que de esta forma reconociera lo que le sucedía con su marido y a partir de reconocerlo pudiera cambiarlo.

De igual manera, Rebeca le recomendó a Silvia resolver las situaciones en tiempo y forma. Así lo comentó: *"Resuelve una cosa primero y luego otra, da prioridades"* (E4S.P.9).

A través de las sesiones grupales se dieron sugerencias de parte de las participantes, que llevaron a las víctimas de violencia a ver desde otra perspectiva lo que les sucedió en su hogar. Estas sugerencias del grupo de intervención fueron de apoyo para que las mujeres se fortalecieran.

Los resultados en el proceso de empoderamiento se dan por la acción, ya que se va consolidando con la transformación de las formas de percibirse y se reflejan en los valores compartidos. *"Las mujeres están empoderadas y continúan generando procesos de empoderamiento en los grupos durante toda la intervención"* (Caicedo, 2015, p.12).

## Descubre nuevos aspectos de sí

En este apartado las participantes narraron los nuevos descubrimientos de sí mismas, así como aquello que experimentaron al estar compartiendo su experiencia de vida sobre la violencia doméstica que sufren o sufrieron al encontrarse con sus familiares.

Desudad, Moya y Chávez (2012) afirman que el objetivo de un grupo es que las personas desarrollen el autoconocimiento y por consecuencia y gradualmente se empoderen:

Esto se logra con apoyo grupal, para que descubran nuevas formas de vida en que den y exijan respeto; para dar una oportunidad de sanar heridas del pasado, conocerse mejor y aprender nuevas formas de vivir deseando generar salud mental, desarrollar y/o fortalecer el empoderamiento para romper con el ciclo de la violencia (p.18).

Rogers (1964) señala que el cliente logrará descubrirse a sí mismo, como quien encuentra un tesoro escondido, y será capaz de utilizar dicho conocimiento para su propio beneficio; el cambio está totalmente hecho para su desarrollo individual y personal *“cuando se acepta tal como es se convierte en un ser humano de amor, empático, sincero e incondicional, así como digno de confianza”* (p.49). Al brindar una relación de ayuda se estimula el desarrollo de la persona, que es lo que se pretendió en estas sesiones de facilitación de desarrollo humano.

Durante las sesiones grupales, se registraron todas las ocasiones en que las personas afirmaban haber descubierto, otras perspectivas sobre la violencia que vivían o vivieron y que probablemente también ejercen en otros.

Un aspecto que descubrió Poli fue la forma en que deseaba brindar ayuda a sus seres queridos: *“No lo había pensado así, voy a visitarlos y ver qué es lo que necesitan”* (sonríe) (E2P.P.3). La participante se dio cuenta de que era capaz de ver otra forma de manejar la situación que vivía y decidió atender a su familia y brindarles ayuda.

También Lucía, a través de la escucha grupal, se dio cuenta que *“puede ser psicóloga”* consigo misma y que existen otras personas que le pueden brindar apoyo. Así lo refirió: *“Tuve que aprender hasta darme cuenta que puedo ser psicóloga conmigo”* (E2L.P.4). *“Me di cuenta que otras personas me pueden ayudar”* (E2L.P.7). Lucía se da cuenta de que, a través analizar sus experiencias, puede encontrar una solución a la violencia que vivió.

Por su parte, Licha descubrió que le era necesario independizarse y hacer las cosas por su cuenta y no depender de nadie más: *“Yo lo que quiero, es ser independiente, no depender de nadie, ni de mi esposo”*. *“Luchar para vivir”* (E5LC.P.6). En el grupo de encuentro la participante expresó sus ganas de independizarse y tuvo clara su necesidad de realizar las cosas por ella misma, así como luchar para vivir.

En el momento que compartieron su experiencia en el grupo de facilitación, las participantes descubrieron nuevos aspectos de sí mismas como: diferentes formas de ayudar a los padres, aprendizajes (darse cuenta), recibir ayuda, independencia y su necesidad de luchar para vivir.

### **3. Condiciones de la facilitación y desempeño de la facilitadora**

En este apartado se hablará de cómo la facilitadora fomentó la expresión de las participantes, así como la manera en que brindó apoyo para que reflexionaran, e incentivó el autoconocimiento a través de la escucha grupal.

#### **3.1 Fomentar la expresión emocional**

Al momento que las mujeres expresaron su experiencia de violencia, la facilitadora del grupo fomentó la expresión emocional, para que las participantes compartieran lo que les había ocurrido.

Rogers (1982) señala que *“El facilitador debe poseer una gran sensibilidad para captar en qué momento un individuo está dispuesto a hablar, o se halla en un punto de ser presa del dolor, el llanto o la ira”* (p.60).

Rogers (1964) menciona que, si una persona vive una relación donde se le acepta plenamente, y si en esta aceptación no hay juicio, sino solo una comprensión empática, *“podrá entablar una lucha consigo mismo, desarrollar el coraje suficiente como para abandonar sus defensas y enfrentarse con su verdadero sí mismo”*. (p.267)

En el momento que la facilitadora trabajó con las participantes realizó preguntas, que por lo regular fueron a partir del mensaje de la persona. Esto con el propósito de fomentar la expresión emocional de las mujeres. A continuación, se dan unos ejemplos de las víctimas que participaron en el grupo.

La facilitadora fomentó la expresión emocional de Fabiola, preguntándole: *“¿Cómo te sientes al estar externando todo eso?”*, la participante contestó llorosa y angustiada:

Pues me siento a gusto, estamos aquí vamos aprender de cada uno, porque como lo dijo mi compañera aquí, a lo mejor uno ve como tú dices, no sabe lo que uno tiene por dentro, no saben el peso que uno trae, hasta el momento que te estás muriendo es mejor pero no, es mejor desahogarte y sacar todo (E1FP.4).

Al fomentar la expresión, la facilitadora llevó a la participante a identificar cómo se sentía y que se diera cuenta de lo que sucedía dentro de ella y de la importancia que tiene el hablar y externar los sentimientos.

Así mismo, la facilitadora le preguntó a Fabiola: *“¿Qué sentimiento tienes, cuando recuerdas la violencia que sufriste? ¿Estás enojada? ¿Cómo te sientes?”* Ella contestó con llanto: *“pues no sé, simplemente, no me lo merecía a mis hermanos no les pegaban, nada que ver, a mi sí”* (E1F.P.5). La facilitadora llevó a la persona a descubrir cómo estaban sus sentimientos y a percatarse de que no merecía ser maltratada.

La facilitadora promovió la expresión de Fabiola, preguntándole en varios momentos sobre sus sentimientos: *“¿Y tú, no quieres, porque estas muy enojada?”* La participante contestó llorando: *“pues sí, por el trato que me dieron”*, la facilitadora preguntó de nuevo: *“¿Qué te hace sentir dentro de ti? ¿Rabia?”* A lo que la participante contestó: *“quiero fajarme y quiero romper con eso”*. En seguida, la facilitadora pregunta: *“¿puedes describirlo?”* Y ella dijo: *“frustración, yo le dije, es mi padre tú lo oíste”*. La facilitadora preguntó *“¿que está sintiendo? ¿Sientes mucho coraje?”* respondió: *“Si”* (E1F.P.5). En el momento que la facilitadora llevó a Fabiola a expresarse, la mujer pudo darse cuenta de cómo se encontraba y reconocer su coraje y la frustración que la atormentó por bastante tiempo, así como reconocer su deseo por acabar con esos sentimientos.

Continuando con el caso de Fabiola, la facilitadora fomentó la expresión emocional, sobre cómo estaba su sentir. Así lo preguntó la facilitadora y a su vez contestó la mujer: *“¿Cómo te sientes?”* Ella respondió: *“siento esa energía, liberada y sorprendida de lo que se puede llegar a pensar para cambiar como vive uno”* (E2F.P.8). Una forma adecuada para saber cómo se encontraba la víctima fue a través de promover su expresión emocional y reconocer que era libre de ataduras y capaz de ver las cosas de otra manera.

La facilitadora impulsó a que la participante Silvia expresara su sentir: *“¿Cómo te sientes?”* Silvia respondió: *“Con dolor de cabeza. Ya tengo días que no me desvelo y me siento más descansada”* (E3S.P.5). La facilitadora promovió la expresión emocional de Silvia, con el fin de que, se diera cuenta de lo que sucedía dentro de ella y reconocer lo que sentía.

La facilitadora también alentó a Silvia a identificar qué sentía en su cuerpo al momento de recordar los momentos de violencia: “¿Que sientes en tu cuerpo cuando lo dices, en tu pecho?” ella, desesperada, dijo: “no sé, algo atorado. No sé, quiero salir corriendo de aquí, quiero gritar (llora)” (E2S.P.6). Incentivar la expresión emocional fue una forma de apoyo para la participante, con el fin de que identificara qué sintió y reconociera que pasaba dentro de ella, reconoció una obstrucción en su cuerpo y deseos de huir del lugar, sin embargo, siguió en el proceso de facilitación.

De igual manera, la facilitadora fomentó que Licha reconociera cómo se encontraba al momento de recordar la violencia doméstica. La conversación se dio de la siguiente manera: “¿Cómo te sientes?” Ella respondió: “dolida” (llora y a la vez sus compañeras) “¿qué está pasando ahí?” Licha contestó: “es por el modo que me tiene mi marido.” La facilitadora preguntó: “¿qué pasa con su modo?” Ella contestó: “es por cómo actúa por su modo, siento enojo, él me dice te hubieras buscado otro. Le digo lo mismo: búscate una que fuera sorda, muda y ciega, para no ver” (E4L.P.2). Licha se percató de lo que sufrió. La facilitadora la ayudó a expresar sus emociones y a reconocer aquello que le inquietaba, molestaba y la forma en que era tratada.

Gracias a la ayuda de la facilitadora, la mujer se percató y reconoció que tenía otras opciones para evitar la violencia en su hogar: “¿Y qué harías tú, para no quedar molesta?” A lo cual, Licha respondió: “irme a otro cuarto” (E4L.P.3).

Las intervenciones también sirvieron para que Lucía aclarara sus sentimientos hacia la violencia psicológica que vivió al lado de su madre, así se dio la conversación: “¿Tu mamá te lo decía? Ella con ojos llorosos y con la pierna temblando dijo; yo la veo con coraje y otra persona para ella estaba hermosa, yo buscaba el lado positivo, pero eso también me enfada a mí. La facilitadora preguntó ¿estás enfadada? Ella contestó que sí, que Lucia tiene que reprimir muchas cosas por prudencia por paciencia por amor, pero reprimir no es que, lo demás me hagan reprimir, a lo mejor yo me estoy obligando hacer eso” (E2L.P.6). La facilitadora, al promover la expresión emocional de Lucia, logró que ella externara su inconformidad y la forma en que se reprimía, además apoyó a la víctima con su molestia.

En otro momento, la facilitadora volvió a hacer una intervención con Lucía, haciéndole ver lo que le estaba causando daño: “¿Quieres seguir en ese abandono?” A lo que la participante respondió con voz fuerte: “quiero sacarlo, así de sencillo y me calmo sola” (tose) (E2F.P.6). La mujer víctima, a través del apoyo emocional, logró saber qué era lo que quería hacer; la respuesta de ella fue que se quería liberar del abandono.

En el momento de que la facilitadora fomentó la expresión emocional de Heidi le hizo ver cómo se sentía. Así lo dijo y respondió la mujer: *“¿Cómo estás ahorita?”* A lo que ella respondió: *“Un poco incómoda por no contestarles el teléfono a mis papás y quiero saber para qué me marcaron y no contesté”* (E3HP.7). La facilitadora brindó su apoyo para que Heidi compartiera su emoción reconociendo la inquietud que sentía.

La facilitadora le hizo reafirmar esa parte de sus valores con fomentarle la expresión emocional a Socorro. Así lo refirió: *“¿Reconoces esa parte donde adquieres valor para acusarlo con las autoridades? Ella contestó que sí”* (E4F.P.1). La facilitadora le hizo ver a la mujer que podía decidir por ella misma sin sentirse culpable.

Fomentar la expresión emocional fue una forma que utilizó la facilitadora y que requirió para saber qué cómo se sentían emocionalmente las mujeres, a la vez, ayudo para que las víctimas se aclararan y reconocieran que estaba ocurriendo con la violencia que viven o vivieron al lado de sus familiares.

Rogers (1964) señala que la aceptación del cliente por parte del terapeuta determina una mayor aceptación de sí mismo, cuanto más perciba el terapeuta al paciente como persona y no como objeto. En el transcurso de la psicoterapia se verifica en la persona un tipo de aprendizaje de sí mismo exitoso y vivencial (p.185).

### **3.2 Fomento del autoconocimiento**

Para fomentar el autoconocimiento a través del desarrollo humano, la facilitadora promovió la creación de un ambiente de respeto y confianza en que las participantes pudieran expresarse con libertad, lo que permitió que identificaran, exploraran y aclararan sus emociones y definieran qué harán con lo que les sucedió. Rogers (2002) dice lo siguiente: *“Si puedo crear un cierto tipo de relación, la otra persona descubrirá en sí mismo su capacidad de utilizarla para su propia maduración y de esa manera se producirá el cambio y el desarrollo individual”* (p.40).

Las formas de apoyo fueron: comprensión, identificar emociones, detenerse en su emoción para explorarla, e identificar cómo esas emociones les pueden aclarar qué es lo que quieren hacer en el momento presente.

La manera de iniciar y dirigir un proceso de desarrollo para las mujeres víctimas de violencia fue a través del apoyo del empoderamiento que se realizó facilitando y promoviendo el autoconocimiento en grupo de encuentro, para que la persona experimentará sus emociones y sentimientos con otras personas, se conocieran y

tomaran decisiones asertivas, de esta forma ellas se entenderían, se expresarían con más confianza. Deusdad, Moya y Chávez, (2012) afirman que:

El objetivo del grupo para el empoderamiento, es ofrecer apoyo para descubrir nuevas formas de vida con respeto y amor; para dar una oportunidad de sanar heridas del pasado, conocerse mejor y aprender nuevas formas de vivir deseando generar salud mental, desarrollar y/o fortalecer el empoderamiento para romper con el ciclo de la violencia (p.18).

Una de las partes importantes de las sesiones fue que las participantes se sintieran apoyadas y comprendidas por la facilitadora, a través de brindar apoyo a las mujeres con la actitud positiva incondicional, así como que identificaran sus emociones, se detuvieran en su emoción para explorarla, e identificaran cómo esas emociones les pudieron aclarar, lo que querían hacer en ese momento. Se muestran algunos casos.

El apoyo que le brindó la facilitadora a Fabiola fue escucha activa, comprensión y valoración de la persona. Así lo comentó: *“Entiendo y comprendo, esa parte que estas sintiendo, sin embargo, veo mucho valor en ti sobre lo que has hecho, que es reconocerte”* (E4F.P.2). La facilitadora, de esta manera, pretendió incidir en un cambio positivo en la participante en un clima de confianza, donde expresó reacciones de sentimiento hacia los demás y hacia sí mismo.

La facilitadora reflejó lo que hizo con Silvia y le formuló una pregunta para la profundización del reconocimiento de sus emociones: *“Ya identificaste tu miedo y angustia y reconoces esa parte de ti donde ya caminaste, ¿cómo te sientes? Tienes tu cutis más rosadito, te estabas mareando y ahora te reconoces”* (E4S.P.7). La facilitadora llevó a que la participante reconociera y dijera qué le sucedía al contar su experiencia de violencia intrafamiliar en un clima de seguridad, donde generó en forma gradual la libertad de expresión.

Otra de las acciones de la facilitadora fue ayudar a Silvia a que se centrara en la emoción que estaba viviendo, sin cambiar su consciencia a otra cosa. Así lo refirió: *“Detente ahí”* (E4S.P.6). El detenerse fue una forma que la facilitadora utilizó para que la mujer víctima reconociera sus sentimientos que estaban fluyendo dentro de ella (ojos llenos de lágrimas). Esto fue con la idea de que la mujer viera que podía externar esos sentimientos que la atormentaban para que se orientara hacia una mayor aceptación de su ser, emocional.

Una acción más fue favorecer a la participante y se dio cuenta de qué obtendría con su libertad y fortaleza que previamente había referido. Así lo dijo: *“Entonces con esa fuerza y esa independencia ¿qué vas a lograr? ¿Cómo te quedas?”* (E5F.P.7). Parte de la asistencia brindada por la facilitadora a Silvia fue para que se dio cuenta, de que conseguiría con sus decisiones, a la vez, por medio de la escucha mutua las demás compañeras aprendieron unas de otras.

El apoyo que brindó la facilitadora fue un factor determinante en las intervenciones grupales, ya que, con esta asistencia las mujeres descubrieron que tienen nuevas formas de ver su vida. También esto sucedió a partir de tener en un estado empático con una actitud positiva incondicional y trabajar congruentemente con las víctimas, para que se auto conocieran y, por consecuencia, gradualmente se empoderen.

### **3.3 La facilitación de la reflexión**

En el momento que se brindó la facilitación, se invitó a las mujeres víctimas de violencia doméstica a que reflexionaran sobre sus experiencias de vida ocurridas en sus hogares. En el momento de la reflexión, las participantes se dieron cuenta de qué es lo que realmente quieren hacer con la violencia que viven o vivieron ante tales hechos.

Los facilitadores de grupos deben desarrollar habilidades que redunden en la generación de condiciones que permitan un conocimiento más profundo de las causas de sus síntomas (Peláez, et.al.2013 p.419), así como la generación de espacios de conocimiento, comprensión, aceptación, empatía, respeto y autenticidad con énfasis en el apoyo del empoderamiento en su proceso de fortalecimiento y desarrollo.

Las condiciones del grupo para el cambio de la mujer víctima fueron en un espacio adecuado para la reflexión: un clima que contó con un espacio cómodo, en un ambiente de respeto, donde se conocieron entre ellas y fueron capaces de expresar sus vivencias y reflexionar sobre ellas en las sesiones, donde intervino la facilitadora. A continuación, se dan unos ejemplos.

La facilitadora en el momento que le dio una respuesta a la participante la invitó a la reflexión sobre qué acciones tomaría ante la violencia: *“¿Qué va pasar cuando te vuelvan a agredir?”* A lo que la participante contestó: *“Aprender que es el problema de ella, a veces veo que mi mamá anda renegando de algo y no me corresponde a mí, le corresponde a ella verlo”* (E3L.P.6). A partir de la pregunta de la facilitadora, Lucía reflexionó sobre la

situación y logró distinguir que hay cosas que no son su responsabilidad, sino de otra persona.

De la misma manera, la facilitadora procuró que Fabiola reflexionara acerca de su capacidad de responder de manera diferente ante los eventos. Para ello le dijo: *“No es de aguantarse, más bien, ¿qué harías cuando esté pasando el problema?, pero ¿qué harías? Y ella respondió retirarme.”* (E3F.P.6). Estas preguntas ayudaron a que las participantes se centraran en aspectos que habitualmente no consideran. En lugar de que sólo describiesen lo que ocurrió, las preguntas de la facilitadora las llevaron a reflexionar acerca de las alternativas que tenían ante determinadas situaciones.

Así mismo, cuando Licha intentó justificar la conducta de sus padres, que la agredían. La facilitadora le expresó su manera de pensar ante la conducta de su papá. Licha comentó: *“Pues yo pienso que por la edad ya no tiene relaciones”,* la facilitadora comentó: *“Lo disculpas otra vez, ¿te fijas?”* (E5F.P.3). La facilitadora procuró que Licha se diera cuenta de su tendencia a justificar la conducta de su padre, lo cual pudo llevarla a considerar otras maneras de pensar la situación.

Otro momento de reflexión de Licha fue cuando la facilitadora dio otra respuesta a otro comentario de su narración. La facilitadora le dejó ver que siguió los patrones de su hogar. Así lo refirió: *“Ahora tu separas y divides, como te hicieron a ti en tu casa. Ahora tú mandas al cuarto a tu esposo”* (E5F.P.5). La reflexión sucedió en el momento que la participante se dio cuenta de que estaba repitiendo el mismo patrón de sus padres.

Continuando con otra experiencia de Licha, la facilitadora la cuestionó sobre lo que ella realmente quería, a lo que ella respondió: *“Si yo fuera más liberal y si mi esposo no me quiere, aquí me quiero”*. Preguntó la facilitadora: *“¿Tú quieres ser liberal?”* Licha respondió: *“No, no soy así”*. Habló de nuevo la facilitadora: *“¿Y por más que lo pienses y lo digas, no eres así?”* Licha responde con una negativa. La facilitadora comentó: *“Hay que buscar qué quiere Licha, ¿qué quieres ser Licha?”* Ella respondió: *“quiero que me abracen, que me consientan”*. Preguntó la facilitadora: *“¿No sentirte sola? Ya lo dijiste”* (E5F.P.4). A partir de las intervenciones de la facilitadora, Licha pudo ir definiendo su necesidad en la relación de pareja.

La facilitadora fomentó la reflexión de las participantes víctimas de violencia, para que hicieran conciencia sobre lo que les estaba ocurriendo y, de esta forma, lograron ver como querían reaccionar ante la violencia vivida en sus hogares y qué es lo que realmente buscan en las relaciones con sus seres queridos. También buscó que las participantes del grupo tuvieran mayor claridad en lo que querían, para que a partir de

ello se fueran empoderando. Estrada (2013) dice que: *“Hoy las mujeres gracias a algunos casos de empoderamiento se han ido desarrollando lo más humanamente posible, hoy sólo algunas mujeres, son mucho más independientes, son el sostén de su hogar y toman decisiones sobre su vida”* (p.82).

### **Acciones para promover el autoconocimiento**

Las acciones de la facilitadora se muestran en esta sección. Se realizaron al momento en que las participantes narraron su experiencia de vida causada por la violencia sufrida en sus hogares por parte de sus familiares.

Estas acciones les hicieron ver a las mujeres que tenían nuevas formas de mirar su vida. Esto se dio a través de las actitudes de la facilitadora como: incentivar la comunicación, que se expresaran, encaminarlas a que se descubrieran, consultar sobre sus sentimientos, que vieran otro aspecto positivo en ellas, ver de diferentes formas las situaciones de violencia que vivieron o viven, que se reconocieran, consultar sobre sus necesidades y que se dieran cuenta que sucede dentro de ellas. También con una de las participantes se trabajó con la Técnica de la silla vacía. Se dan algunos ejemplos.

Para lograr esto la facilitadora, en una de las sesiones, propuso a Fabiola que contara su experiencia de violencia doméstica al grupo que estaba interesado en escucharla. Posteriormente, Fabiola refirió su experiencia de ser escuchada: *“Ahí tienes ahora, a todo el grupo que te escucha, si tu quisieras sacar algo, en un momento dado, tu molestia cómo es, estoy muy enojada, siento esto, siento el otro”* (E1F.P.6). La comunicación fue una acción fundamental para el grupo de encuentro.

La acción que la facilitadora llevó a cabo fue que cada una de las participantes víctimas, relataran su experiencia de la violencia de que fueron objeto, ya que de esta forma se auto conocerían. Así se lo comentó a las participantes: *“Se considera importante, hablar sobre el mismo tema de violencia doméstica porque aún se puede trabajar más sobre este tema y que es importante abrirse y descubrir y qué está pasando con este tema”* (E2F.P.1). La facilitadora incentivó a las mujeres a escucharse y a que se dieran cuenta qué sucedía dentro de ellas.

Otra acción que la facilitadora llevó a cabo fue con Lucy a través de la técnica denominada *la silla vacía*. La técnica es que la persona le puede hablar a otra persona, sin que se encuentre presente. De esta forma la facilitadora encaminó a la mujer a que descubriera que sucedía dentro de ella. Así lo refirió: *“Grítale a tu mamá porque te*

*abandonó. Gritaselo, aquí tienes a tu mamá enfrente, dile, dile, como te sentías en ese momento, dile ¿Cómo te sientes con ese abandono?*" (E2F.P.6). La participante logró trabajar con la técnica para despejar sus emociones. *"La intervención de la Terapia Gestalt facilitó entrar en contacto con estas situaciones; se logró una confrontación con el dolor, el duelo no resuelto, la angustia, el odio, etc."* (Castanedo, 2002, p.204).

Seguido de esto, la facilitadora emprendió otra acción con la participante Poli consultándole sobre sus sentimientos en cuanto al abandono. Así lo comentó: *"¿Que tan molesta y enojada estas con tu mamá porque te abandono?"* (E2F.P.6). Esta acción provocó que la mujer se diera cuenta qué tan molesta estaba porque su mamá renunció a ella.

La facilitadora al brindarle ayuda a Fabiola aplicó la acción para que viera otro aspecto positivo en su vida. *"Con ese sentimiento que estás viviendo de abandono, ahí es darse cuenta que a pesar que tu mamá te abandono, ella hubiera podido abortar y no lo hizo, a veces no nos damos cuenta de las cosas que tienen valor"* (E2F.P.7). La facilitadora le hizo ver a la mujer que hay otra manera de mirar a sus seres queridos y las situaciones que vivió. Así lo refirió: *"¿Quien atiende, a hijos que no son de su sangre? entonces por verlo desde otra perspectiva, el embarazo si lo vivió y te trajo al mundo"* (E2F.P.7). La acción de la facilitadora fue que la mujer viera las situaciones que vivía de manera diferente.

Continuando con las acciones, la facilitadora comentó sobre el reconocimiento que le dio a Fabiola, por la violencia psicológica vivida por parte de su mamá, le hizo saber que cada persona es diferente. Así lo comentó: *"Te reconozco y te acompaño"* (E2F.P.7). A través de la acción que realizó la facilitadora le hizo ver a la mujer que era digna de recibir apoyo y acompañamiento.

La participante Fabiola, víctima de violencia psicológica por parte de su mamá, recibió de la facilitadora la acción que fue preguntar cuál era su necesidad. Así lo comentó: *"¿Qué quisieras que hiciera? Ella dijo: un abrazo"* (E2F.P.8). Las acciones realizadas por la facilitadora llevaron a la participante que se sintiera cómoda.

A través de la acción llevada a cabo por la facilitadora Fabiola se dio cuenta de que el pasado de su madre le afectó. Así lo refirió: *"Ese momento que viviste con tu mamá fue de ella, ella sentía ese miedo y que ella lo arrastró todo este tiempo y ahora te das cuenta"* (E3F.P.7). La acción que realizó la facilitadora llevó a la mujer a darse cuenta, que su familiar la agredió porque era con lo único que contaba para educarla.

Las acciones de la facilitadora contribuyeron a que las participantes se auto conocieran y, por consecuencia, gradualmente empoderarse. Estas acciones contribuyeron a que las participantes, compartieran sus experiencias en un ambiente de confianza y aceptación.

Rogers (1964) señala que estas enseñanzas aportadas por la facilitadora y por la experiencia grupal tienden a transmitirse, de modo temporal o permanente, a las relaciones con el cónyuge, los hijos, subordinados, pares y aun con los superiores, luego de esta experiencia de grupo. Por lo que entonces las mujeres tendrán el beneficio de transmitir a sus seres queridos este aprendizaje (p.48).

Las mujeres tuvieron la oportunidad de expresarse en grupo, en un clima de aceptación, respeto y libre de juicios, con ello se espera que haya mayor conciencia de lo vivido en sus hogares. Esto contribuyó, en alguna medida, al inicio de un proceso de empoderamiento.

La estudiante, a través de facilitar el grupo de encuentro con víctimas de violencia doméstica, tuvo la oportunidad de poner en práctica los conocimientos adquiridos en la maestría de desarrollo humano. Estos aprendizajes influyeron en la vida de las mujeres, así como de la facilitadora. Las estrategias que aplicó fueron el auto conocimiento y el reconocimiento, que contribuyeron para el proceso de empoderamiento.

También comentó que fue de beneficio el proceso de reflexión con las mujeres y descubrió que la experiencia le dio un nuevo sentido a su labor propiciando un ambiente adecuado de respeto y confianza, para que las mujeres se abrieran y compartieran sus experiencias.

La facilitadora reconoció que aún tiene interés por practicar las estrategias para la facilitación y promover el proceso de desarrollo humano, desde el punto de vista de Carl Rogers, en el enfoque centrado en la persona.

## **Conclusiones**

La facilitadora creó un grupo de encuentro que atendió a personas que han vivido o viven violencia intrafamiliar. Realizó este trabajo con el fin de que las participantes analizaran sus vivencias y las opciones que tienen ante las agresiones, con la finalidad

de que afronten de mejor manera la situación o los efectos que ésta les ha dejado y que, a partir de eso, gradualmente se empoderen.

En la intervención, la facilitadora logró conducir al grupo sin ser directiva, dejando que las participantes decidieran las reglas del grupo y evitando actividades prediseñadas, para que se trabajara únicamente con lo que emergiera durante las sesiones. Esto permitió que las personas contaran sus experiencias de violencia sin presión y de acuerdo con su necesidad.

Para llevar a cabo la intervención profesional, con el propósito de facilitar el desarrollo humano de las participantes, la estudiante utilizó el conocimiento adquirido durante su formación en la maestría en desarrollo humano, tanto de manera teórica, práctica y actitudinal.

El aprendizaje teórico fue a partir del enfoque de la psicología humanista, específicamente del conocimiento de actitudes como: la aceptación positiva incondicional, empatía y congruencia que plantea Carl Rogers en el enfoque centrado en la persona. También conoció y comprendió el conocimiento de manejo de grupos de apoyo emocional y la facilitación del desarrollo humano en los mismos.

La maestría también le aportó elementos prácticos como: la asignatura de conocimiento personal que se llevó a cabo en cuatro semestres continuos y que fueron parte importante en el aprendizaje de grupo de encuentro; también aprendió con las materias de habilidades para la comunicación y habilidades grupales, así como los cursos intensivos fuera de la Universidad. También fueron útiles el desarrollo de las habilidades de intervención como: la clarificación, la paráfrasis y el reflejo, descritas por Cormier y Cormier (1994) fueron de utilidad para el proceso de la intervención grupal.

De acuerdo con el criterio de la autora, los cursos, prácticas y talleres ayudaron a desarrollar habilidades para facilitar el crecimiento en grupos de encuentro, por lo que considera que la maestría debería ofrecer cursos de formación continua para reafirmar y refinar lo aprendido.

A través de las cinco sesiones del grupo de encuentro, las participantes profundizaron en su autoconocimiento, resignificaron parte de la experiencia, pensaron nuevas maneras de afrontar las situaciones de violencia y retroalimentaron a sus compañeras en el grupo. Esto fue posible gracias al acompañamiento del grupo en un ambiente de comprensión, aceptación incondicional y respeto.

La idea de incrementar su autoconocimiento y pensar otras maneras de afrontar las situaciones de violencia fue con la finalidad de fomentar el empoderamiento. Se reconoce que haber tenido solamente cinco sesiones de trabajo no es suficiente para lograrlo; sin embargo, lo alcanzado apunta en la dirección de ese empoderamiento. Un número mayor de sesiones hubiera sido óptimo para que tuvieran más tiempo de autoconocerse, reconocerse y a la vez confirmar el empoderamiento, así como compartir experiencias que ayudaran a otras a ver las situaciones de manera diferente.

Las principales habilidades mostradas por la estudiante durante la facilitación del grupo fueron la de la escucha activa, la aceptación, no emitir juicios y mostrar una actitud empática. Pero también reconoce que le hace falta desarrollar algunas habilidades como la de clarificar, la del manejo del tiempo para que todas tuvieran oportunidades equitativas para expresarse y la de centrar el diálogo en torno a su vivencia y reflexión sobre la violencia vivida en el entorno familiar.

Finalmente, la autora reconoce la importancia de que las personas que han sufrido violencia doméstica cuenten con un grupo que les proporcione escucha, apoyo emocional y la posibilidad de compartir su experiencia y reflexionar sobre ella para que aprendan mejores maneras de hacer frente a esta situación.

El trabajo realizado pone de manifiesto que la promoción del desarrollo humano, desde la teoría humanista, puede aplicarse a distintos grupos en diversos escenarios. Un grupo de crecimiento permite el desarrollo de las personas cuando éstas se encuentran con otro humano en un ambiente de libertad y respeto que les permita expresarse sin temor y analizar sus vivencias y emociones con el acompañamiento de otras personas que le manifiesten una aceptación positiva incondicional.

## Referencias bibliográficas

- Agoff, C., Rajsbaum, A., & Herrera, C. (2006). "*Perspectivas de las mujeres maltratadas sobre la violencia de pareja en México*". Salud Pública De México, 48S307-S314.
- Barceló, B. (2003). *Crecer en grupo: una aproximación desde el enfoque centrado en la persona*. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.
- Berenzon Gorn, S., Galván Reyes, J., Saavedra Solano, N., Bernal Pérez, P., Mellor-Crummey, L., & Tiburcio Saíñz, M. (2014). "*Exploración del malestar emocional expresado por mujeres que acuden a centros de atención primaria de la Ciudad de México*". Un estudio cualitativo. Salud Mental, 37(4), 313-319.
- Caicedo Muñoz, S. C., & Solarte-Pazos, L. (2015). "*Empoderamiento de mujeres de una ONG colombiana*". Un estudio de caso simple. RAP: Revista Brasileira De Administração Pública, 49(6), 1597-1618. doi: 10.1590/0034-7612135980
- Canaval, G. E., González, M. C., & Sánchez, M. O. (2007). "*Espiritualidad y resiliencia en mujeres maltratadas que denuncian su situación de violencia de pareja*". Colombia Medica, 3872-78.
- Castro, M. T. (2009). "*Grupos de ayuda mutua con mujeres víctimas de violencia familiar*". Avances En Psicología, 17(1), 117-128
- Castanedo, S. C. (2002). "*Terapia Gestalt*" Enfoque centrado en el aquí y el ahora, Editorial Herder. Barcelona.
- Consejo Nacional de Población (CONAPO), Dirección, General de Programas de Población y Asuntos Internacionales, Dirección de Cultura Demográfica (2010), "*Situaciones de violencia intrafamiliar*", México: [http://www.reformapolitica.gob.mx/en/Violencia Familiar/Tipos de violencia](http://www.reformapolitica.gob.mx/en/Violencia_Familiar/Tipos_de_violencia)  
[a](#)
- Cormier, W.H., & Cormier, L.S.(1994). "*Estrategias de entrevista para terapeutas*": Bilbao, España: Desclée de Brouwer.
- Delgado Matos, I., Gómez Dorado, M., & Alcaraz Martínez, M. (2015). "*Sistema de vigilancia contra la violencia intrafamiliar*". Medisan, 19(5), 576-582.
- Deusdad-Ayala, B., Moya, E. M., & Chávez-Bara, S. M. (2012). "*Violencia de género y mujeres migrantes en la frontera: el caso de el paso, Texas*". Portularia: Revista De Trabajo Social, 12(1), 13-21. doi:10.5218/prts.2012.0002

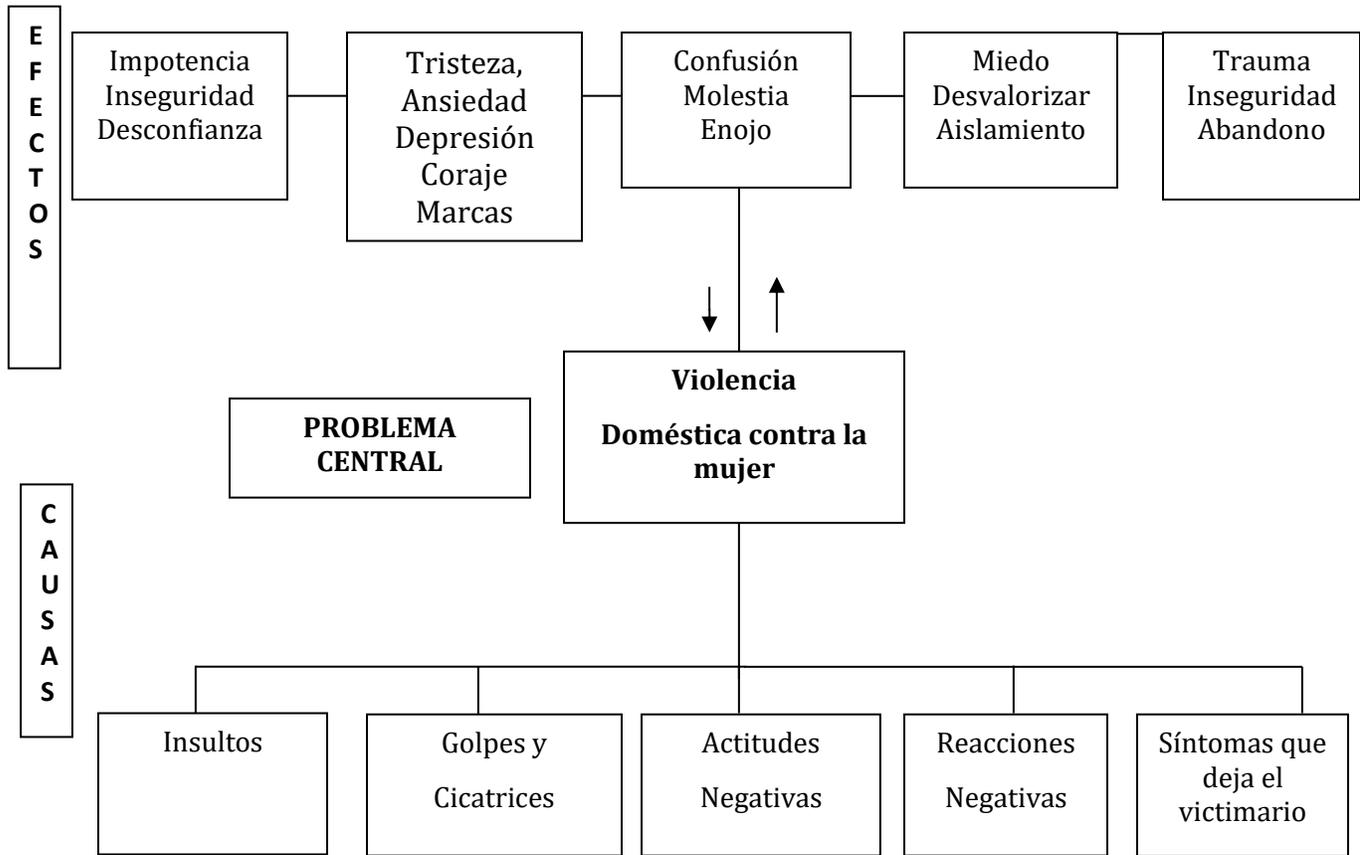
- Estrada C., Herrero J. & Rodríguez. F.J. (2012). "La red de apoyo en mujeres víctimas de violencia contra la pareja en el estado de Jalisco" (México): Universidad Psicológica, 11(2), 523-534
- Estrada, N. (2013). II: "Empoderamiento femenino desde el desarrollo humano. Contenido", (597), 81-83.
- Fernández, M. (2003). "Violencia Domestica", España: Ed. Ministerio de Salud y Consumo.
- Fernández, O., Luqués, P., & Leal, E. (2010). "Procesos socio-afectivos asociados al aprendizaje y práctica de valores en el ámbito escolar". Revista Telos, 12(1), 63-78.
- Ferreira, G. (1996). "La Mujer Maltratada" Un estudio sobre las mujeres víctimas de la violencia doméstica, México: Hermes.
- Forward, S. (2013) "Chantaje Emocional". Cuando la gente se vale del miedo la obligación y la culpa para manipularte, Grijalbo. México.
- García Cuartas, M. Y. (2012). "La violencia intrafamiliar una problemática que requiere pensarse desde lo interinstitucional". Revista Eleuthera, 790-103.
- García, F., García L., (2005). "La Problematización" Etapa determinante de una investigación, México: Ed. Instituto Superior de Ciencias de la Educación.
- Gómez R., L. F. (2012). "Cleófilas y La Llorona": heroínas latinas en contra de la marginalización patriarcal en el cuento de Sandra Cisneros "El arroyo de La Llorona". Universitas Humanística, (74), 97-119.
- Guevara Patiño, Ragnhild. (2016). *El estado del arte en la investigación: ¿análisis de los conocimientos acumulados o indagación por nuevos sentidos?* Folios, (44). Recuperado el 27 de Agosto de 2017, de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0123-48702016000200011&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-48702016000200011&lng=en&tlng=es).
- INEGI, (2013). "Estadísticas a propósito del día Internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer, México: <http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2015/violencia0.pdf>
- INEGI, (2013). *Presuntos delitos y delitos registrados*, México: [http://www.inegi.org.mx/lib/olap/consulta/general\\_ver4/MDXQueryDatos.asp?proy=cnpje2016\\_presdelitos;p=cnpje2016](http://www.inegi.org.mx/lib/olap/consulta/general_ver4/MDXQueryDatos.asp?proy=cnpje2016_presdelitos;p=cnpje2016)

- INEGI, (2013). Víctimas, inculpados y sentenciados registrados, México: <http://www.beta.inegi.org.mx/temas/victimas/>
- Labrador, F., Paz, P., De Luis, P., Fernández, R. (2003). "Mujeres víctimas de la violencia doméstica" Programa de actuación, Madrid: Ed. Pirámide.
- Lafarga, J. (2005) "*Mi Comprensión del Desarrollo Humano*". Revista Prometeo, Grupo Espiral, México.
- Lafarga, J. (2013) "*Desarrollo Humano, el crecimiento personal*". Editorial Trillas, México.
- Lammoglia, E. (2005). "*La violencia está en casa*" Agresión doméstica, México: Grijalbo
- Latorre, A (2003). "*La investigación acción*" Conocer y cambiar la práctica educativa, España, Ed: Graó.
- Londoño P, O. L., Maldonado G, L. F., y Calderón V, L. (2014). *Guía para construir estados del arte*. Recuperado el 21 de julio de 2015, de Colombia: [http://www.colombiaaprende.edu.co/html/investigadores/1609/articles-322806\\_recurso\\_1.pdf](http://www.colombiaaprende.edu.co/html/investigadores/1609/articles-322806_recurso_1.pdf)
- Maslow, A. (1998) "*Visiones del futuro*". Construir la sociedad a través de los grupos de entrenamiento, Editorial Kairós. Barcelona.
- MIDE, (2017). "*Denuncias por violencia intrafamiliar*" Averiguaciones previas, México: <https://seplan.app.jalisco.gob.mx/mide/indicador/consultarDatos/621>
- Morales-Sánchez, M., & Graciela-Namicela. (2014). "*La violencia intrafamiliar y su prevención desde el autodesarrollo comunitario en Loja, Ecuador. Santiago*". (135), 710-719.
- Morffín López, T., & Sánchez-Loyo, L. M. (2015). "*Violencia doméstica y conducta suicida: relatos de mujeres sobre la violencia y sus efectos*". Acta Universitaria, 25(NE-2), 57-61. doi:10.15174/au.2015.886
- Mullender, A. (2000). "*La violencia doméstica*" Una nueva visión de un viejo problema, España: Paidós.
- Peláez Lozano, M., Lozada Páez, M., & Olano Duque, N. (2013). "*Re-conocer los pasos, retos para el futuro: la investigación en psicología humanista*". Psicología Desde El Caribe, 30(2), 416-448.
- Quitmann, H. (1989). "*Psicología Humanística*". Conceptos fundamentales y trasfondo filosófico. Pp. 17-41. Barcelona España: Editorial Herder.

- Rein Venegas, T. (2013). *“Participación política de las mujeres. aspectos de confluencia entre la ética y los derechos humanos”*. Acta Bioética, 19(2), 219-228.
- Reyes Pérez, V., Reséndiz Rodríguez, A., Alcázar Olán, R. J., & Reidl Martínez, L. M. (2017). *“Las estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescentes ante situaciones que provocan miedo”*. Psicogente, 20(38), 240-255. doi:10.17081/psico.20.38.2544
- Rodríguez, M. Q., López, Y. A., Martínez, E. D., & Valdés, A. T. (2011). *“Violencia intrafamiliar desde un enfoque de género”*. (Spanish): Medi Ciego, 17(2), 1-10
- Rogers, C. (1964) *“El Proceso de convertirse en persona”*. Algunas hipótesis acerca de la posibilidad de facilitar el Desarrollo Humano” Paidós. Barcelona España.
- Rogers, C. (1982) *“Grupos de Encuentro”*. Amorrortu Editores. Buenos Aires.
- Saliba Garbin, C. A., Wakayama, B., Moreira Arcieri, R., de Paula, A. M., & IsperGarbin, A. J. (2017). *“La violencia intrafamiliar y los procesos notificadorios bajo la óptica del profesional de salud pública”*. Revista Cubana De Salud Pública, 43(2), 204-213.
- Santiago, M. A., Montalbán Peregrín, F. M., & SignoriniGonçalves, H. (2017). *“Jardín de historias”*: Releer la violencia hacia la mujer en una favela carioca. AIBR. Revista De Antropología Iberoamericana, 12(1), 77-102. doi:10.11156/aibr.120105
- Smith, Henao Osorio M. (2013). *“Del surgimiento de la psicología humanística a la psicología humanista-existencial de hoy”*. Revista Colombiana De Ciencias Sociales, Vol. 4, Iss 1, Pp 83-100 (2013), (1), 83.
- Vargas, B., Pozos, J., López, M. (2008). *“La Violencia doméstica” ¿Víctimas, victimarios/as o cómplices?* Barcelona, México: Porrúa.
- Velásquez, D. M., & Ospina, A. O. (2011). *“La posición masculina ante la violencia intrafamiliar”*: una pregunta sobre la afectividad silenciada. Revista Virtual Universidad Católica Del Norte, 321-20.
- Woods, P. (1989). *“La Escuela Por Dentro”* La etnografía en la investigación educativa, España: Paidós.
- Zappino, R. (2010). *“El poder de la persona. Afinidades entre el coaching y el Enfoque psicológico Centrado en la Persona”*. Capital Humano, 23(249), 74-81

# Anexos

## Anexo 1. Árbol de Problemas



## Anexo 2. Carta de consentimiento informado



### DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y SALUD

#### Maestría en Desarrollo Humano

Periférico Sur Manuel Gómez Morín 8585. Tlaquepaque, Jalisco, México. CP: 45090. Teléfono: +52 (33) 3669 3434

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO

**Actividad:** Sesiones grupales

**Asignatura:** Supervisión de la Intervención

**Profesor encargado:** Martha Leticia Carretero Jiménez

**Alumna:** Laura Vianey Ponce de León Vázquez

Al aceptar mi participación en la actividad referida he sido informado de lo siguiente:

1. Que mi participación es totalmente voluntaria y que podré retirarme de la actividad en el momento que yo lo desee sin consecuencia alguna.
2. Que toda la información que proporcione será tratada con confidencialidad y sólo para fines académicos.
3. Que las sesiones donde participe serán (video y) audio-grabadas con fines académicos de supervisión e investigación por parte de los profesores de la Maestría en Desarrollo Humano del Departamento de Psicología, Educación.
4. Que las sesiones serán conducidas por la **Lic. Laura Vianey Ponce de León Vázquez**, alumna de la maestría en Desarrollo Humano, bajo la supervisión del profesor.
5. Que serán un total de cinco sesiones con una duración aproximada de 3 horas, los días viernes y en el horario que se acuerden, en un lugar adecuado para la actividad.
6. Que en caso de requerir o solicitar una atención posterior será canalizado por la profesora encargada a un servicio adecuado a mis necesidades.
7. Que en caso de tener alguna duda sobre esta actividad podré comunicarme con la profesora de la asignatura, Dra. Martha Leticia Carretero Jiménez, al teléfono 3669 3434 ext. 3181, o al correo electrónico [marle@iteso.mx](mailto:marle@iteso.mx)

\_\_\_\_\_

Nombre completo y firma

\_\_\_\_\_

Lugar y fecha