

**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA  
SEDE QUITO**

**CARRERA: PSICOLOGÍA**

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de: PSICÓLOGA**

**TEMA:  
INTERVENCIÓN GRUPAL PARA AYUDAR EN LA GENERACIÓN DE  
RECURSOS RESILIENTES EN MUJERES ADULTAS VÍCTIMAS DE  
VIOLENCIA INTRAFAMILIAR EN EL CENTRO DE EQUIDAD Y  
JUSTICIA EN LA ADMINISTRACIÓN SUR “ELOY ALFARO”**

**AUTORA:  
ESTEFANÍA MARGARITA SILVA TAPIA**

**TUTORA:  
CYNTHIA MERCEDES CAROFILIS CEDEÑO**

**Quito, marzo de 2016**

### **Cesión de derechos de autor**

Yo Estefanía Margarita Silva Tapia con documento de identificación N° 1721762357 manifiesto mi voluntad y cedo a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy autora del trabajo de titulación intitulado “INTERVENCIÓN GRUPAL PARA AYUDAR EN LA GENERACIÓN DE RECURSOS RESILIENTES EN MUJERES ADULTAS VÍCTIMAS DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR EN EL CENTRO DE EQUIDAD Y JUSTICIA EN LA ADMINISTRACIÓN SUR “ELOY ALFARO”, mismo que ha sido desarrollado para optar por el título de psicóloga, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

Firma



Estefanía Margarita Silva Tapia

1721762357

Quito, marzo 2016

**Declaratoria de coautoría de la docente tutora**

Yo declaro que bajo mi dirección y asesoría fue desarrollada la sistematización del proyecto de intervención, "INTERVENCIÓN GRUPAL PARA AYUDAR EN LA GENERACIÓN DE RECURSOS RESILIENTES EN MUJERES ADULTAS VÍCTIMAS DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR EN EL CENTRO DE EQUIDAD Y JUSTICIA EN LA ADMINISTRACIÓN SUR "ELOY ALFARO", realizado por ESTEFANÍA MARGARITA SILVA TAPIA, obteniendo un producto que cumple con todos los requisitos estipulados por la Universidad Politécnica Salesiana, para ser considerados como trabajo final de titulación.

Quito, 8 de marzo de 2016



Cynthia Mercedes Carofilis Cedeño

Cédula de identidad: 0914284971

Oficio: N° 0038-DMGS-VIF-G-MI-CEJ-2016

Quito, 09 de marzo de 2016

Señorita  
**Estefanía Margarita Silva Tapia**  
Presente.-

De mi consideración:

En atención al oficio SN, suscrito por Estefanía Margarita Silva Tapia, con fecha: 01 de marzo de 2016, recibido por la Dirección Metropolitana de Gestión de Servicios de Apoyo a Víctimas de VIF-MI-VG-VS, en el que menciona haber realizado sus prácticas pre profesionales de psicología en el Centro de Equidad y Justicia "ELOY ALFARO" donde ejecutó su proyecto de intervención denominado "INTERVENCIÓN GRUPAL PARA AYUDAR EN LA GENERACIÓN DE RECURSOS RESILIENTES EN MUJERES ADULTAS VÍCTIMAS DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR EN EL CENTRO DE EQUIDAD Y JUSTICIA EN LA ADMINISTRACIÓN SUR "ELOY ALFARO".

Según este antecedente se procede autorizar que la información inherente al proyecto "INTERVENCIÓN GRUPAL PARA AYUDAR EN LA GENERACIÓN DE RECURSOS RESILIENTES EN MUJERES ADULTAS VÍCTIMAS DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR EN EL CENTRO DE EQUIDAD Y JUSTICIA EN LA ADMINISTRACIÓN SUR "ELOY ALFARO". Sea utilizada por Usted con fines investigativos.

Por la atención presente, anticipo mi agradecimiento.

Atentamente,



Ab. Cristina Calderón

**Dirección Metropolitana de Gestión de Servicio de Apoyo  
A Víctimas de VIF-G-MI y Violencia Sexual (E)  
SECRETARIA GENERAL DE SEGURIDAD  
Y GOBERNABILIDAD**

|                | FUNCIONARIO                                               | SUMILLA                                                                             |
|----------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Elaborado por: | Diana Jiménez<br>Área Técnica Atención<br>Integral CEJ, S |  |
| Revisado por:  | Cristian Goyes<br>Coordinador Área Técnica                |                                                                                     |

## **Dedicatoria**

A mis padres y hermano por su amor infinito y su apoyo constante, mi modelo de soñar alto y persistir en sobrepasar los límites, a actuar sin dejarme vencer. Me dieron las raíces para saber de dónde vengo y enorgullecerme de ser quien soy. A Kathia, Daniela y Daniel, por la belleza de cambiar las hojas con ustedes. A todos quienes estuvieron acompañándome en este camino.

.

## Índice

|                                                        |    |
|--------------------------------------------------------|----|
| Introducción .....                                     | 1  |
| Primera parte .....                                    | 2  |
| 1. Datos informativos del proyecto .....               | 2  |
| 2. Objetivo de la sistematización .....                | 3  |
| 3. Eje de la sistematización .....                     | 3  |
| 4. Objeto de la sistematización.....                   | 4  |
| 5. Metodología de la sistematización .....             | 9  |
| 6. Preguntas clave.....                                | 11 |
| 7. Organización y procesamiento de la información..... | 12 |
| 8. Análisis de la información .....                    | 27 |
| Segunda parte .....                                    | 28 |
| 1. Justificación.....                                  | 28 |
| 2. Caracterización de los beneficiarios.....           | 30 |
| 3. Interpretación .....                                | 31 |
| 4. Principales logros del aprendizaje.....             | 37 |
| Conclusiones .....                                     | 42 |
| Recomendaciones.....                                   | 44 |
| Referencias.....                                       | 46 |

## **Índice de tablas**

|                                                              |    |
|--------------------------------------------------------------|----|
| Tabla 1. Cuadro de sesiones.....                             | 5  |
| Tabla 2. Categorías de análisis e indicadores.....           | 15 |
| Tabla 3 Cuadro de categorías, tópicos y citas (Anexo 1)..... | 16 |

## **Índice de anexos**

|                                                              |    |
|--------------------------------------------------------------|----|
| Anexo 1 Factores de generación de recursos resilientes ..... | 48 |
| Anexo 2 Tabla demográfica .....                              | 59 |



## **Resumen**

Este trabajo contiene la sistematización de una intervención grupal en el Centro de Equidad y Justicia “Eloy Alfaro”, abordándose el tema de generación de recursos resilientes en mujeres adultas víctimas de violencia intrafamiliar. Esta sistematización se enfoca en el proceso de intervención dado durante el período de seis meses con las participantes respecto al desarrollo y fortalecimiento de cuatro pilares: apoyo externo, fuerza interior, factores interpersonales y nuevos significantes de roles de género.

Se utilizó un análisis cualitativo categorial de la experiencia registrada a modo de diarios de campo, para clasificar el material obtenido y luego relacionarlo con la teoría. Se concluye que los factores analizados fueron fortalecidos tras el proceso de intervención y que hubo una influencia positiva en la dinámica personal y grupal.

## **Abstract**

This work contains the systematization of a group intervention at the “Eloy Alfaro” Equity and Justice Center, regarding to the generation of resilient resources in adult women who have been victims of domestic violence. This systematization focuses on the intervention process conducted over a period of six months with the participants, about the development and strengthening of four pillars: external support, inner strength, interpersonal factors and new signifiers of gender roles.

It was used a categorical qualitative analysis of the experience recorded in the way of field diaries, in order to classify the obtained material and then relate it with the theory. This concludes with the fact that the analyzed factors were strengthened after the intervention process and that there was a positive influence on personal and group dynamics.

## **Introducción**

Se realizó una sistematización de la experiencia de intervención grupal a mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que son usuarias del Centro de Equidad y Justicia “Eloy Alfaro”, durante el período de diciembre de 2014 a junio de 2015. Esta experiencia se llevó a cabo en sesiones semanales durante la realización de prácticas pre profesionales dentro de la carrera de psicología de la Universidad Politécnica Salesiana.

El tema abordado fue la generación de recursos resilientes mismo que se categorizó en tres aspectos: apoyo externo, fuerza interior y factores interpersonales. El objetivo fue determinar el proceso por el cual dichos recursos se constituyeron y fortalecieron en el transcurso de la terapia, el orden en el que aparecieron cada uno de ellos y cómo influyeron de manera personal y grupal.

El presente documento tiene la finalidad de brindar una pauta para quienes estén interesados en la intervención dentro de un contexto institucional, con grupos de mujeres que atraviesen situaciones de violencia, principalmente intrafamiliar. Y además enfocándose en la resiliencia como la forma de hacer frente a dichas problemáticas con nuevas alternativas de solución y paulatina obtención de recursos internos y externos.

## **Primera parte**

### **1. Datos informativos del proyecto**

a. Nombre del proyecto: Intervención grupal para ayudar en la generación de recursos resilientes en mujeres adultas víctimas de violencia intrafamiliar en el centro de equidad y justicia de la administración zonal “Eloy Alfaro”.

b. Nombre de la institución: Centro de Equidad y Justicia “Eloy Alfaro”.

c. Tema que aborda la experiencia:

Se abordó la temática de resiliencia como la capacidad de las personas para sobrevivir situaciones de violencia intrafamiliar y superarlas de una manera positiva. Se tomó en cuenta el trabajo de Grotberg (2006) para abordar los factores resilientes que implican: el soporte social o el “yo tengo”; la habilidad de relacionarse con otras personas para hablar y solucionar problemas o el “yo puedo”; y la fortaleza interna o “no soy/estoy” que implica condiciones personales (Melillo, Estermatti, & Cuestas, 2002).

Además se trabajó la relación entre género y violencia al ser un “binomio inseparable, ya que la primera se usa como mecanismo para conseguir un plus de presencia o influencia respecto a lo segundo” (Expósito, 2011, pág. 20). Y se ha convertido en una manera de mantener las relaciones interpersonales en calidad de desigualdad. Lo que fue necesario abordar para la deconstrucción de roles que dio paso al trabajo con los recursos resilientes de las mujeres.

d. Localización: Sur de Distrito Metropolitano de Quito, Zona “Eloy Alfaro”, Parroquia Eloy Alfaro. Centro de Equidad y Justicia, área de psicología. Calle Capitán Chiriboga y Av. Alonso de Angulo. Es una institución municipal creada en 2010, con la finalidad de prevenir, garantizar y restituir los derechos de personas que viven situaciones de violencia intrafamiliar, maltrato infantil y violencia de género.

## **2. Objetivo de la sistematización**

General:

Determinar el proceso de generación de los recursos resilientes durante la intervención de grupo en las mujeres participantes del Municipio Metropolitano de Quito, Distrito Zonal Sur “Eloy Alfaro”, en el período comprendido de diciembre de 2014 a junio 2015.

Específicos:

- Establecer los cambios surgidos en los significados atribuidos a partir del abordaje de resiliencia y género, por medio del registro de sesiones.
- Señalar cómo los factores resilientes fueron fortalecidos y cómo influyó esto en la dinámica de la relación individual y con los demás que permitió la formación de lazos de amistad y apoyo.
- Generar un análisis de la experiencia en el que relacione los resultados obtenidos con la teoría utilizada.

## **3. Eje de la sistematización**

Tomando en cuenta que la sistematización se entiende como “una práctica intencionada de generación de nuevo conocimiento sobre las prácticas educativas y sociales, parte de entender que coexisten variados conceptos en torno a la noción” (Torres & Mendoza, 2004, pág. 254) . Esta herramienta proporciona un mayor análisis y comprensión de varios aspectos que se fueron dando durante el proceso. Por lo que se entreteje la praxis con la teoría, que se desprenden en base a un punto de partida.

La información obtenida del trabajo con las beneficiarias, durante 27 sesiones, será el inicio para determinar el proceso de la generación de recursos resilientes durante el

transcurso de la terapia posterior grupo de amistad con otras integrantes y relacionándolos con el eje de soporte social. El relatar historias personales con la progresiva disminución de vergüenza y el aumento en la afirmación de su autoimagen en relación al eje fortaleza interna. Para finalmente dotar de una significación nueva y positiva al rol de las mujeres y los conflictos por los que están atravesando lo cual refiere a nuevos significantes de rol de género.

#### **4. Objeto de la sistematización**

El proyecto se realizó desde diciembre de 2014 hasta junio de 2015, contó con 27 sesiones de las cuales las nueve primeras se llevaron a modo de talleres de treinta minutos de duración. Cada uno estuvo dividido en tres partes, siendo el inicio una dinámica de integración grupal. El abordaje del tema de la sesión o sesiones era el segundo punto, en el que se hacían lluvia de ideas de las participantes, así como la explicación por parte de quien coordinaba la sesión. En tercer lugar se reflexionaba sobre lo abordado y se hacía una dinámica de despedida.

Las temáticas propuestas por las mujeres fueron autoestima, pirámide alimenticia, nutrición, salir del círculo de violencia y actividades como celebración de cumpleaños y momentos para compartir con otras compañeras. A partir de la décima sesión se inició un proceso de terapia grupal, en la cual las mujeres relataron de manera voluntaria sus historias más personales y dolorosas. Todas se apoyaron mutuamente con puntos de vista, palabras de ánimo, de manera económica e incluso dando opciones de resolver problemas y ofreciéndose a ayudarse conjuntamente yendo a diferentes instituciones del Estado por problemas legales.

El abordaje se llevó a cabo con un total de diez mujeres en edad adulta que vivieron situación de violencia de género y fueron remitidas por Unidad de Violencia contra la Mujer y la Familia o asistieron de manera voluntaria y regular a las sesiones. En la

intervención se trabajó en la generación de recursos en cuanto a: a) soporte social alcanzado, b) la habilidad personal para relacionarse con otras personas, c) la fortaleza interna para integrar fortalezas personales. Además se abordó temáticas de género que fueron importantes para la deconstrucción de ideas e imaginarios que permitieron la reflexión y la resiliencia.

Por lo que la sistematización se realizará de la información obtenida durante la ejecución del proyecto desde las primeras reuniones hasta las sesiones terapéuticas. Esto implica el reconocimiento de un proceso ocurrido con las interacciones con otras personas y el relato de sus situaciones a través de la intervención.

**Tabla 1. Cuadro de sesiones**

| FECHA      | SESIÓN/<br>TEMÁTICA                | OBJETIVO                                                                                                                        | ACTIVIDADES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 04/12/2014 | Conformación de grupo de apoyo     | Crear un grupo que permita el trabajo de la temática de violencia intrafamiliar con mujeres que han pasado por esa situación.   | Formación de un círculo para la presentación de las participantes con sus nombres y características, creación del grupo de apoyo mutuo, temas elegidos: equidad de género, valorar a los demás, autoestima, patrones culturales que se repiten en la familia, violencia psicológica, habilidades cognitivas, cuidados personales, nutrición, talleres ocupacionales. Establecimiento de normas. |
| 11/12/2014 | Introducción al tema la autoestima | Establecer clima de confianza para la expresión de sentimientos y generar un espacio de reflexión y conocimiento sobre el tema. | Introducción del tema a trabajar “autoestima”, realización de dinámica “pica, pica la ensalada”, división en dos grupos, elección del nombre del grupo, realización de actividad: árbol de autoestima, comentario sobre las temáticas.                                                                                                                                                          |
| 18/12/2014 | Mesa compartida                    | Compartir un espacio con actividades y comida para el mayor conocimiento con otras personas y generar un clima de confianza.    | Conclusión de la clase de yoga, conformación del grupo en círculo, mesa compartida, bienvenida a nuevas compañeras, mención de reglas del grupo, se decidió continuar el tema de autoestima para la siguiente sesión.                                                                                                                                                                           |
| 15/01/2015 | Continuación del tema "autoestima" | Concluir la temática abordada, por medio de un conversatorio para la reflexión de experiencias.                                 | Continuación del tema “autoestima”, realización de la dinámica de integración “por qué me sube la bilirrubina”, disposición de sillas en forma circular, presentación de nuevas integrantes, socialización de reglas y la razón del                                                                                                                                                             |

|            |                                                           |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|            |                                                           |                                                                                                                                                                                                                                   | grupo, realización de mini exposición, comentario y experiencia.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 22/01/2015 | Retroalimentación de tema                                 | Identificación de reacciones generadas a partir del tema autoestima, para la expresión de sentimientos, emociones y dificultades por las que han pasado.                                                                          | Bienvenida a personas nuevas que ingresaron al grupo, dinámica de integración “nombres y adjetivos”, retroalimentación del tema tratado la semana anterior, preparación de la mesa compartida para la siguiente semana.                                                                                                                                                                                                      |
| 29/01/2015 | Relato de historia y mesa compartida                      | Dar un sentido afectivo a la dinámica del grupo.                                                                                                                                                                                  | Preparación para la celebración de cumpleaños, repartición de comida, relato de la historia de la niña Nayami, por parte de la instructora de yoga, conversación sobre los roles maternos y paternos dentro del hogar, despedida.                                                                                                                                                                                            |
| 05/02/2015 | Taller de hábitos alimenticios                            | Comenzar el trabajo del tema de nutrición y cuidado personal, para el mejoramiento individual y la mayor colaboración grupal.                                                                                                     | Actividad de los trenes locos para generar confianza en el grupo, se nombró las reglas del grupo, cartulinas con nombres de las personas, abordaje del tema de nutrición y cuidado de la salud, elaboración de horarios de hábitos alimenticios, exposición por grupos de los temas, conversatorio sobre alimentación saludable.                                                                                             |
| 12/02/2015 | Taller de nutrición: Pirámide alimenticia                 | Explicar de manera acertada las formas de alimentación sana, para el conocimiento de alternativas y participación de las mujeres.                                                                                                 | Dinámica de las partes del cuerpo para integración y socialización del grupo, continuación del tema: pirámide alimenticia y porciones de alimentos adecuados para el consumo diario                                                                                                                                                                                                                                          |
| 19/02/2015 | Taller “salir del círculo”/ expresión de sentimientos     | Dar a conocer los efectos psicológicos y físicos de la no expresión de sentimientos, así como afianzar la confianza de las mujeres en sí mismas y en sus compañeras, expresando sus pensamientos y sentimientos sin ser juzgadas. | Dinámica en círculo para cohesión del grupo, explicación de los sentimientos como una forma de expresión y las consecuencias psicológicas y físicas de no hacerlo, actividad de encontrar la mitad del corazón hablando de lo que el grupo significa para ellas y cómo se sentían desde que acudían a él, descripción de sentimientos y emociones positivas y negativas, encuentro de dos hermanas distanciadas hace tiempo. |
| 26/02/2015 | Grupo terapéutico                                         | Realizar un trabajo psicológico que permita el apoyo mutuo y mejora personal.                                                                                                                                                     | Presentación de la psicóloga, explicación de nueva dinámica de trabajo, acuerdo sobre compromisos para las sesiones.                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 05/03/2015 | Lectura de compromisos, explicación del cese de funciones | Creación de compromisos dados por las participantes y explicar la situación del municipio frente al cese de funciones y la falta de psicóloga por dicha situación                                                                 | Ubicación en círculo con silletas, explicación de la sesión pasada y los acontecimientos en el Municipio respecto al cese de funciones de trabajadores, especialmente de la promotora de derechos quien estaba encargada del grupo de yoga y de la psicóloga, lectura de compromisos acordados la sesión pasada, presentación de integrantes,                                                                                |



|            |                                                                  |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|            |                                                                  |                                                                                                                                                                        | reflexión a base de las historias personales de dos usuarias respecto a la discriminación en trabajos o actividades por la edad de las mujeres.                                                                                                                                                                                                                       |
| 12/03/2015 | Socialización de experiencias sentidas en el trabajo de yoga     | Evidenciar el proceso de generación de empatía entre las participantes.                                                                                                | Ubicación en círculo con sillas, lectura de compromisos acordados para las sesiones, inicio de la sesión con las experiencias sentidas en el trabajo del yoga.                                                                                                                                                                                                        |
| 19/03/2015 | Relación de la reconstrucción del yoga con el proceso de terapia | Identificación de los elementos que emergen en el yoga y la terapia grupal.                                                                                            | Inicio de la sesión, lectura de los compromisos, acuerdo de modificación de compromisos, sugerencia por parte de una de las usuarias, relato de historias personales, relación de la reconstrucción del yoga con el proceso de terapia y el yoga, puntualización de aspectos, conclusión.                                                                             |
| 26/03/2015 | Conocimiento grupal                                              | Relatar historias personales para acercarse a las vivencias individuales y profundizar en el conocimiento del grupo                                                    | Relato de historias de vida, intervenciones de las personas, pregunta a las participantes ¿en realidad valió la pena todo el sufrimiento para no quedarse solas?, participación de las mujeres, abrazo grupal                                                                                                                                                         |
| 02/04/2015 | “¿La gente cambia?”                                              | Reflexionar sobre la posibilidad del cambio de una persona y las condiciones que se deben dar para ello.                                                               | Inicio de la sesión, recapitulación de la sesión pasada, relato de la historia de doña Inés, intervención de las participantes, lectura de una carta enviada a una de las mujeres por parte de su ex pareja para convencerle de que regrese y prometiéndole varias cosas, intercambio de opiniones, pregunta de reflexión, puntos de vista sobre la pregunta, cierre. |
| 09/04/2015 | Soledad y fortaleza                                              | Identificar situaciones dolorosas y de pareja que implicaron sentimientos de soledad para las participantes, para determinar los aprendizajes y fortalezas personales. | Inicio de la sesión con la pregunta planteada la sesión pasada, respuesta de la misma, temas de conversación: violencia intrafamiliar y legados culturales, cambios en las formas de actuar, machismo, se les deja la pregunta ¿violencia física es la única forma de maltrato?                                                                                       |
| 16/04/2015 | Tipos de violencia/ introducción al tema del machismo            | Socializar acerca de los temas de violencia y machismo para conocer las ideas que las participantes tienen sobre el tema y cuál es su perspectiva sobre ello.          | Bienvenida a nuevas usuarias, explicación del objetivo y normas del grupo de apoyo, retroalimentación de sesión pasada, explicación de actividades a realizar, expresión de anécdotas, opiniones, realización de preguntas de las participantes, complementación de información de guías, retroalimentación intermedia, pregunta de cierre, frase dada por usuaria.   |
| 23/04/2015 | “Vergüenza social”                                               | Trabajar el tema de la vergüenza social para abordar temas que                                                                                                         | Inicio de la sesión con la pregunta de cierre de la sesión pasada: ¿Qué he aprendido yo esta semana?, comparten                                                                                                                                                                                                                                                       |

|            |                                                                                          |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|            |                                                                                          | han sido considerados como confidenciales o poco apropiados de tratar por las participantes.                                                              | algunas mujeres su respuesta, se habla del tema de la vergüenza y la culpa y lo que lleva a hacer o no hacer, a callar y soportar, las mujeres hablan de sus experiencias y dan sus puntos de vista, una de las participantes que nunca había contado una experiencia suya, habla por primera vez sobre un tema muy delicado de su familia por problemas legales de vivienda y violencia por parte de su hermana, cuñado y sobrina, le brindan consejo, apoyo e incluso se ofrecen a ayudarle con los procesos legales.                                                       |
| 30/04/2015 | Machismo                                                                                 | Socializar el tema por medio de lluvia de ideas.                                                                                                          | Retroalimentación de sesión pasada, lluvia de ideas y explicación del tema el machismo, punto de vista de las personas sobre el tema, actividad: escuchar la canción “Dama de Hierro” de Maricela, cierre.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 07/05/2015 | Celebración del día de la madre                                                          | Celebración del día de la madre como forma de homenajear a las mujeres y que adquieran un significado distinto sobre esta festividad.                     | Invitación a participar en el festejo del día de la madre, firma de hojas de asistencia, reunión en círculo para la dinámica de recreación, división de grupos, dinámica de “pedir un autógrafo”, presentación de video sobre las labores maternas, entrega de regalo simbólico, comida en conjunto.                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 14/05/2015 | Ideal del amor: actividad con cartas                                                     | Identificar frases de amor, manipulación y violencia, por medio de una actividad lúdica                                                                   | Ubicación en círculo de sillas y participante, mención de la sesión anterior, explicación de las actividades a realizar con cartas extraídas del libro “no te mueras por mí”, conformación de grupos de tres personas, entrega de material que constaba de la copia de una carta, varios lápices y marcadores de colores, socialización del material, opiniones de las mujeres, preguntas de las guías, cierre abrupto de la sesión que inició cuando una de las participantes se despidió antes porque debía marcharse de urgencia y las demás hicieron lo mismo, despedida. |
| 21/05/2015 | Socialización de sentimientos y experiencias sobre el ideal del amor/asesoramiento legal | Expresar de sentimientos y emociones en torno a la actividad anterior, hacer notar la conformación de grupo a las participantes y brindar asesoría legal. | Se retroalimentó la sesión pasada sobre las cartas, se les hace caer en cuenta que están actuando como un grupo y de cómo se cerró abruptamente la sesión pasada, se les dijo que es un espacio conformado para que se expresen y hablen sobre sus sentimientos y si algo no les hace sentir cómodas lo digan, hubieron algunas opiniones al respecto, se hizo el cierre y se dio paso a la Coordinadora encargada que además es abogada y que respondió algunas de sus preguntas legales.                                                                                    |
| 28/05/2015 | Redes de apoyo                                                                           | Reflexionar acerca de la empatía generada, la determinación personal de situaciones y construcción de su                                                  | Ubicación en círculo con silletas, inicio de la sesión, actividad del espejo en la que formaban parejas y por turnos hacían de espejos reflejando lo que hacía la otra persona y hablando sobre cualidades de esta y respondiendo preguntas,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

|            |                                                                  |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|            |                                                                  | valía y autonomía, opiniones ante situaciones, ideas de colaboración.                                                                                                  | socialización de las experiencias, relato de historias, buscaban saber si su petición de ayuda por parte del municipio en su proyecto económico fue respondido, relato de dos historias de las participantes: sobre fallecimiento y sobre un litigio legal, apoyo y sugerencia de las demás mujeres, cierre.                                                                                                                                                                                                                                    |
| 04/06/2015 | Reconocimiento de habilidades grupales/inicio de cierre de grupo | Reconocer habilidades de forma individual y grupal y potencialización de las mismas.                                                                                   | Inicio de sesión, indicaciones iniciales en las que se les explicó el proceso que se estaba llevando en el Municipio respecto a la petición de las mujeres, se les habló de la institución “Reina de Quito” donde podían ir a solicitar ayuda, se les explicó que quedaban dos sesiones más para cerrar el grupo, se socializó sobre las habilidades de cada una de ellas tanto para el negocio que deseaban montar como para las actividades que cada una cumpliría en el mismo, se dieron intervenciones de las mujeres respecto a este tema. |
| 11/06/2015 | Proyecto de vida                                                 | Explicar lo que es un proyecto de vida y su utilidad, realizando una actividad lúdica que les permita trabajar de una manera más sencilla en la realización del mismo. | Ubicación en colchonetas en círculo, explicación de actividades a realizar, ejercicio de relajación y visualización de las mujeres dentro de diez años, dibujo y exposición a compañeras lo imaginado, explicación de cómo crear un proyecto de vida, tarea para la próxima semana: investigar lugares de apoyo y realización del plan de vida, cierre.                                                                                                                                                                                         |
| 18/06/2015 | Proyecto de vida: explicación de las mujeres                     | Realizar una actividad en la que las mujeres den a conocer sus planes de vida.                                                                                         | Ubicación de sillas en círculo, explicación de ubicación en proyecto de sesión anterior, exposición de proyectos, opinión, explicación detallada de la generación de proyecto de vida, discusión sobre las variables y detalles en la conformación de un proyecto, creación del proyecto de doña Matilde, instituciones y cierre.                                                                                                                                                                                                               |
| 25/06/2015 | Cierre y despedida                                               | Realizar una retroalimentación de la situación inicial y final de las mujeres y concluir con el proyecto.                                                              | Inicio de la última sesión, realización de cuestionario, actividad intermedia: pasado, presente, futuro en la que van reflexionando cómo iniciaron el proceso, cómo se encuentra ahora y qué quieren lograr a futuro, socialización de actividad, agradecimiento por parte de quien guiaba y cierre de la intervención.                                                                                                                                                                                                                         |

Nota: Cuadro de sesiones, a por Silva, E. 2015

## 5. Metodología de la sistematización

Los instrumentos a ser utilizados serán los diarios de campo de cada sesión, que contienen una breve explicación de las actividades realizadas. Al inicio del proceso se recopilaban y registraban frases y situaciones importantes de cada encuentro a

manera de resúmenes. A partir de la sesión dieciséis se grabaron y transcribieron los contenidos de cada reunión, previa autorización de las participantes.

En estos diarios se registraron tanto los discursos de las mujeres como de quien coordinó el grupo terapéutico. Posteriormente interrelacionaron las categorías, la determinación de fortalezas, debilidades y oportunidades encontradas con situaciones y sesiones pasadas. Finalmente se elaboró la conclusión personal de la experiencia.

El proyecto se trabajó desde la perspectiva de resiliencia de Edith Grotberg en la que “el comportamiento resiliente supone la interacción dinámica de factores seleccionados “yo tengo”, yo soy” “yo estoy”, “yo puedo” para enfrentar al adversidad que ha sobrevenido” (Melillo, Estermatti, & Cuestas, 2002, págs. 27-28).

Además del abordaje de género desde la autora Marcela Lagarde porque:

La perspectiva de género expresa las aspiraciones de las mujeres y sus acciones para salir de la enajenación para actuar cada una como un ser-para-sí y, al hacerlo, enfrentar la opresión, mejorar sus condiciones de vida, ocuparse de sí misma y convertirse por esa vía en protagonista de su vida (Lagarde, 1996, pág. 18).

Así también se empleó el análisis cualitativo por categorías, ya que es una herramienta utilizada en investigaciones de los campos sociales y usa gran cantidad de información de las transcripciones textuales y observaciones registradas. Lo obtenido al ser desglosado y organizado va separando lo más relevante con respecto a las categorías seleccionadas. Pero esto no queda desintegrado porque requiere de un esfuerzo para reconstruir e integrar los discursos de las diferentes personas en torno al eje planteado.

Se tomó en cuenta categorías predefinidas, al tener antecedentes teóricos que han definido las áreas en las que se va a explorar, procediéndose a clasificar citas acorde

a las mismas para construir tópicos (Echeverría, 2005). Por lo que se tomó fragmentos de lo transcrito, y se conformó citas tanto de lo expresado por las mujeres como de las recapitulaciones de los primeros diarios. De esta forma se dio un sentido en común y coherente, mostrando mayor abstracción del material (Echeverría, 2005).

## **6. Preguntas clave**

### **6.1. Preguntas de inicio**

- ¿Cuál fue la principal temática de demanda en el CEJ?
- ¿Cuál fue el mayor grupo vulnerable que acude a los servicios psicológicos?
- ¿Se brindó servicio psicológico a mujeres víctimas de violencia intrafamiliar?
- ¿Se tuvo algún proyecto grupal que trabaje con estas mujeres?
- ¿Cómo se involucraron las beneficiarias al proyecto?
- ¿Tuvo acogida la propuesta?

### **6.2. Preguntas interpretativas**

- ¿Cómo se generó el proceso de confianza hacia las otras personas?
- ¿Cómo repercutió el trabajo con temas de género en la generación de recursos y nuevos roles?
- ¿Cómo cambió la manera de abordar los problemas?
- ¿A partir de la intervención grupal mostraron un concepto más positivo sobre sí mismas, su valía y sus capacidades?
- ¿Cómo fue la interacción de las participantes entre sí?
- ¿Las mujeres tienen iniciativa para solucionar problemas y situaciones?
- ¿Buscan el bienestar de otras personas?

### **6.3. Preguntas de cierre**

- ¿El proyecto es aplicable dentro de la institución para la conformación de nuevos grupos?

- ¿Cómo reaccionaron las beneficiarias?
- ¿Cuál ha sido el impacto del proyecto en las beneficiarias a nivel individual y colectivo?

## **7. Organización y procesamiento de la información**

### **7.1. Categorías de la sistematización y tópicos**

- **Apoyo externo o “yo tengo”:**

Implica a una o más personas fuera del entorno familiar que sea de plena confianza, que le alienten a ser independiente, le den confianza, sean buenos modelos a seguir, y le proporcionen seguridad (Melillo, Estermatti, & Cuestas, 2002). Es decir, conlleva el desarrollo de intereses y vínculos externos, y se generen lazos íntimos con personas fuera de la familia, como un apoyo ante problemáticas.

- **Fuerza interior o “yo soy/yo estoy”:**

Se entiende que una persona con fuerza interna se caracteriza por ser agradable a la mayoría de gente, ser tranquila y con buena predisposición, que logra lo que se propone, se respeta y respeta a los demás, tiene empatía y se preocupa por otras personas, es responsable por sus acciones y además es segura de sí misma, confiada y con esperanzas. Es un factor que se va desarrollando con el tiempo y con las adversidades (Melillo, Estermatti, & Cuestas, 2002).

- **Factores interpersonales o “yo puedo”:**

Esto se da por situaciones o momentos claves en la vida de una persona que son capaces de crear oportunidades para un desarrollo adaptativo y continuo, se entiende como factor interpersonal:

La capacidad para solucionar problemas, por medio de reflexión de situaciones acontecidas, mostrando una capacidad de preguntarse a sí

mismas sobre ello y darse una respuesta honesta y que desemboca en la comprensión de las crisis como oportunidades y analizar sucesos violentos pasados, viéndolos desde otra perspectiva, deconstruyendo su significado. (Gómez, 2010, pág. 20)

- **Nuevos significantes de roles de género**

En primer lugar hay que definir que los roles de género son construcciones culturales apuntadas a estructurar derechos y obligaciones para determinar prácticas institucionales con su propia dinámica y posiciones privilegiadas de un grupo humano frente a otro (Ruiz-Bavo López & Barrig, 1998). Lo cual en el proyecto se evidenció como la subordinación femenina frente al poder masculino. Por lo que esta categoría plasma la redefinición de los roles establecidos en los que las mujeres van dejando atrás las enseñanzas y parámetros con las que fueron criadas para constituirse en personas que conocen su valía y la importancia del respeto en una relación, así como su gran papel en la familia y la sociedad y cuestionan los roles tradicionales.

Las mujeres independientemente de su sociedad y cultura están definidas por estereotipos sobre su ser y su vida, cumpliendo cada una con un rol. Así se le puede establecer una función sexual procreadora y dependiente a otras personas dentro de un papel de esposa madre. O concedérseles el erotismo y la sexualidad prohibida y considerada como mala, que se deposita en las putas. Se hallan aquellas a las que se les censura la sexualidad y vida conyugal, y representan la entrega y abandono, son las monjas. Están también las presas retenidas de manera material y subjetiva por las instituciones de poder. Y finalmente las locas por poder ser o no plenamente mujeres al relacionarse con su sexualidad y con los otros (Lagarde, 2005).

Sin embargo conforme se va tomando conciencia de la capacidad para generar cambios y tomar nuevos rumbos en la vida y género, se modifica la visión sobre la misma, los comportamientos y forma de pensar. Así lo expresó Lagarde:

Es posible que una persona a lo largo de su vida modifique su cosmovisión de género simplemente al vivir, porque cambia la persona, porque cambia la sociedad y con ella pueden transformarse valores, normas y maneras de juzgar los hechos (Lagarde, 1996, pág. 14)

Hay que mencionar que los indicadores de las categorías referentes a resiliencia son tomados de los factores organizados por Grotberg (2006). Así se han tomado en cuenta dos tópicos para el primer factor, cuatro para el segundo y tres para el tercero por ser aquellos que mayormente se han encontrado dentro de la elaboración y sistematización de la intervención. La categoría de roles enfocada en la deconstrucción de la idea de feminidad se tomó de la autora Marcela Lagarde (1996), considerándose dos indicadores. En primer lugar se estableció el reflexionar sobre los roles para lo cual se basó en “las aspiraciones de las mujeres y sus acciones para salir de la enajenación para actuar cada una como un ser para sí, y al hacerlo enfrentar la opresión, mejorar las condiciones de vida, ocuparse de sí mismas ” (Lagarde, 1996, pág. 17).

Así también el generar cambios y fortaleza propia y de los demás, para lo cual se tomó en cuenta el actuar de género que “permite apoyar a las mujeres, pero son ellas mismas quienes hacen los cambios, se arriesgan y actúan para enfrentar condiciones insostenibles o injustas, para sobrevivir, para mejorar y para construir alternativas” (Lagarde, 1996, pág. 26).



Lo expresado se encuentra en las siguientes tablas como una sistematización de la información de las sesiones, detallándose mejor en el Anexo 1.

**Tabla 2. Categorías de análisis e indicadores**

| <b>Apoyo externo/yo<br/>estoy</b>                                                                                                 | <b>Fuerza interior/ yo<br/>soy-estoy</b>                                                                                                                                                                | <b>Factores<br/>interpersonales/ yo<br/>puedo</b>                                                                       | <b>Nuevos significantes<br/>de roles de género</b>                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente.<br>2. Personas que le alientan a ser independiente | 1. Muestra respeto a sí mismo y a los demás<br>2. Toma responsabilidad de las propias acciones<br>3. Manifiesta seguridad de sí misma, optimista, confiada<br>4. Lograr aquello que se propone a futuro | 1. Iniciativa para resolver situaciones<br>2. Expresar sentimientos y pensamientos<br>3. Pedir ayuda cuando la necesita | 1. Habla y reflexiona sobre los roles<br>2. Genera cambios y fortaleza para sí misma y los demás |

Nota: Categorías de análisis e indicadores, por Silva E.

**Tabla 3 Cuadro de categorías, tópicos y citas (Anexo 1)**

| N° de sesión | CATEGORÍA                             | INDICADOR                                                                  | CITA <sup>1</sup>                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1            | APOYO EXTERNO/<br>YO TENGO            | Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente | “Varias personas apoyaban el mismo tema y se mostraban gustosas de formar un grupo” ( Diarios de campo, 04/12/2014)                                                                                                                                            |
|              | FACTORES INTERPERSONALES/<br>YO PUEDO | Iniciativa para resolver situaciones                                       | “La mayoría aportó con ideas para el trabajo a futuro.” ( Diarios de campo, 04/12/2014)                                                                                                                                                                        |
| 2            | FACTORES INTERPERSONALES/<br>YO PUEDO | Expresar sentimientos y pensamientos                                       | “Las mujeres encontraron un espacio que les permitió descargar sus emociones.” (Diarios de campo, 11/12/2014)                                                                                                                                                  |
| 3            | APOYO EXTERNO/<br>YO TENGO            | Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente | “Se observa gran interés por parte de una de las mujeres del grupo, quien por medio de los alimentos que compartió con todas, busca la integración del grupo y establecer clima de confianza a las personas nuevas.” (Diarios de campo, 18/12/2014)            |
| 4            | APOYO EXTERNO/<br>YO TENGO            | Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente | “A ella le hacía sentirse más fuerte el apoyo recibido, sus comentarios fueron afirmados por una mujer que se encontraba a su lado y con quién generó empatía.” (Diarios de campo, 08/01/2015)                                                                 |
|              | FUERZA INTERIOR/<br>YO SOY- ESTOY     | Toma responsabilidad de las propias acciones                               | “Una de las participantes mostró descontento, ella manifestaba que todas seguían re victimizándose y que eso no ayudaba en nada, que ya tenían que salir de ahí y dejar de hacerse las víctimas porque eso es peor para ellas.” (Diarios de campo, 08/01/2015) |
| 5            | APOYO EXTERNO/<br>YO TENGO            | Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente | “Se está creando un clima de confianza para tratar temas escogidos con anterioridad en el grupo, ciertas personas que ya acudían al grupo y que les costaba compartir experiencias u opiniones el día de hoy lo hicieron.” (Diarios de campo, 15/01/2015)      |
|              | FACTORES INTERPERSONALES/<br>YO PUEDO | Expresar sentimientos y pensamientos                                       | “Algunas personas expresan que en la autoestima baja se encuentran sentimientos de inseguridad y el sentirse afectadas por críticas de otras personas, sobre todo amigos, familiares, parejas.” (Diarios de campo, 15/01/2015)                                 |
| 6            | APOYO EXTERNO/<br>YO TENGO            | Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente | “Para las mujeres el pertenecer a un espacio donde su presencia es reconocida y valorada, a través de actividades como el festejo de cumpleaños puede adquirir un significado de importancia de su lugar y de su ser en” (Diarios de campo, 22/01/2015)        |
|              | NUEVOS                                | Habla y reflexiona sobre los                                               | “Las mujeres compartieron sus experiencias y conocimientos acerca del significado de                                                                                                                                                                           |

<sup>1</sup> Aquellas citas textuales que indican únicamente la referencia al diario de campo, fueron extraídas del diario de campo, es decir a partir de lo que fue observado por la autora. Los fragmentos que corresponden a las afirmaciones realizadas por las participantes del grupo se presentan utilizando el nombre ficticio de la participante.

|    |                                           |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | <b>SIGNIFICANTES DE ROLES DE GÉNERO</b>   | <b>roles</b>                                                                      | sí misma y discutieron del rol que cumplen las figuras masculina y femenina dentro del hogar.” (Diarios de campo, 22/01/2015)                                                                                                                                                                                  |
| 7  | <b>APOYO EXTERNO/ YO TENGO</b>            | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b> | “Hay una mejor integración entre el grupo, mayor colaboración para trabajar e interés por parte de las participantes.” (Diarios de campo, 29/01/2015)                                                                                                                                                          |
|    | <b>FACTORES INTERPERSONALES/ YO PUEDO</b> | <b>Iniciativa para resolver situaciones</b>                                       | “Las integrantes comparten sus experiencias en el grupo, opinan acerca del tema y brindan algunos tips a sus compañeras.” (Diarios de campo, 29/01/2015)                                                                                                                                                       |
| 8  | <b>FACTORES INTERPERSONALES/ YO PUEDO</b> | <b>Iniciativa para resolver situaciones</b>                                       | “En cada intervención las mujeres aportaban con sus comentarios y también tomaban nota.” (Diarios de campo, 05/02/2015)                                                                                                                                                                                        |
|    |                                           | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b>                                       | “Se permitió que las mujeres participen con sus propias experiencias y conocimientos.” (Diarios de campo, 05/02/2015)                                                                                                                                                                                          |
| 9  | <b>APOYO EXTERNO/ YO TENGO</b>            | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b> | “Al compartir el trabajo las personas expresaron que el acompañamiento grupal les permitió encontrar un espacio para ellas, se sienten alegres de asistir y tratar temas que les interesa y sobre todo descargar.” (Diarios de campo, 19/02/2015)                                                              |
|    | <b>FACTORES INTERPERSONALES/ YO PUEDO</b> | <b>Iniciativa para resolver situaciones</b>                                       | “El reencuentro de las hermanas distanciadas fue un momento que causó gran impacto, muchas se conmovieron y les aconsejaron que como hermanas no deben separarse.” (Diarios de campo, 19/02/2015)                                                                                                              |
|    |                                           | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b>                                       | “Se sienten más cómodas al hablar frente a las demás y compartir sus experiencias, inquietudes u opiniones. Además, hay una mejor integración entre ellas, se puede visualizar el interés acerca de los temas trabajados.” (Diarios de campo, 19/02/2015)                                                      |
| 10 | <b>APOYO EXTERNO/ YO TENGO</b>            | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b> | “Se percibe un alto compromiso en las mujeres en su disposición para integrar el grupo, se dio una motivación para la participación y adherencia al grupo con el intercambio de números telefónicos porque se genera el imaginario de que pueden contar con alguien.” (Diarios de campo, 26/02/2015)           |
|    | <b>FACTORES INTERPERSONALES/ YO PUEDO</b> | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b>                                       | “Una participante expresa que es un tema delicado puesto que quienes asistan al grupo deben compartir la problemática de todas y saber que es un espacio de compartir y comentar sus problemas.” (Diarios de campo, 26/02/2015)                                                                                |
| 11 | <b>APOYO EXTERNO/ YO TENGO</b>            | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b> | “Hay buena predisposición por parte de las mujeres para formar el grupo con un interés por la capacidad de contener y ayudarse entre sí, disposición para contar anécdotas personales.” (Diarios de campo, 05/03/2015)                                                                                         |
|    | <b>FACTORES INTERPERSONALES/ YO PUEDO</b> | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b>                                       | “Las participantes estuvieron de acuerdo por medio de expresión verbal y afirmaciones con la cabeza, que lo importante es la propia valoración y el sentimiento de capacidad ante estas situaciones, lo mismo que además se puede aplicar en su vida de pareja, familiar, etc.” (Diarios de campo, 05/03/2015) |
| 12 | <b>APOYO EXTERNO/ YO TENGO</b>            | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede</b>                    | “Hay buena predisposición por parte de las mujeres para trabajar, se observa que empiezan a perder el miedo de intervenir contando sus experiencias personales.”                                                                                                                                               |

|    |                                               |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                               | <b>confiar plenamente</b>                                                         | (Diarios de campo, 12/03/2015)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|    |                                               | <b>Personas que le alientan a ser independiente</b>                               | “La mayoría le dice a una de las mujeres que no debe ceder ante las peticiones de su pareja, que ella no debería dejarse chantajear.” (Diarios de campo, 12/03/2015)                                                                                                                                                                                                          |
|    | <b>FUERZA INTERIOR/<br/>YO SOY- ESTOY</b>     | <b>Manifiesta seguridad de sí misma, optimista, confiada</b>                      | “Una de las mujeres comenzó su intervención expresando el cambio que ha presentado a nivel personal y en su relación con los demás, otra de ellas manifiesta que ha sentido un cambio que le ha permitido valorarse mejor a sí misma.” (Diarios de campo, 12/03/2015)                                                                                                         |
|    | <b>FACTORES INTERPERSONALES/<br/>YO PUEDO</b> | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b>                                       | “Otra mujer comenta que ella presiente una manipulación indirecta de sus hijos para que regrese con su padre.” (Diarios de campo, 12/03/2015)                                                                                                                                                                                                                                 |
| 13 | <b>APOYO EXTERNO/<br/>YO TENGO</b>            | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b> | “Varias personas apoyaban el mismo tema hablando sobre sus historias y de identificarse como mujeres con una misma problemática y situaciones en las que han puesto siempre en primer lugar el bienestar de otras personas, antes de su valía e intereses.” (Diarios de campo, 19/03/2015)                                                                                    |
|    | <b>FUERZA INTERIOR/<br/>YO SOY- ESTOY</b>     | <b>Manifiesta seguridad de sí misma, optimista, confiada</b>                      | “Cada vez más las mujeres se dan cuenta que tienen el poder de cambiar las cosas y mejorar sus situaciones, dándose cuenta que el cambio, el cuidado y el quererse empieza desde la propia persona.” (Diarios de campo, 19/03/2015)                                                                                                                                           |
|    | <b>FACTORES INTERPERSONALES/<br/>YO PUEDO</b> | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b>                                       | “Una de las mujeres dice que, si ha sentido que algo ha cambiado, se siente más aliviada, floja, otra mujer expresa que llega al punto de irse y confiar en su propio valor, antes tenía miedo de discutir con su esposo.” (Diarios de campo, 19/03/2015)                                                                                                                     |
| 14 | <b>FUERZA INTERIOR/<br/>YO SOY- ESTOY</b>     | <b>Toma responsabilidad de las propias acciones</b>                               | “Ante un par de relatos una de las mujeres interviene y opina que el error de las dos fue no dar responsabilidades a sus esposos y acostumbrarles a que sean ellas quienes sustenten el hogar.” (Diarios de campo, 26/03/2015)                                                                                                                                                |
|    | <b>FACTORES INTERPERSONALES/<br/>YO PUEDO</b> | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b>                                       | (Extraído de diario de campo con relación a lo observado por la guía) “Ella siempre se culpó y que lo importante no es buscar un culpable sino pensar que en todo caso siempre han intentado hacer lo mejor.” (Diarios de campo, 26/03/2015)                                                                                                                                  |
| 15 | <b>APOYO EXTERNO/<br/>YO TENGO</b>            | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b> | (Extraído de diario de campo con relación a lo observado por la guía) “En las sesiones se ha visto que hay identificación entre mujeres, empatía, determinación personal de situaciones y construcción de su valía y autonomía, así como un mayor nivel de cohesión y confianza que fue reflejada en la lectura de una carta de las usuarias.” (Diarios de campo, 02/04/2015) |
|    | <b>FACTORES INTERPERSONALES/<br/>YO PUEDO</b> | <b>Iniciativa para resolver situaciones</b>                                       | (Extraído de diario de campo con relación a lo observado por la guía) “Una de las mujeres opina frente el caso de otra y le dice que no le conteste la carta y se haga respetar.” (Diarios de campo, 02/04/2015)                                                                                                                                                              |
|    |                                               | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b>                                       | (Extraído de diario de campo con relación a lo observado por la guía) “La mujer dice que no cree en las palabras, promesas y supuesta sinceridad de su ex pareja porque es una carta que la lastima y además su actitud en la audiencia del día martes fue muy hiriente, por lo que no cree que esté arrepentido ni que la ama como afirma la carta.”                         |

|    |                                                |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                |                                                                                   | (Diarios de campo, 02/04/2015)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 16 | <b>FUERZA INTERIOR/<br/>YO SOY- ESTOY</b>      | <b>Muestra respeto a sí mismo y a los demás</b>                                   | Martha expresa “Poco a poco se ha dado un cambio, gracias a la ayuda que he recibido. Nos ayudan a valorarnos y respetarnos a nosotras mismas porque a base de eso, en cierto modo, con sutileza logramos que los demás nos respeten.” (Diarios de campo, 09/04/2015)                                                                                                                                                                                                                                                 |
|    |                                                | <b>Toma responsabilidad de las propias acciones</b>                               | Ana menciona “A mí me gustó esa palabra que dijo que yo me hago responsable de mi vida, hacerme responsable, ya no dejarme tratar mal, ni dejarme llevar por las ideas tontas que nos dejaron los abuelos y los padres.” (Diarios de campo, 09/04/2015)                                                                                                                                                                                                                                                               |
|    | <b>NUEVOS SIGNIFICANTES DE ROLES DE GÉNERO</b> | <b>Genera cambios y fortaleza para sí misma y los demás</b>                       | Susana dice “Las agallas son las que a una le ponen fuerte y solamente con esa fuerza de transformación interna de uno es que se sale adelante.” (Diarios de campo, 09/04/2015)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 17 | <b>APOYO EXTERNO/<br/>YO TENGO</b>             | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b> | (Extraído de diario de campo con relación a lo observado por la guía) “El clima es empático y las mujeres han llegado a conocerse más allá de las compañeras de yoga, al compartir experiencias de temática similar hay una gran resonancia entre las mujeres y esto ha producido que se genere la iniciativa de la creación de medios de sustentación económica mediante la creación de productos en conjunto, con la propuesta de aprender y compartir conocimientos y habilidades.” (Diarios de campo, 16/04/2015) |
|    |                                                | <b>Personas que le alientan a ser independiente</b>                               | Martha expresa “Al enterarnos lo que la otra persona está pasando de todo lo que ha sucedido y pues de todo lo que nos ha sucedido a nosotros y nos da más decisión para poder hacer las cosas más... mejor dicho tomar la decisión de estar más fuertes, que una quiere tomar y que una no puede por temor o por miedo.” (Diarios de campo, 16/04/2015)                                                                                                                                                              |
|    | <b>FUERZA INTERIOR/<br/>YO SOY- ESTOY</b>      | <b>Manifiesta seguridad de sí misma, optimista, confiada</b>                      | Martha dice “Yo como que me he basado tomando en cuenta y me he fortalecido yo en mi caso, mi paz y tranquilidad es lo que me ayuda a sobresalir, sobrepasar todos los problemas que se tiene.” (Diarios de campo, 16/04/2015)                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|    | <b>FACTORES INTERPERSONALES/<br/>YO PUEDO</b>  | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b>                                       | Susana se expresó frente a la pregunta de quién coordinaba si el miedo era tan grande como para permanecer con la pareja que les agrede, ella dijo “como miedo no es, es un poco la falta de protección...como si nos sintiéramos desprotegidas” (Diarios de campo, 16/04/2015)                                                                                                                                                                                                                                       |
|    | <b>NUEVOS SIGNIFICANTES DE ROLES DE GÉNERO</b> | <b>Genera cambios y fortaleza para sí misma y los demás</b>                       | Lo menciona Martha “Hay veces que me he visto bien decaída, desanimada pues me he puesto a analizar y digo que muda de gana estoy así, no, no, no tengo que salir, entonces trato de arreglarme de sobre salir en cualquier cosita.” (Diarios de campo, 16/04/2015)                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 18 | <b>APOYO EXTERNO/<br/>YO TENGO</b>             | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b> | Martha dice “La vamos a entender y la estamos entendiendo de igual forma nosotros también hemos sufrido y seguimos sufriendo y por qué no respaldar nuestro género.” (Diarios de campo, 23/04/2015)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|    | <b>FUERZA INTERIOR/<br/>YO SOY- ESTOY</b>      | <b>Manifiesta seguridad de sí misma, optimista, confiada</b>                      | María señala “Nosotros estamos ahí tratando de aprender a sobrellevar el maltrato.” (Diarios de campo, 23/04/2015)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

|    |                                                |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | <b>FACTORES INTERPERSONALES/ YO PUEDO</b>      | <b>Iniciativa para resolver situaciones</b>                                       | María le dice a Fanny “si quiere que le acompañemos avísenos, y todas le responden: nos avisa, para eso estamos, nos vamos juntas.” (Diarios de campo, 23/04/2015)                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|    |                                                | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b>                                       | Fanny expresa “Me ha hecho valiente el yoga y a poder expresar a ustedes compañeras yo he pensado no callarme, toda una vida no saber a quién contar, a quien desahogarme, no sé si estoy haciendo bien o estoy haciendo mal.” (Diarios de campo, 23/04/2015)                                                                                                                                                                                                              |
|    |                                                | <b>Pedir ayuda cuando la necesita</b>                                             | Fanny indica “Gracias por el apoyo eso era lo que quería escuchar de ustedes y ahora digo que hago y me daba una pena de hacer eso del municipio y yo cómo hago si él viene a la casa, y digo voy a consultar con ustedes.” (Diarios de campo, 23/04/2015)                                                                                                                                                                                                                 |
|    | <b>NUEVOS SIGNIFICANTES DE ROLES DE GÉNERO</b> | <b>Habla y reflexiona sobre los roles</b>                                         | Las mujeres hablaban sobre las diferencias al momento de enfermarse o de actuar en una ruptura amorosa de hombres y mujeres, entre otras diferencias, la señora Elsa expresa “pero también depende de la educación que cada uno de a sus hijos, yo también tengo hijas mujeres y tengo un hijo pequeño y le enseño a que sea una persona sensible, que colabore en todo que no saben cocinar y al chiquito le estoy enseñando a que cocine” (Diarios de campo, 23/04/2015) |
| 19 | <b>FUERZA INTERIOR/ YO SOY- ESTOY</b>          | <b>Manifiesta seguridad de sí misma, optimista, confiada</b>                      | Ana dice “Estas reuniones como se ha quedado, de esa puerta todo lo que se ha dicho no sale, pero estos chismecitos nos han hecho más fuertes, y ahora me tiembla las piernas, pero ya no mucho.” (Diarios de campo, 30/04/2015)                                                                                                                                                                                                                                           |
|    | <b>NUEVOS SIGNIFICANTES DE ROLES DE GÉNERO</b> | <b>Habla y reflexiona sobre los roles</b>                                         | Ana señala “Tanto las mujeres como los hombres salimos a trabajar, pero está tan mal esta situación de que todavía no tomamos conciencia de que tanto vale la mujer como el hombre.” (Diarios de campo, 30/04/2015)                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 20 | <b>APOYO EXTERNO/ YO TENGO</b>                 | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b> | (Extraído de diario de campo con relación a lo observado por la guía) “El tiempo que llevan compartiendo les ha permitido generar un sentimiento de aprecio y de respeto por otras mujeres que comparten muchas de sus situaciones.” (Diarios de campo, 07/05/2015)                                                                                                                                                                                                        |
|    | <b>NUEVOS SIGNIFICANTES DE ROLES DE GÉNERO</b> | <b>Habla y reflexiona sobre los roles</b>                                         | Ana comenta “Las agresiones acaban con el amor.” (Diarios de campo, 07/05/2015)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 22 | <b>FACTORES INTERPERSONALES/ YO PUEDO</b>      | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b>                                       | Ana expresa “Yo creo que todas tenemos el derecho de expresar lo que sentimos o reservarnos también lo que sentimos.” (Diarios de campo, 21/05/2015)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|    | <b>NUEVOS SIGNIFICANTES DE ROLES DE GÉNERO</b> | <b>Genera cambios y fortaleza para sí misma y los demás</b>                       | Dice Ana “Creo que necesitaríamos una preparación igual con una profesional para tener la capacidad, enfrentarlo, sino el dominio que muchas veces ejerce el hombre contra la mujer muchas veces no se pudo defender y necesitamos al profesional que nos oriente”(Diarios de campo, 21/05/2015)                                                                                                                                                                           |
| 23 | <b>FUERZA INTERIOR/ YO SOY- ESTOY</b>          | <b>Lograr aquello que se propone a futuro</b>                                     | “Ante la petición hecha al Municipio, María propone: de pronto si presionamos y uniéndonos todos nos den respuesta, las otras mujeres están de acuerdo.” (Diarios de                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|    |                                                |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                |                                                                                   | campo, 28/05/2015)                                                                                                                                                                                                                                    |
|    | <b>FACTORES INTERPERSONALES/ YO PUEDO</b>      | <b>Iniciativa para resolver situaciones</b>                                       | (Extraído de diario de campo con relación a lo observado por la guía) “Susana dice que va a hablar con su vecina para saber si ya arrendó su departamento y se ofrece como garante para ayudar a María.” (Diarios de campo, 28/05/2015)               |
|    |                                                | <b>Pedir ayuda cuando la necesita</b>                                             | (Extraído de diario de campo con relación a lo observado por la guía) “Susana pide hacer en ese momento una colecta para ayudar a María.” (Diarios de campo, 28/05/2015)                                                                              |
| 24 | <b>APOYO EXTERNO/ YO TENGO</b>                 | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b> | Carmen señala “Ya no tenemos que sentirnos solas tenemos una amiga, persona que comparte mi género, mi situación, mis sentimientos y emociones porque son propias de las mujeres.” (Diarios de campo, 04/06/2015)                                     |
|    |                                                | <b>Personas que le alientan a ser independiente</b>                               | María toma la palabra “Yo le agradezco mucho a doña Susana me ha ayudado bastante al menos dándome animo de que siga adelante, que siga y así ha habido situaciones... eso es lo que estamos pensando.” (Diarios de campo, 04/06/2015)                |
| 25 | <b>FUERZA INTERIOR/ YO SOY- ESTOY</b>          | <b>Manifiesta seguridad de sí misma, optimista, confiada</b>                      | María dice “Yo sé que voy a resolverlo por mí misma, sola sin pareja.” (Diarios de campo, 11/06/2015)                                                                                                                                                 |
|    | <b>FACTORES INTERPERSONALES/ YO PUEDO</b>      | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b>                                       | Susana comenta “A mí no me cabe en la cabeza como estamos con un hombre que nos martirice, no hay respuesta para eso.” (Diarios de campo, 11/06/2015)                                                                                                 |
| 26 | <b>FUERZA INTERIOR/ YO SOY- ESTOY</b>          | <b>Lograr aquello que se propone a futuro</b>                                     | María expresa “Todas nos podemos reunir con Susana y juntar gente y esto es para las mujeres, emocionadas dicen empoderarnos.” (Diarios de campo, 18/06/2015)                                                                                         |
|    | <b>FACTORES INTERPERSONALES/ YO PUEDO</b>      | <b>Iniciativa para resolver situaciones</b>                                       | Carmen propone “Un proyecto para ayudarnos como amas de casa y para ayudarnos, para conversar, desahogarse y quitarse el estrés.” (Diarios de campo, 18/06/2015)                                                                                      |
| 27 | <b>APOYO EXTERNO/ YO TENGO</b>                 | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b> | Susana dice “Yo estoy contenta, hemos formado un grupo, hay mucho respeto las mujeres estamos saliendo hacia adelante no nos estamos quedando, aunque haya problemas, pero entre todas nos apoyamos.” (Diarios de campo, 25/06/2015)                  |
|    | <b>FUERZA INTERIOR/ YO SOY- ESTOY</b>          | <b>Muestra respeto a sí mismo y a los demás</b>                                   | Karen comenta “No estoy mal, que no estoy loca, nadie tiene porqué faltarme el respeto y que hice muy bien al hacer la denuncia y al estar aquí.” (Diarios de campo, 25/06/2015)                                                                      |
|    | <b>FACTORES INTERPERSONALES/ YO PUEDO</b>      | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b>                                       | María menciona “No soy la única que ha pasado por eso hay otras personas que me entienden porque también han pasado por cosas parecidas.” (Diarios de campo, 25/06/2015)                                                                              |
|    | <b>NUEVOS SIGNIFICANTES DE ROLES DE GÉNERO</b> | <b>Genera cambios y fortaleza para sí misma y los demás</b>                       | “Yo sé que no estoy mal, que yo me merezco algo mejor, que no me debo dejar maltratar que me merezco respeto, así mi marido y mis hijos se paren de cabeza yo llegaré hasta las últimas consecuencias con el proceso.” (Diarios de campo, 25/06/2015) |

Nota: Cuadro de categorías, tópicos y citas, por Silva, E. 2015

## 7.2. Descripción de los resultados

### ***Categoría: apoyo externo***

Fue el primer pilar en aparecer y fortalecerse, se observó en casi todas las sesiones, al observarse el apoyo entre las participantes desde el inicio, generándose de manera progresiva confianza y empatía.

- **Indicador: Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente**

Constituyó el primer indicador en aparecer desde que las participantes buscaron incluirse y formar espacios de intimidad. Para la sesión diez se describen dentro del diario de campo:

Se percibe un alto compromiso en las mujeres en su disposición para integrar el grupo, se dio una motivación para la participación y adherencia al grupo con el intercambio de números telefónicos porque se genera el imaginario de que pueden contar con alguien (Diarios de campo, 2015).

Conforme se avanzó en las sesiones se observó un fortalecimiento de su confianza frente a otras personas hasta constituirse en un grupo terapéutico para lo cual se dio la generación de empatía, y esto se observó a mitad del proceso, habiéndose registrado:

El clima es empático y las mujeres han llegado a conocerse más allá de las compañeras de yoga, al compartir experiencias de temática similar hay una gran resonancia entre las mujeres y esto ha producido que se genere la iniciativa de la creación de medios de sustentación económica mediante la creación de productos en conjunto, con la propuesta de aprender y compartir conocimientos y habilidades (Diarios de campo, 2015).



**- Indicador: Personas que le alientan a ser independiente**

Se evidenció los puntos de vista y el apoyo dado de manera espontánea entre compañeras, así lo dice una de ellas “yo le agradezco mucho a doña Susana me ha ayudado bastante al menos dándome animo de que siga adelante, que siga y así ha habido situaciones... eso es lo que estamos pensando” (Diarios de campo, 2015).

***Categoría: Factores interpersonales***

**- Indicador: iniciativa para resolver situaciones**

Se fue desarrollando a la par del primer pilar, en la sesión ocho se registró “en cada intervención las mujeres aportaban con sus comentarios y también tomaban nota” (Diarios de campo, 2015). Reflejándose una situación de opinión y de interés, que con el transcurso de sesiones llega a un nivel más grupal.

Con el paso de las sesiones una de las participantes le dice a otra “si quiere que le acompañemos avísenos, y todas le responden: nos avisa, para eso estamos, nos vamos juntas” (Diarios de campo, 2015). Esto se da a partir de un problema que surge con la familia de una y las amenazas constantes a su persona y sus hijas. La mujer tenía duda de hacer la denuncia, pero recibió consejos del procedimiento legal a llevar a cabo, así como mensajes de fuerza y valor para no permitir más situaciones como las que relató.

**- Indicador: expresión de sentimientos y pensamientos**

Comenzó como una forma de descarga de inseguridades y problemas que paulatinamente se trasformó en un espacio para hablar de intereses y profundas reflexiones sobre el amor y pareja. Así una de ellas lo dijo “las agresiones acaban con el amor” (Diarios de campo, 2015) y el derecho a callar o hablar de lo que uno siente como algo que es completamente legítimo.

- **Indicador: Pedir ayuda cuando la necesita**

Es el indicador final de la categoría e interrelaciona a los anteriores tópicos, pues si bien durante el proceso las mujeres hablaron de sus conflictos hubo momentos en los que no sabían cómo proceder y pidieron ayuda para sí mismas o para otras compañeras. Una de ellas dijo “gracias por el apoyo eso era lo que quería escuchar de ustedes y ahora digo que hago y me daba una pena de hacer eso del municipio y yo cómo hago si él viene a la casa, y digo voy a consultar con ustedes” (Diarios de campo, 2015).

***Categoría: Fuerza interior***

- **Indicador: Toma responsabilidad de las propias acciones**

Se visibilizó a partir de la cuarta sesión cuando una de las mujeres “manifestaba que todas seguían re victimizándose y que eso no ayudaba en nada, tenían que salir de ahí y dejar de hacerse las víctimas porque eso es peor para ellas” (Diarios de campo, 2015). Lo cual ya expresa una percepción más allá de un papel que desempeñaron por mucho tiempo, sin llegar a salir de este. Sin embargo al llegar a la mitad de la terapia se expresaban ante los relatos de compañeras diciendo que sus errores radicaban en no dar responsabilidades a sus parejas y ser ellas quienes abarquen todas las obligaciones.

Al final llegaron a formular “a mí me gustó esa palabra que dijo que yo me hago responsable de mi vida, hacerme responsable, ya no dejarme tratar mal, ni dejarme llevar por las ideas tontas que nos dejaron los abuelos y los padres” (Diarios de campo, 2015). El direccionamiento de su vida va de acuerdo a sus necesidades y expectativas dejando de lado las cargas preconcebidas y heredadas.

**-Indicador: Manifiesta seguridad de sí misma, optimista, confiada**

Implicó un proceso en el que tomaron confianza personal y fortalecieron habilidades, mostrándose a partir de la doceava sesión. Así se registró en uno de los diarios de campo:

Una de las mujeres comenzó su intervención expresando el cambio que ha presentado a nivel personal y en su relación con los demás, otra de ellas manifiesta que ha sentido un cambio que le ha permitido valorarse mejor a sí misma (Diarios de campo, 2015).

Al concluir el proceso eran capaces de afirmar con confianza y determinación cosas como “yo sé que voy a resolverlo por mí misma, sola sin pareja” (Diarios de campo, 2015). Encontrándose cada vez más decididas a no permitir agresiones y decisiones tomadas por otras personas, pero además a resolver situaciones en las que antes se creían incapaces de hacerlo.

**- Indicador: Muestra respeto a sí mismo y a los demás**

Este indicador se presenta a partir de la mitad de la intervención, en dos ocasiones y se relaciona con el anterior. Implica la expresión de la mayor valía personal y respeto propio concerniente a la ayuda recibida por otras personas. Así una de ellas dice “poco a poco se ha dado un cambio, gracias a la ayuda que he recibido. Nos ayudan a valorarnos y respetarnos a nosotras mismas porque a base de eso, en cierto modo, con sutileza logramos que los demás nos respeten” (Diarios de campo, 2015).

**- Indicador: lograr aquello que se propone a futuro**

Se da a partir del interés de las mujeres por tener un proyecto económico en conjunto y posteriormente continuar con reuniones de amigas, aún después de cerrado el grupo de intervención, las propuestas van surgiendo, una de las cuales fue “todas nos

podemos reunir con Susana y juntar gente y esto es para las mujeres, emocionadas dicen empoderarnos” (Diarios de campo, 2015).

***Categoría: Nuevos significantes de roles de género***

Esta categoría aparece desde las primeras sesiones. Se relaciona en primer lugar con las concepciones de los roles de género que hombres y mujeres cumplen y en segundo lugar el fortalecimiento propio y de los demás conforme a lo trabajado en grupo y la relación con otras mujeres.

**- Indicador: Habla y reflexiona sobre los roles**

El tema de género se trabajó cuando las participantes hablaban de la prioridad que se les da a los hombres y las enseñanzas de sumisión a las mujeres, que ha sido aprendida y retransmitida durante generaciones. Una de ellas dijo “tanto las mujeres como los hombres salimos a trabajar, pero está tan mal esta situación de que todavía no tomamos conciencia de que tanto vale la mujer como el hombre” (Diarios de campo, 2015). Lo cual refleja la paulatina deconstrucción de conceptos sobre los roles de hombres y mujeres y la incorporación de nuevas ideas y reflexiones sobre el tema para tener nuevos recursos y perspectivas en su día a día y relación con los demás.

**- Indicador: Genera cambios y fortaleza para sí misma y los demás**

Finalmente el trabajo realizado por ellas va dándoles fortaleza para el cambio. Así lo expresa una participante “Las agallas son las que a una le ponen fuerte y solamente con esa fuerza de transformación interna de uno es que se sale adelante” (Diarios de campo, 2015).

Existió también la sugerencia dentro del grupo de tener respaldo profesional para enfrentar situaciones “Creo que necesitaríamos una preparación igual con una

profesional para tener la capacidad, enfrentarlo, sino el dominio que muchas veces ejerce el hombre contra la mujer muchas veces no se puede defender y necesitamos al profesional que nos oriente” (Diarios de campo, 2015). A su vez puede ser entendido como un direccionar su actuar al decirle cómo proceder o no, pero se debería apuntar a una perspectiva más amplia, en la que la orientación implique un reconocer las situaciones actuales y futuras. Así como las posibilidades que existen y las herramientas personales con las que cuentan para tomar una decisión sobre las situaciones en las que se hallan.

## **8. Análisis de la información**

La sistematización de la intervención se realizó por medio del análisis cualitativo categorial ya que tiene relación con el procedimiento de distinguir, separar y priorizar elementos de los discursos (Echeverría, 2005). Por lo que se realizará un trabajo de citas de los diarios de campo transcritos, de aquellas frases relevantes que contengan ideas respecto a las categorías planteadas.

Se utilizará un análisis a priori en el que “se deben operacionalizar estas categorías, explicando qué tipo de situaciones, ideas, opiniones, etc., deberían entenderse como parte de cada categoría” (Echeverría, 2005, pág. 19). Optando por este ya que se tiene antecedentes teóricos sobre la temática tratada a lo largo de la ejecución del proyecto, pudiendo determinar las áreas de exploración y de clasificación del material.

## **Segunda parte**

### **1. Justificación**

El proyecto estuvo enfocado en el tema de violencia intrafamiliar a mujeres adultas, ya que según las estadísticas del año 2014 en el Centro de Equidad y Justicia Eloy Alfaro, la problemática más trabajada en las diferentes áreas de la institución. En Pichincha, de acuerdo al censo de 2011, 7 de cada 10 mujeres han vivido violencia de género, siendo la provincia con mayor promedio a nivel nacional (Ministerio del Interior, 2014) .

Durante la época del levantamiento del diagnóstico que duró un periodo de cuatro meses, se realizaron entrevistas a funcionarios del CEJ acerca de los servicios brindados y las problemáticas tratadas, las fortalezas y debilidades de la institución y sus principales funciones. A partir de este se encontró que dicho establecimiento no contaba con una profesional de psicología, puesto que dicha funcionaria había renunciado meses atrás por lo que no se contaba con un trabajo psicológico con las y los usuarios.

Adicional a ello, la Zona Eloy Alfaro que atiende a grupos de niñas, niños y adultos. Las áreas que trabaja son psicología, promoción de derechos, mediación, departamento legal y trabajo social. Cuenta además con un proyecto piloto de yoga para personas víctimas de violencia intrafamiliar y que tienen un proceso legal remitido desde Unidad de Violencia contra la Mujer y la Familia o que provienen de la comunidad. En el mismo se han trabajado temas corporales en relación con el bienestar mental, físico, personal y colectivo, por lo que las usuarias tuvieron una mayor conexión con su cuerpo, sin embargo no se daba un trabajo a nivel psicológico.

Así nació la iniciativa de la implementación de un grupo psicoterapéutico con mujeres que viven o han vivido situaciones de violencia intrafamiliar y que estaban participando del yoga. Este se conformó con el objetivo de ayudar en la generación de recursos resilientes a quienes han atravesado o atraviesan situaciones con gran contenido violento dentro de su hogar o relación de pareja y se han encontrado en ambientes negativos para su bienestar y desarrollo.

La violencia intrafamiliar pues es un fenómeno que ocurre a nivel mundial, con secuelas físicas y psicológicas. Las mujeres desempeñan el papel más importante en la producción de buenos tratos y cuidados a los demás, sobre todo en el cuidado de los/as niños/as. Durante mucho tiempo han sido capaces de sobrevivir a la ancestral violencia que los hombres han ejercido sobre ellas, gracias a sus capacidades de asociarse, colaborar y brindarse cuidados mutuos (Salvador, 2015).

De acuerdo a un estudio del Instituto de la Mujer en España (2011) las técnicas y estrategias utilizadas por mujeres víctimas de malos tratos y que hay logrado romper círculos de violencia, corresponden a cualidades de la resiliencia. Para ellas fue importante en primer lugar el tomar conciencia de la situación y buscar otras perspectivas. También requirió abandonar las relaciones y así mantenerse activas y en autocontrol y autonomía, autoafirmándose y haciendo cosas que querían, recomponiendo redes sociales y relaciones, escuchándose, queriéndose y generando pensamientos positivos (Salvador, 2015).

Por ello se optó por trabajar con el tema de resiliencia, ya que es un proceso interno individual y colectivo que busca superar una problemática y alcanzar un buen desarrollo en todas las áreas de la vida. Por lo que la intervención se realizó en primer lugar en forma de talleres con temas de salud y ciclos de violencia, para posteriormente generarse un grupo de apoyo mutuo que les permitiera mejorar el

manejo de relaciones interpersonales, fortalecerse internamente y sentirse escuchadas y no juzgadas. Posteriormente intentaron encontrar nuevas alternativas a sus problemas, planificando su futuro y atreviéndose a pensar en proyectos económicos que les permitieran dejar de depender de sus parejas.

La contribución de esta intervención fue favorecer un trabajo desde el ámbito psicológico con mujeres que viven situaciones de violencia intrafamiliar. Poner nombre a los procesos que estaban viviendo en sus cuerpos y vidas y favorecer la emergencia de nuevas maneras de actuar. La experiencia además apunta las fortalezas del trabajo grupal.

## **2. Caracterización de los beneficiarios**

El proyecto fue destinado a mujeres que viven al sur de Quito y están atravesando situaciones de violencia por parte de sus parejas o de algún otro miembro de sus familias. Además asisten a clases de yoga impartidas por la fundación “Mujeres de Luz” que trabaja en colaboración con el Municipio de Quito. Esta población agrupa personas entre los 25 a 65 años, que por tanto se ubican en la etapa de adultez . (Anexo 2)

Se encuentran en una situación económica media-baja, en su mayoría desempleadas y con un reducido porcentaje de ingresos económicos. En muchos casos dependen de sus familiares para poder pagar sus gastos. Mayoritariamente cursaron estudios secundarios, así también muchas de ellas son personas casadas o en unión de hecho, habiendo además una persona soltera. Muchas de las participantes tiene hijos, algunas son además abuelas.

La convocatoria para la conformación del grupo se realizó después de las clases de yoga de los días jueves, en la que se inició con un número de cuatro mujeres que acudían regularmente a las sesiones. Posteriormente este número aumentó conforme



se avanzó el proyecto, finalizando con una asistencia promedio de siete a diez mujeres.

### **3. Interpretación**

#### **3.1. Antecedentes**

Las participantes pertenecen a la sociedad ecuatoriana, en la mayoría de los casos su edad supera los cincuenta años. Ellas han expresado que fueron educadas en un contexto en el que se les da supremacía a los hombres, siendo natural la idea de maltrato e infidelidad, además de encargarse de la crianza de los niños, las labores domésticas y el trabajo fuera de casa.

De acuerdo al CEIMME (1995) la violencia de género restringe y discrimina a las mujeres en su participación económica, política y social, por medio de violencia física, psicológica y sexual, dándoseles además funciones dentro de espacios privados, y viéndose como natural el sacrificio, la renuncia personal y la entrega que se ubican en un segundo plano frente a los hombres (León, 1995). Cabe mencionar que la violencia contra las mujeres tiene raíces culturales y sociales muy profundas, considerándose las como propiedad del hombre.

Durante generaciones se ha dado una relación en base a un desequilibrio del poder, en los aspectos sociales, económicos, políticos y religiosos (Blanco, Ruiz Jirabo, García de Vinuesa, & Martín- García, 2015). Esta es dada en la interacción con otra persona, instaurándose como una forma de resolver conflictos y conseguir objetivos. En la relación es uno solo quien decide y mantiene el mando y autoridad que está respaldado por la cultura y contexto en el que se hallan (Sanguinetti, 2013).

#### **3.2. Factores de violencia**

Cuatro grandes factores son los que interactúan en la violencia, en primer lugar aquellos individuales que abarcan el consumo de alcohol, la ausencia de un

progenitor o rechazo a sus hijos, el ser testigos de violencia intrafamiliar y la interiorización de valores y papeles de superioridad del hombre e inferioridad de la mujer. En segundo lugar los relacionales con el control del dinero y toma de decisiones en la familia que produce conflictos de pareja. En tercer lugar los comunitarios con un nivel de pobreza y desempleo, así como aislamiento social y familiar de las mujeres y ser parte de grupos violentos. Por último los sociales en cuanto a roles de género rígidos, noción de masculinidad como sinónimo de agresión, dominio y honor, aceptación de la violencia para resolver conflictos y la normalidad del control del hombre sobre conductas de mujeres (Blanco, Ruiz Jirabo, García de Vinuesa, & Martín- García, 2015).

### **3.3. Perspectiva de género**

Se toma en cuenta también la perspectiva de género puesto que es importante en el proceso de redefinir roles y situaciones injustas que son legitimadas por la cultura patriarcal y tradición, tomándolas como normales y naturales para posteriormente reinterpretarlas y cuestionarlas. Ya que a partir de la violencia de género las mujeres adoptan conductas de sumisión por el miedo a las represalias y aumento de agresiones, así también el sentirse culpables por los maltratos de sus parejas que se victimizan y las chantajea. Es común el aislamiento del entorno familiar y redes de apoyo sin tener a quien recurrir y quedando limitada su reflexión, siendo constantemente desvalorizadas y ridiculizadas y conllevando además posteriores problemas de salud (García Ana & Freire, 2010).

Como se ha referido, la violencia de género es predominante, sin embargo muchas mujeres pueden salir de esta por más obstáculos que se presenten ya que han encontrado la fortaleza necesaria para terminar con ella. A pesar de la presencia de factores que lo dificulten han accedido a recursos internos y externos que les

permiten salir de situaciones negativas, reconociendo sobre todo las relaciones abusivas e interrumpiéndolas (Alencar-Rodríguez & Cantera, 2013). Tomando en cuenta estos antecedentes, es importante que las personas adquieran recursos para enfrentarse a situaciones riesgosas para lo cual se ha abordado el tema de generación de recursos resilientes. Este grupo de mujeres encontró un espacio dado por la institución, como fueron las clases de yoga, que les brindó un apoyo y obtención de herramientas de trabajo con su cuerpo que habían sido desconocidas hasta la fecha por muchas de ellas.

### **3.4. Proceso terapéutico**

El trabajo terapéutico de factores resilientes se fueron fortaleciendo casi por igual ya que “el comportamiento resiliente supone la interacción dinámica de factores de resiliencia seleccionados- “yo tengo”, “yo soy”- “yo estoy”, «yo puedo» para enfrentar la adversidad” (Melillo, Estermatti, & Cuestas, 2002). De esta manera se dieron desde las primeras sesiones hasta la culminación de la intervención los pilares de apoyo externo y factores interpersonales, apareciendo unas sesiones después indicadores pertenecientes a la fuerza interna y nuevos significantes de roles de género.

A pesar de estar reunidas por una misma problemática, existieron personas que iniciaban la separación con sus parejas y otras que llevaban mucho más tiempo en ello, las situaciones eran diferentes en cuanto a experiencias tanto positivas como negativas a partir de lo que enfrentaban, lo que enriqueció las opciones para resolver dificultades y las sugerencias legales frente a conflictos. Fue muy importante la generación de confianza dentro de las participantes para que se dé un espacio de apoyo, se limiten comportamientos propios y se tomen referentes de otras personas y de esta forma se fortalezca el primer pilar. En personas adultas es necesario trabajar

primero el escepticismo y la mayor resistencia que presentan a la hora de confiar en los demás. Tendrán que elegir unas pocas personas en las que estén dispuestos a experimentar este riesgo que significa confiar en ellos y ver qué sucede (Gómez, 2010).

Al conformarse el proyecto se mostraron reticentes a relatar sus experiencias y participar en los conversatorios de las primeras sesiones, sin embargo el respeto y entendimiento de cada una de ellas ayudó a generar un ambiente cómodo, reduciendo progresivamente la desconfianza y dando paso a la expresión sin críticas y saber que existen otras personas con problemas similares, esto además implica que “la aparición o no de resiliencia en los sujetos depende de la interacción de la persona y su entorno humano” (Melillo, Estermatti, & Cuestas, 2002, pág. 88). Pero además la iniciativa para resolver problemas se vio como una promesa a futuro de lo que las mujeres serían capaces de lograr. Al inicio opinaron sobre una problemática ajena, y posteriormente se apersonaron de la propia situación y buscaron soluciones desde un campo personal y psicológico. Cuando se entretejió el apoyo grupal, se dio la expresión de la necesidad de ayuda y encontrar soluciones en base a las experiencias de las demás.

Así también la fuerza interna fue otro pilar trabajado mientras se abordaron temas de género y violencia, recordando que para grupos de mujeres que han pasado por esta problemática es importante “la aceptación de la vivencia de violencia, identificación de referentes protectores, reconocer el valor personal, informarse sobre los tipos de violencia” (Gutiérrez & Rodríguez, 2015, pág. 79). El acceder al conocimiento, los pensamientos de otras mujeres y las reflexiones impulsó a una valoración de cualidades y apoyo mutuo. La empatía y empoderamiento que se formó fueron importantes para obtener con una mayor seguridad en sí mismas, lo cual influyó en

su toma de decisiones, pedir ayuda a otras personas y los planes de lo que buscan realmente conseguir a futuro. Se llegó a comprender que no hay obligación de soportar violencia y que tienen la posibilidad de afrontar situaciones de otras maneras sugeridas por compañeras y analizadas por ellas, reconociéndose como personas con derecho a estar libres de violencia.

### **3.5. Abordaje desde la perspectiva de género**

Por medio del abordaje del tema del machismo, amor ideal y vergüenza social se trabajó con la imagen de masculino y femenino que se ha transmitido por siglos, pudiendo reivindicarse de ideas de obediencia e inferioridad por medio de:

Desprenderse de las ideas sobre sí mismas que les fueron inculcadas por esta sociedad, basada en frases hechas y convenciones sobre el estilo de vida y así, al librarse de este imaginario social la sensación de satisfacción es mayor y las mujeres se superan y son personas libres (Machicao & Aillón, 2009, pág. 20).

Siendo muy necesario el ir dejando las ideas de sometimiento, culpa y abandono para dar paso a la capacidad de expresarse frente a otras personas, pedir ayuda, resolver situaciones y hablar sobre sus sentimientos y pensamientos. Dentro del abordaje las mujeres reflexionaron acerca de la forma en la que fueron educadas y lo que se esperaba de ellas, como esposas obedientes, madres abnegadas, y mujeres que cumplieran las labores domésticas y en muchas ocasiones mantuvieran a la pareja e hijos. Al finalizar la intervención reflexionaron y comprendieron la no justificación de la agresión y que no son culpables de todos los problemas que suceden, que el trabajo doméstico no les corresponde únicamente y que merecen respeto ante todo. Así también se dieron cuenta que siempre fueron quienes sostuvieron el hogar de

manera emocional y económica, aunque fueron por muchos años invisibilizadas por sus parejas y familiares.

Hay que mencionar además que aún se mantienen ciertas ideas como las de abarcar todo el trabajo dentro y fuera de la casa sin delegar responsabilidades a los otros miembros, pese a saber que no es su completa obligación, asumiendo aún el papel de mujer que tiene que hacerlo todo. Algunas de ellas además sienten mucha presión por los comentarios vertidos por sus familiares sean hijos o parientes, que subestiman el trabajo terapéutico que realizaron y consideran que son rabietas de personas adultas que deberían mantenerse con su esposo. Además el tema de diferentes elecciones sexuales o la comercialización masiva de estereotipos sobre el amor ideal siguen siendo un tema incómodo para muchas principalmente personas de mayor edad.

### **3.6. Niveles alcanzados**

A nivel personal las participantes fueron expuestas a otras experiencias lo que las hizo sentirse identificadas y generaran redes de apoyo que a su vez les permitieron superar el sentimiento de aislamiento y conocer a otras personas que brindaron su apoyo e interés. Se dio un sentimiento de bienestar común y la deconstrucción de ideas de género que las mantenían en una posición de inutilidad e inferioridad, para dar paso a nuevas mujeres fuertes y decididas que merecen respeto y amor. A nivel grupal generaron amistades con las que pueden contar y saben que tendrán una respuesta positiva, solidaria y una comunicación permanente para realizar varias actividades, entre ellas el proyecto de soporte económico conjunto y las reuniones periódicas para compartir.

A nivel clínico se logró el objetivo planteado, siendo una ayuda para las participantes que, si bien continúan en problemas con parejas y familiares, ahora saben que estos

factores externos no son determinantes de una situación personal desfavorable. Comprenden que poseen capacidades y fortalezas internas además de apoyo externo que les permiten afrontar problemas y relacionarse de mejor forma con otras personas y asumir sus problemas de una manera más positiva, no encontrándose solas. Saben que son personas con alta valía, posibilidades e importancia de opinión y acción, con igualdad de ejercicio de derechos y capacidad de superación de adversidades.

#### **4. Principales logros del aprendizaje**

El proyecto permitió la comprensión de la violencia desde una vivencia real y cotidiana que además fue reiterada y generó confianza e intimidad entre las participantes, conociendo sus historias y sintiendo su dolor, impotencia, vergüenza y miedo. Es muy importante generar empatía con las mujeres, no solamente saber la teoría sobre violencia, y resiliencia, sino además mantener un lado humano. Las redes de apoyo se llegan a generar si hay comunicación y disposición de las personas, si se establecen acuerdos que además se cumplan e impliquen el respeto propio y con las demás.

El trabajo con temática de género y violencia fue importante abordar, porque involucró un gran paso para que fueran abandonando las ideas de sometimiento de servilismo con el que se criaron, así como las ideas de violencia como parte del amor y la relación de pareja. A partir de ello las mujeres pudieron potenciar sus recursos y aumentar su confianza para tomar decisiones, planificar otras formas de vida y buscar salir adelante por sí mismas, en las que hubo conversatorios pero además actividades lúdicas como ejercicios de relajación, dibujo, análisis de canciones y de cartas. Los temas fueron abordados de manera cuidadosa por haber sido parte de discursos machistas inculcados en ellas y a su vez transmitidos.

Hay que mencionar además que la formación personal en grupos fue muy valiosa pues permitió mantener un ambiente de aquí y ahora en el que se buscó una participación grupal sin que hubiera juicios de valor y ataques entre las mujeres y que además salgan de su rol de víctima, siendo participativas con todas. Las habilidades básicas de un terapeuta son importantes puesto que es necesario mantener un posicionamiento de vacío para no emitir juicios de valor propios, sino que las mujeres vayan forjando sus propias opiniones. Se aprendió a manejar la angustia ante los silencios, y entender que excesivo direccionamiento no permitiría que las mujeres se expresen libremente, sino que sigan opciones dadas por quien coordinaba las sesiones, dificultando que forjen su autonomía y autosuficiencia ya que dependerían de una persona externa a ellas.

Se debería mantener el abordaje de autoestima, entendida como la identificación de recursos personales. La comprensión del círculo de violencia y machismo permite reconocer discursos y situaciones vividas y replicadas con la socialización de reflexiones. La vergüenza social es un tema importante pues abarca las ideas de presentar una buena imagen ante los demás aunque esto implique callar situaciones de abuso y la importancia de salir de ello. El ideal del amor permite trabajar en la deconstrucción de normas, conceptos y vivencias de lo que es la relación en pareja. Las redes de apoyo para el trabajo del aislamiento y del apoyo externo que pueden las mujeres tener, además de la disminución de la desconfianza por otras personas.

Es importante el proyecto de vida como una forma de relacionar los factores interpersonales en cuanto a la capacidad de resolver situaciones por medio de la planeación a futuro con iniciativa y un mejor humor. Se debería ampliar este abordaje porque es una herramienta útil en todas las esferas de sus vidas. Otros temas a topar deberían ser planificación familiar, salud sexual y reproductiva y la



etapa de adultez y transición a la vejez, pues resultarían útiles al trabajarlos más ampliamente y ya no como los talleres iniciales.

El hecho de que se toparan situaciones cotidianas y fuertes por las que han pasado muchas veces y que posteriormente comprendieran que no es un determinante en su vida, en ocasiones produjo un ambiente tenso. Estos temas incluían recordar y relatar historias personales, discursos con los que fueron educadas y educaron a sus hijos. Las reflexiones conllevaron nuevas comprensiones como identificar que los roles de género no son determinantes. Fue importante hablar sobre estas circunstancias y la importancia de la expresión de sus pensamientos y sentimientos, en el tema del machismo, pero si se lo aborda de manera muy directa produce reacciones evasivas e incluso desinterés, es por ello importante el manejo de actividades lúdicas.

Hay que apuntar además que los productos que se obtuvieron de esta experiencia fueron principalmente dos. En primer lugar una intervención que desembocó en un grupo de amigas aún después de concluido el proyecto. En segundo lugar la conformación de una iniciativa de sustento económico a partir de las ideas y habilidades de todas las participantes.

Tomando en cuenta el objetivo general del proyecto: “Ayudar en la generación de recursos resilientes en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar, por medio de la intervención grupal para la deconstrucción de la naturalización de la violencia intrafamiliar y el desarrollo personal de confianza y afirmación frente a situaciones problemáticas”, se consiguió que las mujeres hablaran sobre sus problemas e identificaran situaciones comunes y soluciones que se han dado. Además se logró que compartan experiencias vividas dentro de su plano familiar que implican violencia y situaciones de humillación. Esto conllevó una reflexión de los roles que

cumplen hombres y mujeres, la forma en la que han sido criadas, la culpa que sienten, los ideales de amor por los cuales han construido relaciones de pareja, afectivas y familiares.

A partir de la puesta en común de las experiencias se abrió la posibilidad de conseguir cambios en dichas percepciones y la manera de relacionarse con los demás, poniendo los límites frente a personas y relaciones violentas. Además tuvieron diferentes y nuevas alternativas ante situaciones conflictivas en las que se puede tomar decisiones beneficiosas para la propia persona. También se logró el desarrollo de confianza y manejo adecuado de las relaciones interpersonales desde la socialización de discursos y la ruptura de ideas de supremacía y naturalización de violencia, mostrando una perspectiva de igualdad y respeto que produjo meditación y cambio.

Frente al primer objetivo específico: “Establecer redes de apoyo dentro del espacio terapéutico grupal, por medio de la expresión de situaciones y generación de empatía”, se han establecido alianzas en el espacio terapéutico grupal, expresando situaciones, viéndose reflejadas en la otra persona que comparte vivencias de violencia lo que ha generado empatía. En segundo lugar, con respecto a “Crear vías alternativas de abordaje de problemáticas y solución de conflictos de violencia intrafamiliar”. Han establecido vías diferentes de abordaje que implican el acompañamiento en procesos legales, la ayuda en la búsqueda de fuentes de empleo, las opiniones y palabras de ánimo ante situaciones negativas que provocan el desaliento de las participantes, etc.

En tercer lugar, tomando en cuenta el último objetivo específico: “Canalizar las experiencias, sentimientos y emociones de las mujeres para la reflexión de situaciones, roles e ideas y la generación de pensamientos positivos que les permitan

autoafirmarse” en el proceso se alcanzaron algunos logros que se exponen a continuación. Las experiencias, sentimientos y emociones de las mujeres fueron expresados a modo de dudas, anécdotas y desborde emocional, que desembocaron en reflexiones y conclusiones, frente al amor, pareja e igualdad de condiciones.

Entre las dificultades del proceso se deben indicar las que constan a continuación. Existieron ocasiones en las que no se pudo contar con el espacio del auditorio por lo que se tenía que trasladar las sesiones a la cafetería que era mucho más pequeña, las clases de yoga en ocasiones no siempre terminaban a la hora debida y provocaban que las sesiones duraran menos o los casos de mujeres que por cuestiones de trabajo, estudio o citas médicas debieron marcharse de las sesiones sin hacer un cierre que sea adecuado. Así también durante los primeros encuentros eran notorias las reservas iniciales, en las que muchas mujeres no estaban dispuestas a relatar sus historias o no existía respuesta de las personas que escuchaban, algunos relatos se extendían y eran difíciles de encaminar.

Existieron elementos que surgieron a largo de la experiencia, estos fueron en primer lugar, el compromiso inicial de la institución para que el proyecto resultara, teniendo el apoyo de la Coordinadora con la que empezó la ejecución, como de la coordinadora encargada. En segundo lugar, las actividades lúdicas como análisis de canciones y cartas, imaginación activa, ejercicios de relajación, en las sesiones no solo se limitaron a expresar las vivencias, sino también generar otras situaciones de refuerzo que provocaba en las mujeres un espacio para la reflexión de escenarios cotidianos que las engloban.

## **Conclusiones**

- La persona responsable del proyecto debía tener un conocimiento profundo de la perspectiva desde la que iba a abordar la temática y objetivo de la terapia grupal.
- Fue importante la perspectiva de género pues al tratar con grupos en los que hay discursos de sumisión e inferioridad se requirió trabajar en el cambio de estos discursos para que existan cambios internos y una mayor reflexión.
- La tutoría semanal con una profesional en trabajo con grupos terapéuticos constituyó una útil herramienta de asesoramiento en el abordaje, en las temáticas y los roles en la sesión, esto también permitió saber manejar al grupo en la espacialidad del aquí y la temporalidad del ahora y que estas herramientas permitieran que las circunstancias negativas pasadas puedan ser abordadas en el presente desde otra perspectiva y el manejo de temas de género.
- Los objetivos fueron planteados en razón de la necesidad de generar recursos resilientes, generación de redes, de otras perspectivas de abordaje de problemas y la canalización de experiencias para el abordaje de roles de género, obteniendo resultados favorables.
- El proyecto resultó ser aplicable dentro del CEJ Eloy Alfaro, ya que es una terapia que no fue abordada antes por la institución, siendo propicio como un acompañamiento psicológico conjunto al espiritual que lo realizan en las clases de yoga.
- Hubo poco interés de las autoridades del CEJ por los procesos legales que las mujeres llevan, así como los respectivos informes de sus asistencias al yoga y situación actual de cada persona, esto era socializado durante las sesiones,

siendo muy preocupante para las participantes pues implicaba problemas para ellas.

- Existió una acogida por parte de las usuarias, al principio fue notable las resistencias y la curiosidad por el proyecto planteado, pero se mantuvieron en el mismo por la posibilidad de tener un espacio dónde expresarse sin ser juzgadas y con la seguridad de encontrar apoyo en personas que entienden las situaciones por las que han atravesado.
- El proyecto se vio limitado en cuanto a la disponibilidad de las mujeres en su tiempo para asistir a las sesiones o completarlas, además al generarse la idea de un grupo de sostenimiento económico no hubo una respuesta oportuna de las autoridades para que este se lleve a cabo.
- Al no tener una planificación inicial de los temas a abordarse en el proyecto, no se realizó una programación adecuada de temáticas, por lo que algunas fueron varias veces abordadas teniendo una mala acogida por las participantes, mientras que otras no se tocaron a profundidad, y existieron temáticas que no se programaron y que quedaron como duda.
- El tema que fue difícil de abordar por parte de las participantes fue el machismo debido a que se extendió a dos sesiones que no se trabajaron de manera continua, en primera instancia salió como un tema emergente de una sesión y se lo retomó después resultando repetitivo, además causó incomodidad en las mujeres siendo pocas las que participaron en la sesión.
- Es importante trabajar la angustia de quien guía las sesiones para que éstas no sean directivas y abomben de teoría el espacio, sino además se abriera paso a las experiencias de las personas y que el trabajo personal y el colectivo se enriqueciera con esto.

### **Recomendaciones**

- El proyecto tuvo resultados positivos y buena acogida de parte de las mujeres que conformaron el grupo terapéutico por ello, se recomienda la implementación de este tipo de grupos pues abarca una mayor población de personas con una problemática común y además se les permite elaborar redes de apoyo que tienen gran probabilidad de generar resonancia con otras personas beneficiarias indirectas.
- Se sugiere la elaboración de un reglamento o políticas para la temática y la línea teóricas con la que se abordará el grupo, lo cual implique una mejor organización de temas y la forma de abordar las diferentes formas de afrontar la violencia.
- Supervisión oportuna de profesionales que trabajen con grupos terapéuticos pues desde su conocimiento teórico y experiencia se puede llegar a enriquecer el trabajo, obtener nuevas perspectivas, autores, herramientas de trabajo que resulten útiles y permitan un mejor desenvolvimiento de las personas que guían, pero sobre todo de las usuarias participantes.
- Investigación profunda de teóricos que hayan investigado la temática que se pretende trabajar, pero además otras fuentes de consulta de investigaciones que resultan útiles al momento de tener un soporte teórico e incluso práctico, es recomendable además realizar un borrador de marco teórico que tenga puntos principales de la temática y que se interrelacionen.
- Preparación de temáticas que abarquen las etapas del ciclo vital de las mujeres pues muchas de ellas están cerca de ser adultas mayores y les resulta complicado en cuanto al encuentro de un empleo que les es difícil y las hace sentir inútiles.

- Se recomienda tener una perspectiva de orientación frente a las personas sin llegar a direccionar de sus vidas y decisiones, es importante llegar a ser un apoyo a cada mujer, para que sea ella quien busque su camino y metas sin llegar a decidir por ellas o generar dependencia de alguna de las partes.
- Es importante además para el abordaje de temáticas que resulten angustiantes para las personas por su alto contenido de violencia o de expresión de situaciones que les causen dolor o incomodidad, en primer lugar la detección oportuna de quien guía para posteriormente dividir el trabajo en dos sesiones, siendo la primera la que abarque el encarar el tema y socializarlo, acompañado de material como música, videos o frases, y continuar una segunda reunión retroalimentando lo acontecido en la anterior, así como permitir e impulsar la expresión de los sentimientos y pensamientos de quienes participan, haciendo notar también situaciones y lenguaje tanto verbal como no verbal que se dieron.

## Referencias

- Alencar-Rodríguez, R., & Cantera, L. (2013). Del laberinto haica el camino hacia la recuperación de la violencia. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 61-70.
- Blanco, P., Ruiz Jirabo, C., García de Vinuesa, L., & Martín- García, M. (2015). La violencia de pareja y la salud de las mujeres. *Gaseta Sanitaria*, 182-188. Obtenido de Gaseta Sanitaria.
- Echeverría, G. (2005). *Análisis cualitativo por categorías*. Santiago de Chile: Universidad Academia de Humanismo Cristiano.
- Expósito, F. (2011). Violencia de género. La asimetría den las relaciones entre mujeres y hombres favorece a la violencia de género. *Mente y cerebro*, 20-25.
- García Ana, & Freire, M. (2010). *Violencia contra las mujeres en pareja. Claves de análisis y de intervención*. Madrid: Universidad Pontificia Comillas.
- Gómez, B. (Junio de 2010). *Resiliencia Individual y Familiar*. Recuperado el 23 de septiembre de 2015, de <http://www.avntf-evntf.com/imagenes/biblioteca/G%C3%B3mez,%20B.%20Trab.%203%C2%BA%20BI%2009-10.pdf>
- Grotberg, E. (2006). *Resiliencia en el mundo de hoy: cómo superar las adversidades*. Barcelona, España: Gedisa Editorial.
- Gutiérrez, M., & Rodríguez, N. (2015). Resiliencia en mujeres sobrevivientes de violencia de género. *Revistas Nicaragua*, 75-80.
- Lagarde, M. (1996). *Género y feminismo. Cuadernos inacabados #25*. España: Editorial Horas y Horas.
- Lagarde, M. (2005). *Los cautiverios de las mujeres*. Coyoacán, México: Dirección general de estudios de posgrado.



- León, G. (1995). La violencia de Género en Ecuador: nudos y perspectivas. *África y América Latina. Revista de Análisis Sur-Norte para una Cooperación Solidaria, SODEPAZ*, 95-100.
- Machicao, A., & Aillón, S. (2009). Fortalecimiento de factores protectores de la resiliencia en el ámbito comunitario en mujeres en situación de violencia doméstica. *Ajayu. Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*, 7(1), 1-27.
- Melillo, A., Esteratti, M., & Cuestas, A. (2002). *Algunos fundamentos psicológicos del concepto de resiliencia*. España: Paidós.
- Ministerio del Interior. (2014). *Violencia de género contra las mujeres en Ecuador*. Quito, Pichincha, Ecuador.
- Ruiz-Bavo López, P., & Barrig, M. (1998). *Lineamientos metodológicos para la incorporación del enfoque de roles de género en la evaluación de proyectos*. Costa Rica: Fida.
- Salvador, L. (2015). Resiliencia en violencia de género. Un nuevo enfoque para los/las profesionales sanitarios/as. *Journal of Feminist, Gender and Women*, 103-113.
- Sanguinetti, S. (2013). *Violencia de género: particularidades de la relación entre el hombre violento y la mujer-víctima desde una perspectiva intrasubjetiva e intersubjetiva*. Buenos Aires, Argentina.
- Torres, A., & Mendoza, N. (2004). *La sistematización de experiencias, presupuestos epistemológicos y procesos metodológicos*. Colombia: U. Piloto de Colombia.

## Anexos

### Anexo 1 Factores de generación de recursos resilientes

| SESIÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | APOYO EXTERNO                                                                                                                                                                                     | FUERZA INTERIOR | FACTORES INTERPERSONALES                                                                                                                                                                                                                                                          | NUEVOS SIGNIFICANTES DE ROLES DE GÉNERO |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| <b>1. Conformación de grupo de apoyo</b><br>Formación de un círculo para la presentación de las participantes con sus nombres y características, creación del grupo de apoyo mutuo, temas elegidos: equidad de género, valorar a los demás, autoestima, patrones culturales que se repiten en la familia, violencia psicológica, habilidades cognitivas, cuidados personales, nutrición, talleres ocupacionales. Establecimiento de normas. | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b><br>“Varias personas apoyaban el mismo tema y se mostraban gustosas de formar un grupo” (Diarios de campo, 2015) |                 | <b>Iniciativa para resolver situaciones</b><br>“La mayoría aportó con ideas para el trabajo a futuro.” (Diarios de campo, 2015)                                                                                                                                                   |                                         |
| <b>2. Introducción al tema la autoestima</b><br>Introducción del tema a trabajar “autoestima”, realización de dinámica “pica, pica la ensalada”, división en dos grupos, elección del nombre del grupo, realización de actividad: árbol de autoestima, comentario sobre las temáticas.                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                   |                 | <b>Iniciativa para resolver situaciones</b><br>“Surgirán cambios y se despertarán inquietudes” (Diarios de campo, 2015)<br><b>Expresar sentimientos y pensamientos</b><br>“Las mujeres encontraron un espacio que les permitió descargar sus emociones.” (Diarios de campo, 2015) |                                         |
| <b>3. Mesa compartida</b><br>Conclusión de la clase de yoga, conformación del grupo en círculo, mesa compartida, bienvenida a nuevas compañeras, mención de reglas del grupo, se decidió continuar el tema de autoestima para la siguiente sesión.                                                                                                                                                                                          | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b><br>“Se observa gran interés por parte de una de las mujeres del grupo, quien por medio de los alimentos que     |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                         |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | compartió con todas, busca la integración del grupo y establecer clima de confianza a las personas nuevas” (Diarios de campo, 2015)                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                      |
| <b>4. Continuación del tema "autoestima"</b><br>Continuación del tema “autoestima”, realización de la dinámica de integración “por qué me sube la bilirrubina”, disposición de sillas en forma circular, presentación de nuevas integrantes, socialización de reglas y la razón del grupo, realización de mini exposición, comentario y experiencia. | <b>Una o más personas fuera de familia en las que puede confiar plenamente</b><br>A ella le hacía sentirse más fuerte, sus comentarios fueron apoyados por una mujer que se encontraba a su lado y con quién generó empatía. (Diarios de campo, 2015)                         | <b>Toma responsabilidad de las propias acciones</b> “Una de las participantes mostró descontento, ella manifestaba que todas seguían re victimizándose y que eso no ayudaba en nada, que ya tenían que salir de ahí y dejar de hacerse las víctimas porque eso es peor para ellas.” (Diarios de campo, 2015) |                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                      |
| <b>5. Retroalimentación de tema</b><br>Bienvenida a personas nuevas que ingresaron al grupo, dinámica de integración “nombres y adjetivos”, retroalimentación del tema tratado la semana anterior, preparación de la mesa compartida para la siguiente semana.                                                                                       | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b><br>“A ella le hacía sentirse más fuerte el apoyo recibido, sus comentarios fueron afirmados por una mujer que se encontraba a su lado y con quién generó empatía.” (Diarios de campo, 2015) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b><br>“Algunas personas expresan que en autoestima baja se encuentran sentimientos de inseguridad y el sentirse afectadas por críticas de otras personas, sobre todo amigos, familiares, parejas.” (Diarios de campo, 2015) |                                                                                                                                                                      |
| <b>6. Relato de historia y mesa compartida</b><br>Preparación para la celebración de cumpleaños, repartición de comida, relato de la historia de la niña Nayami, por parte de la instructora de yoga, conversación sobre los roles maternos y paternos dentro del hogar, despedida.                                                                  | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b><br>“Para las mujeres el pertenecer a un espacio donde su presencia es reconocida y valorada, a través de actividades como                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Habla y reflexiona sobre los roles</b><br>“Las mujeres compartieron sus experiencias y conocimientos acerca del significado de sí misma y discutieron del rol que |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | el festejo de cumpleaños puede adquirir un significado de importancia de su lugar y de su ser en” ( Diarios de campo, 2015)                                                                                                                                                      |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | cumplen las figuras masculina y femenina dentro del hogar.” (Diarios de campo, 2015) |
| <b>7. Taller de hábitos alimenticios</b><br>Actividad de los trenes locos para generar confianza en el grupo, se nombró las reglas del grupo, cartulinas con nombres de las personas, abordaje del tema de nutrición y cuidado de la salud, elaboración de horarios de hábitos alimenticios, exposición por grupos de los temas, conversatorio sobre alimentación saludable.                | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b><br>“Hay una mejor integración entre el grupo, mayor colaboración para trabajar e interés por parte de las participantes.” (Diarios de campo, 2015)                                             |  | <b>Iniciativa para resolver situaciones</b><br>“Las integrantes comparten sus experiencias en el grupo, opinan acerca del tema y brindan algunos tips a sus compañeras.” (Diarios de campo, 2015)                                                                                                                                  |                                                                                      |
| <b>8. Taller de nutrición: Pirámide alimenticia</b><br>Dinámica de las partes del cuerpo para integración y socialización del grupo, continuación del tema: pirámide alimenticia y porciones de alimentos adecuados para el consumo diario                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  | <b>Iniciativa para resolver situaciones</b><br>“En cada intervención las mujeres aportaban con sus comentarios y también tomaban nota.” (Diarios de campo, 2015)<br><b>Expresar sentimientos y pensamientos</b><br>“Se permitió que las mujeres participen con sus propias experiencias y conocimientos.” (Diarios de campo, 2015) |                                                                                      |
| <b>9. Taller “salir del círculo”/ expresión de sentimientos</b><br>Dinámica en círculo para cohesión del grupo, explicación de los sentimientos como una forma de expresión y las consecuencias psicológicas y físicas de no hacerlo, actividad de encontrar la mitad del corazón hablando de lo que el grupo significa para ellas y cómo se sentían desde que acudían a él, descripción de | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b><br>“Al compartir el trabajo las personas expresaron que el acompañamiento grupal les permitió encontrar un espacio para ellas, se sienten alegres de asistir y tratar temas que les interesa y |  | <b>Iniciativa para resolver situaciones</b><br>“El reencuentro de las hermanas distanciadas fue un momento que causó gran impacto, muchas se conmovieron y les aconsejaron que como hermanas no deben separarse.” (Diarios de                                                                                                      |                                                                                      |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| sentimientos y emociones positivas y negativas, encuentro de dos hermanas distanciadas hace tiempo.                                                                                                                                                                                                                                                                                      | sobre todo descargar.”<br>(Diarios de campo, 2015)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  | campo, 2015)<br><b>Expresar sentimientos y pensamientos</b><br>“Se sienten más cómodas al hablar frente a las demás y compartir sus experiencias, inquietudes u opiniones. Además, hay una mejor integración entre ellas, se puede visualizar el interés acerca de los temas trabajados.”<br>(Diarios de campo, 2015) |  |
| <b>10. Grupo terapéutico</b><br>Presentación de la psicóloga, explicación de nueva dinámica de trabajo, acuerdo sobre compromisos para las sesiones.                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Una o más personas fuera de su entorno familiar en las que puede confiar plenamente</b><br>“Se percibe un alto compromiso en las mujeres en su disposición para integrar el grupo, se dio una motivación para la participación y adherencia al grupo con el intercambio de números telefónicos porque se genera el imaginario de que pueden contar con alguien.” (Diarios de campo, 2015) |  | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b><br>“Una participante expresa que es un tema delicado puesto que quienes asistan al grupo deben compartir la problemática de todas y saber que es un espacio de compartir y comentar sus problemas.” (Diarios de campo, 2015)                                              |  |
| <b>11. Lectura de compromisos, explicación del cese de funciones</b><br>Ubicación en círculo con silletas, explicación de la sesión pasada y los acontecimientos en el Municipio respecto al cese de funciones de trabajadores, especialmente de la promotora de derechos quien estaba encargada del grupo de yoga y de la psicóloga, lectura de compromisos acordados la sesión pasada, | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b><br>“Hay buena predisposición por parte de las mujeres para formar el grupo con un interés por la capacidad de contener y ayudarse entre sí, disposición para contar anécdotas personales.”                                                                                                                 |  | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b><br>“Las participantes estuvieron de acuerdo por medio de expresión verbal y afirmaciones con la cabeza, que lo importante es la propia valoración y el sentimiento de capacidad ante estas situaciones, lo                                                                |  |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| presentación de integrantes, reflexión a base de las historias personales de dos usuarias respecto a la discriminación en trabajos o actividades por la edad de las mujeres.                                                                                                                                                                                             | (Diarios de campo, 2015)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | mismo que además se puede aplicar en su vida de pareja, familiar, etc.” - (Diarios de campo, 2015)                                                                                                                                                                                                 |  |
| <b>12. Socialización de experiencias sentidas en el trabajo de yoga</b><br>Ubicación en círculo con sillas, lectura de compromisos acordados para las sesiones, inicio de la sesión con las experiencias sentidas en el trabajo del yoga.                                                                                                                                | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b><br>“Hay buena predisposición por parte de las mujeres para trabajar, se observa que empiezan a perder el miedo de intervenir contando sus experiencias personales.” (Diarios de campo, 2015)<br><b>Personas que le alientan a ser independiente</b><br>“La mayoría le dice a una de las mujeres que no debe ceder ante las peticiones de su pareja, que ella no debería dejarse chantajear.” (Diarios de campo, 2015) | <b>Manifiesta seguridad de sí misma, optimista, confiada</b><br>“Una de las mujeres comenzó su intervención expresando el cambio que ha presentado a nivel personal y en su relación con los demás, otra de ellas manifiesta que ha sentido un cambio que le ha permitido valorarse mejor a sí misma.” (Diarios de campo, 2015) | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b><br>“Otra mujer comenta que ella presiente una manipulación indirecta de sus hijos para que regrese con su padre.” (Diarios de campo, 2015)                                                                                                             |  |
| <b>13. Relación de la reconstrucción del yoga con el proceso de terapia</b><br>Inicio de la sesión, lectura de los compromisos, acuerdo de modificación de compromisos, sugerencia por parte de una de las usuarias, relato de historias personales, relación de la reconstrucción del yoga con el proceso de terapia y el yoga, puntualización de aspectos, conclusión. | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b><br>“Varias personas apoyaban el mismo tema hablando sobre sus historias y de identificarse como mujeres con una misma problemática y situaciones en las que han puesto siempre en primer lugar el bienestar de otras personas, antes de su valía e intereses.” (Diarios de campo, 2015)                                                                                                                               | <b>Manifiesta seguridad de sí misma, optimista, confiada</b><br>“Cada vez más las mujeres se dan cuenta que tienen el poder de cambiar las cosas y mejorar sus situaciones, dándose cuenta que el cambio, el cuidado y el quererse empieza desde la propia persona.” (Diarios de campo, 2015)                                   | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b><br>“Una de las mujeres dice que, si ha sentido que algo ha cambiado, se siente más aliviada, floja, otra mujer expresa que llega al punto de irse y confiar en su propio valor, antes tenía miedo de discutir con su esposo.” (Diarios de campo, 2015) |  |
| <b>14. Conocimiento grupal</b><br>Relato de historias de vida, intervenciones                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Toma responsabilidad de las propias acciones</b>                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b>                                                                                                                                                                                                                                                        |  |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| de las personas, pregunta a las participantes ¿en realidad valió la pena todo el sufrimiento para no quedarse solas?, participación de las mujeres, abrazo grupal                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | “Ante un par de relatos una de las mujeres interviene y opina que el error de las dos fue no dar responsabilidades a sus esposos y acostumbrarles a que sean ellas quienes sustenten el hogar.” (Diarios de campo, 2015) | “Ella siempre se culpó y que lo importante no es buscar un culpable sino pensar que en todo caso siempre han intentado hacer lo mejor”-Laura <sup>2</sup>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                 |
| <b>15. “¿La gente cambia?”</b><br>Inicio de la sesión, recapitulación de la sesión pasada, relato de la historia de doña Inés, intervención de las participantes, lectura de lectura de una carta enviada a una de las mujeres por parte de su ex pareja para convencerle de que regrese y prometiéndole varias cosas, intercambio de opiniones, pregunta de reflexión, puntos de vista sobre la pregunta, cierre. | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b><br>“En las sesiones se ha visto que hay identificación entre mujeres, empatía, determinación personal de situaciones y construcción de su valía y autonomía, así como un mayor nivel de cohesión y confianza que fue reflejada en la lectura de una carta de las usuarias.” (Diarios de campo, 2015)<br><b>Personas que le alientan a ser independiente</b><br>“Elsa menciona que ella ha vencido a la soledad pero que le ha costado mucho y fue obligada a ello cuando de repente su familia se alejó de ella.” (Diarios de campo, 2015) |                                                                                                                                                                                                                          | <b>Iniciativa para resolver situaciones</b><br>“Una de las mujeres opina frente el caso de otra y le dice que no le conteste la carta y se haga respetar.”<br>María<br><b>Expresar sentimientos y pensamientos</b><br>“La mujer dice que no cree en las palabras, promesas y supuesta sinceridad de su ex pareja porque es una carta que la lastima y además su actitud en la audiencia del día martes fue muy hiriente, por lo que no cree que esté arrepentido ni que la ama como afirma la carta”<br>María |                                                                                                                 |
| <b>16. Soledad y fortaleza</b><br>Inicio de la sesión con la pregunta planteada la sesión pasada, respuesta de la misma, temas de conversación: violencia intrafamiliar y legados culturales, cambios                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Toma responsabilidad de las propias acciones</b> “A mí me gusto esa palabra que dijo que yo me hago responsable de mi vida,                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Genera cambios y fortaleza para sí misma y los demás</b><br>“Las agallas son las que a una le ponen fuerte y |

<sup>2</sup> Los nombres de las participantes fueron cambiados para precautelar su confidencialidad.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| en las formas de actuar, machismo, se les deja la pregunta ¿violencia física es la única forma de maltrato?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | hacerme responsable, ya no dejarme tratar mal, ni dejarme llevar por las ideas tontas que nos dejaron los abuelos y los padres.”- Martha<br><b>Muestra respeto a sí mismo y a los demás</b><br>“Poco a poco se ha dado un cambio, gracias a la ayuda que he recibido. Nos ayudan a valorarnos y respetarnos a nosotras mismas porque a base de eso, en cierto modo, con sutileza logramos que los demás nos respeten.”- Ana |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | solamente con esa fuerza de transformación interna de uno es que se sale adelante.”- Susana                                                                                                                                                                                              |
| <b>17. Tipos de violencia/ introducción al tema del machismo</b><br>Bienvenida a nuevas usuarias, explicación del objetivo y normas del grupo de apoyo, retroalimentación de sesión pasada, explicación de actividades a realizar, expresión de anécdotas, opiniones, realización de preguntas de las participantes, complementación de información de guías, retroalimentación intermedia, pregunta de cierre, frase dada por usuaria. | <b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b><br>“El clima es empático y las mujeres han llegado a conocerse más allá de las compañeras de yoga, al compartir experiencias de temática similar hay una gran resonancia entre las mujeres y esto ha producido que se genere la iniciativa de la creación de medios de sustentación económica mediante la creación de productos en conjunto, con la propuesta de aprender y compartir conocimientos y habilidades.” (Diarios de campo, 2015)<br><b>Personas que le alientan a ser independiente</b> | <b>Manifiesta seguridad de sí misma, optimista, confiada</b><br>“Yo como que me he basado tomando en cuenta y me he fortalecido yo en mi caso, mi paz y tranquilidad es lo que me ayuda a sobresalir, sobrepasar todos los problemas que se tiene.”- Martha                                                                                                                                                                 | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b><br>Susana se expresó frente a la pregunta de quién coordinaba si el miedo era tan grande como para permanecer con la pareja que les agrede, ella dijo “como miedo no es, es un poco la falta de protección...como si nos sintiéramos desprotegidas” | <b>Genera cambios y fortaleza para sí misma y los demás</b><br>“Hay veces que me he visto bien decaída, desanimada pues me he puesto a analizar y digo que muda de gana estoy así, no, no, no tengo que salir, entonces trato de arreglarme de sobre salir en cualquier cosita.”- Martha |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <p>“Al enterarnos lo que la otra persona está pasando de todo lo que ha sucedido y pues de todo lo que nos ha sucedido a nosotros y nos da más decisión para poder hacer las cosas más... mejor dicho tomar la decisión de estar más fuertes, que una quiere tomar y que una no puede por temor o por miedo.”- Martha</p> |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p><b>18. “Vergüenza social”</b><br/>Inicio de la sesión con la pregunta de cierre de la sesión pasada: ¿Qué he aprendido yo esta semana?, comparten algunas mujeres su respuesta, se habla del tema de la vergüenza y la culpa y lo que lleva a hacer o no hacer, a callar y soportar, las mujeres hablan de sus experiencias y dan sus puntos de vista, una de las participantes que nunca había contado una experiencia suya, habla por primera vez sobre un tema muy delicado de su familia por problemas legales de vivienda y violencia por parte de su hermana, cuñado y sobrina, le brindan consejo, apoyo e incluso se ofrecen a ayudarle con los procesos legales.</p> | <p><b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b><br/>“La vamos a entender y la estamos entendiendo de igual forma nosotros también hemos sufrido y seguimos sufriendo y por qué no respaldar nuestro género.”- Martha a Fanny.</p>                                                    | <p><b>Manifiesta seguridad de sí misma, optimista, confiada</b><br/>“Nosotros estamos ahí tratando de aprender a sobrellevar el maltrato.”- María</p> | <p><b>Iniciativa para resolver situaciones</b><br/>- María le dice a Fanny “si quiere que le acompañemos avísenos, y todas le responden: nos avisa, para eso estamos, nos vamos juntas.” (Diarios de campo, 2015)</p> <p><b>Expresar sentimientos y pensamientos</b><br/>“Me ha hecho valiente el yoga y a poder expresar a ustedes compañeras yo he pensado no callarme, toda una vida no saber a quién contar, a quien desahogarme, no sé si estoy haciendo bien o estoy haciendo mal.”- Fanny</p> <p><b>Pedir ayuda cuando la necesito.</b><br/>“Gracias por el apoyo eso era lo que quería escuchar</p> | <p><b>Habla y reflexiona sobre los roles</b><br/>Las mujeres hablaban sobre las diferencias al momento de enfermarse o de actuar en una ruptura amorosa de hombres y mujeres, entre otras diferencias, la señora Elsa expresa “pero también depende de la educación que cada uno de a sus hijos, yo también tengo hijas mujeres y tengo un hijo pequeño y le enseño a que sea una persona sensible, que colabore en todo que no saben cocinar y al chiquito le estoy enseñando a que cocine.”- Elsa</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                             | de ustedes y ahora digo que hago y me daba una pena de hacer eso del municipio y yo cómo hago si él viene a la casa, y digo voy a consultar con ustedes.”- Fanny         |                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p><b>19. Machismo</b></p> <p>Retroalimentación de sesión pasada, lluvia de ideas y explicación del tema el machismo, punto de vista de las personas sobre el tema, actividad: escuchar la canción “Dama de Hierro” de Maricela, cierre.</p>                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <p><b>Manifiesta seguridad de sí misma, optimista, confiada</b></p> <p>“Estas reuniones como se ha quedado, de esa puerta todo lo que se ha dicho no sale, pero estos chismecitos nos han hecho más fuertes, y ahora me tiembla las piernas, pero ya no mucho.” – María</p> |                                                                                                                                                                          | <p><b>Habla y reflexiona sobre los roles</b></p> <p>“Tanto las mujeres como los hombres salimos a trabajar, pero está tan mal esta situación de que todavía no tomamos conciencia de que tanto vale la mujer como el hombre.”- María</p> |
| <p><b>20. Celebración del día de la madre</b></p> <p>Invitación a participar en el festejo del día de la madre, firma de hojas de asistencia, reunión en círculo para la dinámica de recreación, división de grupos, dinámica de “pedir un autógrafa”, presentación de video sobre las labores maternas, entrega de regalo simbólico, comida en conjunto.</p>         | <p><b>Una o más personas fuera de su familia en las que puede confiar plenamente</b></p> <p>“El tiempo que llevan compartiendo, si bien no les ha hecho las mejores amigas si les ha permitido generar un sentimiento de aprecio y de respeto por otras mujeres que comparten muchas de sus situaciones.” (Diarios de campo, 2015)</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                          | <p><b>Habla y reflexiona sobre los roles</b></p> <p>“Las agresiones acaban con el amor.”- Ana</p>                                                                                                                                        |
| <p><b>22. Socialización de sentimientos y experiencias sobre el ideal del amor/ asesoramiento legal</b></p> <p>Se retroalimentó la sesión pasada sobre las cartas, se les hace caer en cuenta que están actuando como un grupo y de cómo se cerró abruptamente la sesión pasada, se les dijo que es un espacio conformado para que se expresen y hablen sobre sus</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                             | <p><b>Expresar sentimientos y pensamientos</b></p> <p>“Yo creo que todas tenemos el derecho de expresar lo que sentimos o reservarnos también lo que sentimos.”- Ana</p> | <p><b>Genera cambios y fortaleza para sí misma y los demás</b></p> <p>“Creo que necesitaríamos una preparación igual con una profesional para tener la capacidad, enfrentarlo, sino el</p>                                               |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| sentimientos y si algo no les hace sentir cómodas lo digan, hubieron algunas opiniones al respecto, se hizo el cierre y se dio paso a la Coordinadora encargada que además es abogada y que respondió algunas de sus preguntas legales.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | dominio que muchas veces ejerce el hombre contra la mujer muchas veces no se puede defender y necesitamos al profesional que nos oriente”- Ana |
| <b>23. Redes de apoyo</b><br>Ubicación en círculo con silletas, inicio de la sesión, actividad del espejo en la que formaban parejas y por turnos hacían de espejos reflejando lo que hacía la otra persona y hablando sobre cualidades de esta y respondiendo preguntas, socialización de las experiencias, relato de historias, buscaban saber si su petición de ayuda por parte del municipio en su proyecto económico fue respondido, relato de dos historias de las participantes: sobre fallecimiento y sobre un litigio legal, apoyo y sugerencia de las demás mujeres, cierre.                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Lograr aquello que se propone a futuro</b><br>“Ante la petición hecha al Municipio, María propone: de pronto si presionamos y uniéndonos todos nos den respuesta, las otras mujeres están de acuerdo.”(Diarios de campo, 2015) | <b>Iniciativa para resolver situaciones</b><br>“Susana ofrece hablar con su vecina para saber si ya arrendó su departamento y se ofrece como garante para ayudar a María.” (Diarios de campo,2015)<br><b>Pedir ayuda cuando la necesita.</b><br>“Susana pide hacer en ese momento una colecta para ayudar a María” (Diarios de campo,2015) |                                                                                                                                                |
| <b>24. Reconocimiento de habilidades grupales/inicio de cierre de grupo</b><br>Inicio de sesión, indicaciones iniciales en las que se les explicó el proceso que se estaba llevando en el Municipio respecto a la petición de las mujeres, se les habló de la institución “Reina de Quito” donde podían ir a solicitar ayuda, se les explicó que quedaban dos sesiones más para cerrar el grupo, se socializó sobre las habilidades de cada una de ellas tanto para el negocio que deseaban montar como para las actividades que cada una cumpliría en el mismo, se dieron intervenciones de las mujeres respecto a este tema. | <b>Una o más personas fuera de su entorno familiar en las que puede confiar plenamente</b><br>“Ya no tenemos que sentirnos solas tenemos una amiga, persona que comparte mi género, mi situación, mis sentimientos y emociones porque son propias de las mujeres.”- Carmen<br><b>Personas que le alientan a ser independiente</b><br>“Yo le agradezco mucho a doña Susana me ha ayudado bastante al menos dándome |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | animo de que siga adelante, que siga y así ha habido situaciones... eso es lo que estamos pensando.”- María                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>25. Proyecto de vida</b><br>Ubicación en colchonetas en círculo, explicación de actividades a realizar, ejercicio de relajación y visualización de las mujeres dentro de diez años, dibujo y exposición a compañeras lo imaginado, explicación de cómo crear un proyecto de vida, tarea para la próxima semana: investigar lugares de apoyo y realización del plan de vida, cierre.       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Manifiesta seguridad de sí misma, optimista, confiada</b> “Yo sé que voy a resolverlo por mí misma, sola sin pareja, - María                                                                                                                            | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b><br>“A mí no me cabe en la cabeza como estamos con un hombre que nos martirice, no hay respuesta para eso.”- Susana                   |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>26. Proyecto de vida: explicación de las mujeres</b><br>Ubicación de sillas en círculo, explicación de ubicación en proyecto de sesión anterior, exposición de proyectos, opinión, explicación detallada de la generación de proyecto de vida, discusión sobre las variables y detalles en la conformación de un proyecto, creación del proyecto de doña Matilde, instituciones y cierre. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Lograr aquello que se propone a futuro</b><br>“Aquí dice la compañera que necesitamos el apoyo, todas son de otros barrios, pero todas nos podemos reunir con Susana y juntar gente y esto es para las mujeres, emocionadas dicen empoderarnos.”- María | <b>Iniciativa para resolver situaciones</b><br>“Para ayudarnos como amas de casa y para ayudarnos, para conversar, desahogarse y quitarse el estrés.”- Carmen                    |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>27. Cierre y despedida</b><br>Inicio de la última sesión, realización de cuestionario, actividad intermedia: pasado, presente, futuro en la que van reflexionando cómo iniciaron el proceso, cómo se encuentra ahora y qué quieren lograr a futuro, socialización de actividad, agradecimiento por parte de quien guiaba y cierre de la intervención.                                     | <b>Una o más personas fuera de su entorno familiar en las que puede confiar plenamente</b><br>“Yo estoy contenta, hemos formado un grupo, hay mucho respeto las mujeres estamos saliendo hacia adelante no nos estamos quedando, aunque haya problemas, pero entre todas nos apoyamos.”- Susana | <b>Muestra respeto a sí mismo y a los demás.</b><br>“No estoy mal, que no estoy loca, nadie tiene porqué faltarme el respeto y que hice muy bien al hacer la denuncia y al estar aquí.”- Karen                                                             | <b>Expresar sentimientos y pensamientos</b><br>“No soy la única que ha pasado por eso hay otras personas que me entienden porque también han pasado por cosas parecidas.”- María | <b>Genera cambios y fortaleza para sí misma y los demás</b><br>“Yo sé que no estoy mal, que yo me merezco algo mejor, que no me debo dejar maltratar, así mi marido y mis hijos se paren de cabeza yo llegaré hasta las últimas consecuencias con el proceso.” – María |

Nota: Factores de generación de recursos resilientes, por Silva, E. 2015

**Anexo 2 Tabla demográfica**

| NOMBRE  | EDAD | SITUACIÓN ACTUAL | OCUPACIÓN                                   | NIVEL EDUCATIVO | PROBLEMÁTICA | ATENCIÓN           |
|---------|------|------------------|---------------------------------------------|-----------------|--------------|--------------------|
| María   | 58   | Separada         | Ama de casa                                 | Secundaria      | VIF          | Individual, grupal |
| Laura   | 27   | Separada         | Enfermera                                   | Superior        | VIF          | Grupal             |
| Fanny   | 59   | Casada           | Ama de casa, agricultora                    | Primaria        | VIF          | Grupal             |
| Juana   | 53   | Separada         | Ama de casa                                 | Secundaria      | VIF          | Grupal             |
| Martha  | 58   | Separada         | Ama de casa                                 | Secundaria      | VIF          | Grupal             |
| Susana  | 51   | Unión de hecho   | Ama de casa, agricultora, dirigente barrial | Secundaria      | VIF          | Grupal             |
| Karen   | 35   | Soltera          | Oficina                                     | Superior        | VIF          | Grupal             |
| Matilde | 50   | Separada         | Comerciante                                 | primaria        | VIF          | Grupal             |
| Karla   | 27   | Separada         | Ama de casa                                 | Superior        | VIF          | Grupal             |
| Josefa  | 46   | Separada         | Comercio                                    | Secundaria      | VIF          | Grupal             |
| Carmen  | 59   | Unión de hecho   | Ama de casa, dirigente barrial              | Secundaria      | VIF          | Grupal             |
| Ana     | 65   | Separada         | Jubilada                                    | secundaria      | VIF          | Individual, Grupal |

Nota: Tabla demográfica, por Silva, E. 2015