

**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA
SEDE QUITO**

**CARRERA:
PSICOLOGÍA**

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

TEMA:

**CONFORMACIÓN DEL GRUPO DE AYUDA MUTUA (G.A.M) CON
MUJERES SOBREVIVIENTES DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR,
USUARIAS DEL CENTRO DE EQUIDAD Y JUSTICIA CALDERÓN
DURANTE LOS MESES DE ABRIL A SEPTIEMBRE DEL 2016.**

AUTORES:

**JORGE LUIS BUSTAMANTE ÁLVAREZ
JUAN JOSÉ VALENCIA BERNAL**

DOCENTE TUTOR:

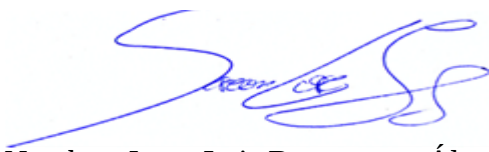
YAIMA AGUILA RIBALTA

Quito, enero de 2017

Cesión de derechos de autor

Nosotros Jorge Luis Bustamante Álvarez y Juan José Valencia Bernal con documentos de identificación N° 175013624-2 y 172690009-3 manifestamos nuestra voluntad y cedemos a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que somos autores del trabajo de grado/titulación intitulado: “Conformación del grupo de ayuda mutua (G.A.M) con mujeres sobrevivientes de violencia intrafamiliar, usuarias del Centro de Equidad y Justicia Calderón durante los meses de abril a septiembre del 2016.”, mismo que ha sido desarrollado para optar por el título de: Psicólogo en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En aplicación a lo determinado en la Ley de Propiedad Intelectual, en nuestra condición de autores nos reservamos los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia, suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.



Nombre: Jorge Luis Bustamante Álvarez
Cédula: 175013624-2
Fecha: 21/12/2016



Nombre: Juan Jose Valencia Bernal
Cédula: 172690009-3
Fecha: 21/12/2016

Declaratoria de coautoría del docente tutor/a

Yo declaro que bajo mi dirección y asesoría fue desarrollado el Trabajo de Titulación:
Conformación del grupo de ayuda mutua (G.A.M) con mujeres sobrevivientes de
violencia intrafamiliar, usuarias del Centro de Equidad y Justicia Calderón durante los
meses de abril a septiembre del 2016; realizado por Jorge Luis Bustamante Álvarez,
obteniendo un producto que cumple con todos los requisitos estipulados por la
Universidad Politécnica Salesiana, para ser considerados como trabajo final de titulación.

Quito, diciembre del 2016



Yaima Águila Ribalta

Cédula de identidad: 175666100-3

Declaratoria de coautoría del docente tutor/a

Yo declaro que bajo mi dirección y asesoría fue desarrollado el Trabajo de Titulación:
Conformación del grupo de ayuda mutua (G.A.M) con mujeres sobrevivientes de
violencia intrafamiliar, usuarias del Centro de Equidad y Justicia Calderón durante los
meses de abril a septiembre del 2016; realizado por Juan José Valencia Bernal,
obteniendo un producto que cumple con todos los requisitos estipulados por la
Universidad Politécnica Salesiana, para ser considerados como trabajo final de titulación.

Quito, diciembre del 2016



Yaima Águila Ribalta

Cédula de identidad: 175666100-3

Quito, noviembre 24 de 2016

Señor

Jorge Luis Bustamante Álvarez

Presente.

De mi consideración.

En atención a la solicitud presentada el día 08 de noviembre de 2016, por medio del presente AUTORIZO que la información inherente al proyecto "CONFORMACIÓN DEL GRUPO DE AYUDA MUTUA G.A.M. CON MUJERES SOBREVIVIENTES DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR, USUARIAS DEL CENTRO DE EQUIDAD Y JUSTICIA CALDERÓN, DURANTE LOS MESES DE ABRIL A SEPTIEMBRE DEL 2016", PERTENECIENTES AL CENTRO DE EQUIDAD Y JUSTICIA CALDERON UBICADO EN LA ZONA NORTE DE QUITO, DE ABRIL A SEPTIEMBRE DE 2016" sea utilizada por Usted con fines investigativos.

Atentamente.

Cristina Calderón
Directora Metropolitana de Gestión
de Servicios de Apoyo a Víctimas VIF-MI-VG-VS

Acción	Siglas	Siglas Unidad	Fecha	Sumilla
Elaborado por:	M.Quintana	DMGSAV-VIF-G-MI-VS	24 / 11 / 2016	KE

Quito, noviembre 24 de 2016

Señor
Juan José Valencia Bernal

Presente.

De mi consideración.

En atención a la solicitud presentada el día 08 de noviembre de 2016, por medio del presente AUTORIZO que la información inherente al proyecto "CONFORMACIÓN DEL GRUPO DE AYUDA MUTUA G.A.M. CON MUJERES SOBREVIVIENTES DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR, USUARIAS DEL CENTRO DE EQUIDAD Y JUSTICIA CALDERÓN, DURANTE LOS MESES DE ABRIL A SEPTIEMBRE DEL 2016", PERTENECIENTES AL CENTRO DE EQUIDAD Y JUSTICIA CALDERON UBICADO EN LA ZONA NORTE DE QUITO, DE ABRIL A SEPTIEMBRE DE 2016" sea utilizada por Usted con fines investigativos.

Atentamente.

Cristina Calderón
Directora Metropolitana de Gestión
de Servicios de Apoyo a Víctimas VIF-MI-VG-VS

Acción	Siglas	Siglas Unidad	Fecha	Sumilla
Elaborado por:	M.Quintana	DMGSAV-VIF-G-MI-VS	24 / 11 / 2016	

Índice

Introducción	1
1.Primer parte	3
1.1 Datos informativos del proyecto	3
1.1.1 Nombre del proyecto.....	3
1.1.2 Nombre de la institución	3
1.1.3 Tema que aborda la experiencia (categoría psicosocial).....	3
1.1.4 Localización	4
1.2 Objetivo de la sistematización.....	4
1.3 Eje de la sistematización	5
1.4 Objeto de la sistematización.....	6
1.5 Metodología de la sistematización	7
1.6 Preguntas clave.....	8
1.6.1 Preguntas de inicio	8
1.6.2 Preguntas interpretativas	8
1.6.3 Preguntas de cierre	9
1.7 Organización y procesamiento de la información	9
1.8 Análisis de la información.....	15
2.Experiencia de la sistematización	17
2.1 Justificación.....	17
2.2 Caracterización de los beneficiarios.....	20
2.3 Interpretación.....	20
2.3.1 Categoría encuadre.....	21
2.3.2 Categoría empatía.....	25
2.3.3 Categoría: vínculo	27
2.3.4 Categoría: autonomía	30
2.3.5 Categoría: estrategias de afrontamiento	31
2.3.6 Categoría contención.....	34
2.3.7 Categoría roles	36
2.3.8 Categoría factores terapéuticos	39
2.3.9 Sesiones autónomas	41
2.4 Principales logros del aprendizaje	42
Conclusiones y recomendaciones	48
Referencias.....	50

Índice de tablas

Tabla 1.Recolección de verbalización por categorías	9
---	---

Índice de anexos

Anexo 1. Matriz de observación.....	52
Anexo 2. Matriz de diarios de campo.....	53
Anexo 3. Carta de consetimiento informados	54
Anexo 4. Matriz de sesiones semanales	55

Resumen

El presente informe sistematiza la experiencia en torno a la creación, conformación, desarrollo y cierre de un Grupo de Ayuda Mutua (GAM), realizado con mujeres sobrevivientes de violencia intrafamiliar, en el Centro de Equidad y Justicia (CEJ) de Calderón de abril a septiembre de 2016.

Este proceso se desarrolla al considerar que la violencia crea rezagos psíquicos importantes, tanto en las personas que viven en este ambiente como violentadas o como violentadores, desprendiéndose de ésta múltiples problemas asociados.

Se justifica la importancia de conformar grupos, enfocados en la atención psicológica, con mujeres sobrevivientes de violencia intrafamiliar y el valor significado que estos tienen cuando las áreas de psicología se encuentra cerradas o exceden la capacidad de usuarios y usuarias.

Describe la situación inicial que vivió el grupo al ser conformado y la experiencia a partir de cada sesión, que fue trabajada desde los factores terapéuticos de Yalom, mismos que sirvieron como guía para que en cada sesión se logre internalizar, en las mujeres que conformaban el grupo, un factor terapéutico, para el futuro funcionamiento autónomo del grupo.

Por último se plantean conclusiones y recomendaciones sobre la creación, conformación, cierre y funcionamiento autónomo de un GAM, con sus aciertos, errores, observaciones y logros.

Palabras clave: Violencia intrafamiliar, grupo de ayuda mutua, mujeres sobrevivientes de violencia.

Abstract

This report systematizes the experience of creating, forming, developing and closing a Mutual Assistance Group (GAM), carried out with women survivors of domestic violence, at Calderon's Center for Equity and Justice (CEJ) from April to September 2016.

This process is developed by considering that violence creates important psychic lags, both in people living in this environment as violated or as violators, resulting in multiple associated problems.

The importance of forming groups, focused on psychological care, with women survivors of domestic violence and the meaning that they have when the psychology areas are closed or exceed the capacity of users is justified.

Describes the initial situation that the group lived after being formed and the experience from each session, which was worked from the therapeutic factors of Yalom, which served as a guide for each session to be internalized, in the women who made up the Group, a therapeutic factor, for the future autonomous operation of the group.

Finally, conclusions and recommendations on the creation, conformation, closure and autonomous functioning of a GAM are presented, with their successes, errors, observations and achievements.

Keywords: Domestic violence, mutual aid group, women survivors of violence.

Introducción

Los Centros de Equidad y Justicia inician su funcionamiento desde el año 2003 en todo el distrito de Quito (DMQ - Secretaría de Seguridad, 2016), con la labor de brindar un apoyo y ayuda inter disciplinaria a las personas que sufren o se encuentran en ambientes de violencia (de género, intrafamiliar, sexual), priorizando la atención a las mujeres, al ser esta la población que más se muestra en las estadísticas que sufre de violencia, sin dejar de lado a la población masculina.

En la labor que realizan estas instituciones se crearon diversas áreas para el abordaje de este tipo de casos entre ellas se encuentran las áreas de trabajo social, asesoría legal, promoción en derechos y psicología.

Es así que con conocimiento de los grupos antes formados en el CEJ dirigidos a las usuarias y los usuarios se plantea, conforma y deja implementado el Grupo de Ayuda Mutua (GAM) en Calderón cuyo propósito es constituirse en un espacio de ayuda para mujeres sobrevivientes de violencia intrafamiliar, a través del cual puedan generar redes de apoyo y vínculos positivos.

El primer eje de trabajo fue la conformación de dicho grupo en el CEJ de Calderón, para lo cual se realizaron procesos de convocatoria y entrevistas previas para poder tener un grupo homogéneo.

El segundo eje se enfocó en sostener un proceso grupal por diez sesiones, las cuales se sustentaban teóricamente desde la perspectiva de los factores de terapéuticos de Yalom (2012).

A partir de los dos ejes mencionados se lleva a cabo la conformación, mantenimiento, cierre y posterior funcionamiento autónomo del GAM en el CEJ de Calderón.

Estas experiencias y su sistematización se encuentran especificadas en el presente trabajo que pretende ser una guía para la creación de un G.A.M con mujeres sobrevivientes de violencia intrafamiliar.

1. Primera parte

1.1 Datos informativos del proyecto

1.1.1 Nombre del proyecto

Conformación del Grupo de Ayuda Mutua (GAM) con mujeres sobrevivientes de violencia intrafamiliar, usuarias del Centro de Equidad y Justicia Calderón durante los meses de abril a septiembre del 2016.

1.1.2 Nombre de la institución

Centro de Equidad y Justicia Calderón (CEJ-Calderón)

1.1.3 Tema que aborda la experiencia (categoría psicosocial)

La principal temática en la que se enfocó el proyecto en torno a la cual se hace la sistematización es relativa a mujeres sobrevivientes de violencia intrafamiliar¹. Esta experiencia realiza un acercamiento a la creación y funcionalidad de los Grupos de Ayuda Mutua en relación a mujeres sobrevivientes de violencia intrafamiliar y de cómo estos grupos permiten el fortalecimiento del tejido social cercano de estas mujeres y contribuyen a desarrollar factores de resiliencia en ellas.

Un GAM esencialmente es “un espacio en el cual diversas personas que comparten un mismo problema o dificultad se reúnen para intentar superar o mejorar su situación” (Sampietro, pág. 3). Los GAM principalmente se conforman con personas que estén pasando una problemática similar, la homogenización del

¹La categoría de sobrevivientes de violencia intrafamiliar es acuñada en Chile y Argentina y también es usada por los Centro de Equidad y Justicia (2011). Esta denominación pretende no re victimizar a las mujeres que se han estado insertas en contextos de violencia, evitando así el uso del término víctima, sino más bien empoderándolas de los procesos que ellas usaron para salir de estas situaciones.

grupo es importante sobre todo en las problemáticas y edades. Esto permite que en el grupo la temática que se forme vaya en bases a la problemática y a partir de esta se generen aprendizajes de todas las personas que conforman el grupo.

1.1.4 Localización

El CEJ se encuentra ubicado en la zona de Carapungo, Vía Marianitas (Geovanny Calles) Oe 7225 PB4 y Quitus, barrio Churoloima, a dos cuadras del UVC (Unidad de vigilancia comunitaria), en la Provincia de Pichicha del Distrito Metropolitano de Quito.

1.2 Objetivo de la sistematización

La sistematización es entendida como una “interpretación crítica de una o varias experiencias que, [...], descubre o explicita la lógica del proceso vivida en ellas: los diversos factores que intervinieron, cómo se relacionaron entre sí y por qué lo hicieron de ese modo” (Jara, 2013).

Este proceso de sistematización de la experiencia es en base los conocimientos obtenidos durante el proceso y de este modo poder evidenciar tanto las dificultades como logros que se produjeron durante el trabajo realizado, así como su utilidad en futuras experiencias.

Por lo que al tener estos aspectos en cuenta se considera que el objetivo del presente trabajo consiste en:

- Estructurar la experiencia obtenida de la conformación del Grupo de Ayuda Mutua (G.A.M) realizado con mujeres sobrevivientes de violencia

intrafamiliar, identificando las fortalezas y debilidades del mismo para garantizar su efectividad en trabajos posteriores.

1.3 Eje de la sistematización

El eje de sistematización del presente proyecto se basa en la conformación del Grupo de Ayuda Mutua a partir de los factores terapéuticos de Yalom (2012) y las categorías que se establecieron como trabajo grupal a lo largo de las diez sesiones realizadas fueron:

- **Encuadre:** Mantenimiento de ciertas variables en constantes durante el proceso. (Maldonado, 2015).
- **Empatía:** Capacidad de sentir o percibir lo que otra persona sentiría si estuviera en la misma situación vivida. (Picardat, 1998, pág. 26)
- **Vínculo:** Manera particular en que un sujeto se conecta o relaciona con el otro o los otros, creando una estructura que es particular para cada caso y para cada momento. (Riviere, 2005, pág. 43)
- **Autonomía:** Es la condición, el estado o la capacidad de autogobierno o de cierto grado de independencia, siendo así la capacidad de una persona para poder actuar y obrar de manera independiente. (Diccionario de términos, 2015)
- **Estrategias de afrontamiento:** Es el “esfuerzo” cognitivo y conductual que debe realizar un individuo para manejar las demandas externas (ambientales) o internas (estado emocional) y que son evaluadas como algo que excede los recursos de la persona. (Martínez A. , 2008, pág. 58)

- **Contención:** Generar un espacio favorable que permita facilitar la elaboración y el desarrollo de las capacidades psíquicas para que los factores mentales puedan ser contrastados con la realidad y evidenciarse de una forma más saludable para la persona. (Tizón, 1996, pág. 17)
- **Roles:** Modelo organizado de conducta, relativo a una cierta posición del individuo en una red de interacciones ligado a expectativas propias y de los otros. (Cueto, 1985, pág. 23)
- **Factores terapéuticos:** Yalom (2012) establece a los factores terapéuticos como primordiales que aparecerán dentro del trabajo grupal evidenciando el cambio de los participantes. Para el autor estos no aparecen por separado, siempre vendrán en conjunto. Estos factores se presentarán en base al manejo que el terapeuta presenta para la coordinación del grupo. (Díaz, 2000, pág. 58)

1.4 Objeto de la sistematización

Se sistematizan las experiencias que se obtuvieron durante la conformación del G.A.M en base a las 10 sesiones, según las categorías que fueron tomadas para realizar el trabajo con las participantes, las cuales fueron: una primera sesión en donde se establecieron el encuadre del grupo, seguida de las siguientes sesiones donde se buscó desarrollar la empatía, los vínculos, la autonomía, las estrategias de afrontamiento, la contención, los roles y los factores terapéuticos. Las dos sesiones finales se centraron en que las mismas participantes autogestionaran el grupo de apoyo mutuo.

La conformación del grupo se hizo desde el mes de abril hasta el mes de julio del 2016 utilizando las instalaciones del Centro de Equidad y Justicia Calderón, como punto de reunión.

1.5 Metodología de la sistematización

La metodología base que se utiliza será cualitativa, la cual permitirá conocer la percepción del procesos de las participantes en la conformación del GAM y analizar el factor experiencial de cada integrante del grupo, las vivencias de cada una, permitiendo una recopilación de la información de la experiencia de los pros y contras de la formación del GAM con mujeres sobrevivientes de violencia intrafamiliar.

Para reconstruir la experiencia de conformación del G.A.M se utiliza dos herramientas las cuales sirvieron para recolectar la información del proceso: ficha de registro de la observación participante (Ver anexo 1) y análisis de los diarios de campo (Ver anexo 2). Posteriormente se emplea un análisis documental para hacer la sistematización de toda la información que ha sido recopilada.

Se entiende a observación participante como: “La descripción sistemática de eventos, comportamientos y artefactos en el escenario social elegido para ser estudiado" (Kawulich, 2005, pág. 2) . Esta se dio en el transcurso de las sesiones del GAM, donde los roles de los coordinadores variaron siendo uno el que dirige y otro el que observa y en casos ambos siendo observadores y coordinadores. Este elemento es importante debido a que nos permite obtener datos cualitativos de cada sesión realizada con las participantes.

Los diarios de campo, o registro de cada sesión, son una herramienta que permite reunir los datos generales de cada sesión tratada, las problemáticas que surgieron y los logros que se dieron, desde una visión un poco más general que la de la observación participante. “es el principal instrumento de registro de procesos de observación etnográfica porque esté va acompañado de un análisis con base en la cartografía social del contexto donde la acción, problema o estudio se desarrolla” (Martinez, 2007, pág. 76).

El análisis documental se trata en “extraer las ideas centrales de un documento con el fin de disponerlo para su recuperación mediante representaciones sintéticas, a través de la desestructuración semántica de un fragmento de discurso” (García, 1990, pág. 26). Con este análisis se buscó separar los fragmentos más importantes de las verbalizaciones de las participantes del GAM y ubicarlas dentro del análisis respectivo para la elaboración de la sistematización.

1.6 Preguntas clave

1.6.1 Preguntas de inicio

¿Cuál fue el inicio de este proyecto?, ¿Quiénes integraron el mismo?,
¿Cómo fue la integración y el involucramiento de las beneficiarias en el proyecto?,
¿Cuáles fueron los inconvenientes que aparecieron durante la formación del grupo?,
¿Se dio la colaboración de las instituciones cercanas para la elaboración del proyecto?

1.6.2 Preguntas interpretativas

¿Cómo fue generándose las relaciones entre las participantes del grupo?,
¿Qué actitudes surgieron desde las mujeres durante los trabajos por sesiones?,

¿Cómo reaccionaron las participantes frente a los temas tratados por sesiones?, ¿Surgieron solicitudes por parte de las participantes temas para trabajar en particular durante las sesiones?, ¿Pudieron evidenciarse aspectos favorables desde las categorías planteadas durante el trabajo grupal?

1.6.3 Preguntas de cierre

¿Cuál fue la reacción de las beneficiarias ante la situación de tener al grupo a su cargo?, ¿Qué consecuencias dejaría la formación del grupo dentro del trabajo del CEJ?, ¿Las participantes lograron adecuarse a los roles asignados durante el trabajo con el grupo?, ¿Las participantes manifestaron actitudes favorables en base a su trabajo autónomo futuro?

1.7 Organización y procesamiento de la información

Tabla 1.
Recolección de verbalización por categorías

Categoría	Indicador	Verbalización de la participantes
Encuadre	Normas establecidas por las integrantes del grupo.	“Cómo vamos a funcionar aquí porque no hay mucha gente, creo que es importante que haya más gente” (E.V) “A mí solo se me ocurre respeto porque qué otra cosa se podría tomar en cuenta en un trabajo de grupo” (C.F)
	Cumplimiento de los horarios del G.A.M.	“Pero ¿realmente se puede lograr este tipo de trabajos con personas que no conocemos?” (I.V) ¿Cuál será el objetivo de todo esto o nos va a servir estar aquí? (E.V)
	Cumplimiento de los objetivos propuestos.	“Una de las cosas más importantes que debemos tener en cuenta es la puntualidad, no vale estar llegando tarde porque se pierde lo que estamos trabajando”(I.V)
	Vinculación de las	“Creo que todo está bien” (E.V)

	mujeres con el espacio del G.A.M. “Es también importante el respeto por los demás, debemos sentirnos libres de compartir cualquier cosa sin que nos juzguen.”(E.V) “Es un poco difícil hablar porque no nos conocemos muy bien” (C.F) “No hay que ser chismosas, una regla importante es no decir ni chismosear afuera lo que se trate aquí, eso sería parte del respeto no cierto.” (C.F) “El respeto es lo más importante para poder mantener el grupo y que sobre todo haya confianza” (C.F)
Empatía	Construcción de mejores relaciones interpersonales entre las participantes del grupo. Capacidad de percibir el sentir de las demás mujeres en situaciones similares vividas. “A mí me cuesta un poco abrirme porque soy tímida, me da mucha vergüenza compartir mi vida” (E.V) "Perdón pero aún no siento tanta confianza" (I.V) "No me gusta hablar de mis problemas en un grupo tan grande que aún no conozco bien" (I.V) "Y si decimos algo y luego alguien habla con sus amigas de afuera" (C:F) "Primero debe existir confianza para poder entender a la otra persona" (E.V) “Muchas de nosotras tenemos historias diferentes que cuando las sentimos se hacen iguales. Como si hubiéramos sido la misma historia” (I.V) “Yo soy yo misma y me siento sola muchas veces pero me doy cuenta que no soy la única que esta así, lo bueno es no sentirse sola.” (E.V) “Todas estamos unidas por un mismo sentimiento, siempre es bueno saber que nos podemos apoyar en alguien que entiende lo que pasamos.” (C.F) “Creo que es importante que podamos entender a la otra para entendernos a nosotros mismos.” (I.V) “Si, hay que poder sentir lo que siente la otra persona para poder ayudarla también, ¿verdad?” (I.V) “Yo le escucho y siento como si estuviera viviendo mi vida, yo era igual no me sentía bonita para nadie y sentía que solo debía estar para ese hombre” (I.V).

Vínculo	Interdependencia en las participaciones.	“Y ¿<<nombre del terapeuta uno>> que opina?” (I.V) “¿Le parece que está bien lo que digo?” (C.F). “Siempre necesitaba que mi esposo me diga que debo hacer o como vestirme” (L.G) “A mi esposo siempre me seguía cuando salía, nunca me daba el dinero que ganaba y me pasaba controlando, era una mala mujer” (M.V) “Lo importante es lograr hacer las cosas juntas, la actividad o cualquier cosa” (E.V) “A parte de sentir lo mismo que las otras compañeras, a veces creo que es bueno saber que se puede contar con más personas porque esto es importante para nosotros que a veces nos sentimos tan solas” (E.V) “Yo siempre que vengo me siento aliviada, me desahogo porque no tengo con quien hacerlo.” (C.F). “Todas juntas lucharemos por salir adelante” (Frase grupal elaborada por el grupo)
Autonomía	Capacidad de autogobierno. Independencia	“Yo creo que escojo lo mismo que mi hermana, pienso similar a ella” (E.V) “Pero yo no creo que pienses lo mismo que yo porque somos personas diferentes” (I.V) “No yo pienso que mi hermana debe hacer las cosas solas” (I.V) “Siempre como que me ha costado tomar mis propias decisiones, mi esposo siempre me decía como me debo vestir o cuando salir, incluso que amigos tener” (M.V) “No me siento segura tratando de manejarlo sola, yo creo que necesitamos la ayuda de un profesional” (L.G) “Quiero esperar a las demás para ver que frases pueden decir para yo más o menos inspirarme” (C.F) “Ustedes siempre nos van a dirigir dentro del grupo ¿no cierto? Ustedes son los que saben, nosotras no vamos a poder hacerlo solas” (L.G) “Poder hacer mía una frase siempre ha sido difícil, no sabía que poder formar, casi nunca puedo realizar cosas que

		sienta siempre más pero fue algo interesante hacer esto y apropiarme de la frase como mía” (M.V) “Es interesante ver como de cada una salen frases diferentes y luego las podemos hacer una sola porque existe algo más que solo sentirse abandonada en un problema, hay otra gente que también comparte lo que sentimos.” (L.G)
Estrategias de afrontamiento	Recursos de la persona Demandas externas e internas	“Me doy cuenta como me sentía al comienzo, me veía y estaba mal....” (E.V) (Problemática) “... Ahora siento un cambio en mí, ya me arreglo y me veo con más sonrisa.” (E.V) (Cambio) “Anteriormente yo bajaba la cabeza, en mi caso nunca me levantó la mano, pero si me insultaba, me gritaba y yo solo bajaba la cabeza...” (E.V) (Problemática) “...hasta que me cansé y le plante bien fuerte la mirada, le devolví el insulto y hasta ahí llegó, siento que jamás se esperó eso.” (E.V) (Cambio) “Yo no sé a qué se refieren con esto, yo me siento débil y por esa razón vine aquí para tratar de encontrar un cambio en mi vida” (A.M) (Problemática) “Ya decidí no dejarme maltratar más, porque estoy cansada y nunca he dejado que ni en mi casa me peguen como para permitirlo a un hombre” (A.M) (Cambio) “Es difícil lograr ver desde una perspectiva de afrontar las cosas cuando lo que hemos pasado ha sido muy fuerte. Siempre queda algo ahí que no nos deja seguir por completo.” (C.F) “Nosotras somos fuertes y debemos saber que no debemos caer en la humillación, somos mujeres libres y así debemos actuar.” (A.M) “Al ser historias muy similares, siento que las formas en como hayamos podido afrontarlas pueden ser las mismas, y de hecho siento que mi historia tiene, mucho en común con la de la señora L, por eso quiero apoyarla.” (M.V) “Me doy cuenta como me sentía al comienzo, me veía y estaba mal. Ahora siento un cambio en mi, ya me arreglo y me veo con más sonrisa.” (E.V) “Lo que yo hice fue dejarle de creer en sus mentiras, demostrarle que ya no me podía manipular, estaba harta, cansada, y no le miré más a los ojos y le dije que se fuera.” (M.V)

		“Anteriormente yo bajaba la cabeza, en mi caso nunca me levantó la mano, pero si me insultaba, me gritaba y yo solo bajaba la cabeza, hasta que me cansé y le plante bien fuerte la mirada, le devolví el insulto y hasta ahí llegó, siento que jamás se esperó eso.” (E.V)
Contención	Apoyo grupal	“Siempre me ha parecido difícil tratar de consolar a una persona cuando llora, no sé si pueda hacerlo aquí, no me gusta ver a nadie llorar” (A.M) “Yo prefiero quedarme callada cuando veo a alguien triste porque no creo poder decir nada que ayude” (I.V) “Nosotras estamos aquí para estar juntas y compartir nuestras experiencias, es necesario que haya respeto si una de nosotras llora, saber que podemos con la otras para lo que sea es lo importante.” (I.V) “Como un día vimos, debemos entendernos para poder entender las demás y también respetarnos” (E.V) “Aquí estamos para poder ayudarnos, si alguien viene mal hay que respetarla y escucharla.” (C.F) “El respeto es lo más importante para poder ayudarnos” (A.M) “Yo siempre que salgo de aquí es como si me quitara un peso de encima.” (C.F). “Yo siento que lo importante como grupo es que sepamos como consolarnos entre nosotras, como saber actuar en caso de que alguna venga triste, porque en alguna de nosotras aun puede darse que venga pegada o llorando.” (L.G) “Desde lo que me dijiste la otra vez (dirigido a la señora I.V) siento que ya no estoy sola, ahora no me lamento por mi situación y sé que puedo encontrar un apoyo en otras personas.” (A.M) “Yo siento que tengo las capacidades necesarias para poder consolar a alguien, yo siempre soy la que consuela a mis amigas y me gusta hacerlo, me gusta ayudarlas en lo que necesiten.” (E.V)
Roles	División de tareas en el	“No entiendo, que papel podríamos desempeñar nosotras en el grupo, a la final creo que ustedes son los que lo manejan” (L.G)

grupo y coordinaci ón de actividade s		“No sé si podría manejar un grupo, si a veces no siento que en mi propia casa tengo un lugar” (E.V) “Yo considero que solo debemos ver a las indicadas para que manejen el grupo, y las demás hacemos lo que digan” (M.V) "Nos da miedo hacer las cosas solas" (M.V) “Cada una de nosotras tiene una función, así como el árbol tiene partes y son importantes, todas somos importantes y nos impulsamos solas y en grupo” (I.V) “Cada árbol tiene sus partes y todas esas tienen sus propias funciones, un árbol sin ramas no sería un árbol, a veces cuando nosotros, y digo en mi experiencia, hemos pasado por situaciones difíciles hemos quedado como arboles dañados y creo que en este grupo podemos florecer con la ayuda de todas.” (C.F) “Si y cada una de nosotras en este grupo formamos una parte importante para que podamos seguir unidas y por eso es importante estar unidas.” (E.V) “Por eso cada una de nosotros debe siempre estar clara en que de aquí no debe salir nada de lo que digamos, nada de chismes.” (M.V) “Como vimos haciendo el árbol, debemos cada una definir nuestros roles en el grupo, yo veo que tenemos una líder y ella es la que habla y nos hace caer en cuenta de algunas cosas, también debemos ser todas líderes en algún momento, pero unas somos más tímidas que otras” (L.G) “Yo siempre me he sentido que soy la que pone la voz, pero nunca me ha gustado eso de imponer ni ordenar a la gente, me siento capaz de interceder por el resto” (C.F) “Yo me di cuenta que siempre soy a la que mis amigas o familia acuden cuando les pasa algo, me di cuenta que soy de confianza, y esa es la razón por la que acuden a mí siempre, siento que también puedo hacerlo.” (A.M).
Factores terapéutic os	Universali dad, aprendizaj e	“Sentir que cada una pertenece a algo es importante para nosotros, aunque este no sea un grupo terapéutico, nos ayuda a apoyarnos entre nosotros y eso es lo importante” (C.F)

interperso nal.	“Cada una tiene un rol importante en este grupo, como vimos la anterior vez, para seguir debemos estar unidas como dice la compañera y aparte de eso tener claros nuestros roles.” (L.G) “Somos un grupo y eso es lo que nos une, debemos seguir luchando para estar juntas y poder ayudarnos.” (I.V)
--------------------	---

Nota: Elaborado por Bustamante J. y Valencia J, 2016.

1.8 Análisis de la información

En base a los datos recolectados mediante los métodos expuestos en el objeto de sistematización, se realiza la triangulación de la información y el análisis del contenido, en base a los datos obtenidos en los diarios de campo y las observaciones participantes, en donde se encuentran las verbalizaciones y comportamientos que se dieron a lo largo de cada sesión de las participantes del grupo. A partir de esto se forma un análisis crítico que permita crear nuevos conocimientos en el aprendizaje de la creación de GAM con mujeres sobrevivientes de violencia intrafamiliar.

El análisis de contenido según Berelson (1952), es una técnica de investigación que pretende ser sistemática en el estudio del contenido manifiesto de la comunicación. (López, 2002) Este nos permitirá dar mayor importancia a elementos que nacen en la misma. El enfoque cualitativo busca identificar el significado de la información que se ha sistematizado.

El estudio de la información se hará mediante el método cualitativo utilizando el análisis documental de los diarios de campo y la observación participante. Principalmente, lo que se usará para obtener los resultados de sistematización serán matrices en donde se examinará el discurso y las categorías que se encuentren en este.

A partir de este análisis se reunirá en un contexto interpretativo (cualitativo) todas las experiencias vividas en la conformación del GAM, esto nos permitirá obtener ideas relevantes de toda la información que se recolectó a lo largo del proyecto.

2. Experiencia de la sistematización

2.1 Justificación

El Centro de Equidad y Justicia Calderón inicia su funcionamiento desde el año 2003, siendo la principal función de la entidad realizar la difusión, sensibilización y la creación de la Red de Prevención y atención de la violencia intrafamiliar y maltrato infantil.

La coordinación de ese entonces elabora una planificación, partiendo de un *Diagnóstico de la situación social de la población de la Zona Administración de Calderón* (2003), para lo cual realiza acercamientos a las organizaciones comunitarias, establecimientos educativos y otras ONG (Organizaciones No Gubernamentales).

En base al diagnóstico realizado al inicio del proceso, se pudo evidenciar que una de las mayores demandas de la población era la presencia de espacios de encuentro, en el Centro de Equidad y Justicia, que puedan ayudar o estén direccionados a una funcionalidad terapéutica, lo cual también llegó a coincidir con el cierre temporal del área de Psicología desde finales del mes de noviembre de 2015 hasta la finalización del mes de julio 2016. La demanda de usuarias para el área de psicología era permanente, por lo que se abrió un espacio en donde las mujeres pudieran reunirse e implementar esos lugares de encuentro.

El proyecto estaba planeado como una forma de poder brindar un espacio de reunión, tomando como población a mujeres sobrevivientes de violencia

intrafamiliar al ser una de las mayores demandas que presenta el CEJ, ya que debido al cierre del área, los casos de violencia intrafamiliar eran remitidos al área legal, pero había la necesidad de ayuda psicológica.

Se puede tomar en cuenta la gravedad de la violencia intrafamiliar en base a los datos presentados por el INEC 6 de cada 10 mujeres han sufrido de violencia intrafamiliar, tomando en cuenta que del 90% de mujeres que han estado en un ambiente de violencia, el 54,9% no piensa separarse de su agresor, un 23,5% se separan pero solo por un tiempo mientras que el 11,9% tienen pensado separarse. (2011)

En esta misma encuesta se establece que el 76% de mujeres que ha llegado a sufrir algún tipo de violencia, ha sido por causa de su pareja o ex pareja, el 87,3% han experimentado violencia física, mientras que el 76,3% han experimentado violencia psicológica (INEC, 2011).

Debido a la condición de pasantes, no había la posibilidad de realizar procesos terapéuticos, sin la supervisión de un profesional, por lo que se optó por conformar un Grupo de Ayuda Mutua (G.A.M) con esta población.

El G.A.M es una pequeña reunión de personas.

En la cual sus miembros se reúnen de forma voluntaria y libre, movidos por la necesidad de dar respuesta o encontrar una solución a un problema compartido por todos ellos, de afrontar y superar una misma situación conflictiva, o de lograr cambios personales y/o sociales (Picardat, 1998, pág. 196).

En este sentido, no se está hablando de un espacio terapéutico, sino más bien de reunión y formación de vínculos entre mujeres que se encuentran atravesando un conflicto similar y que pueda darse por medio del diálogo un compartir de sus historias, para que puedan integrar en su situación y logren encontrar la salida desde la experiencia compartida por diversas integrantes. De este modo, se logra conformar una red de apoyo entre las mujeres constituyendo el GAM, dejándoles previamente todas las herramientas necesarias para que el mismo pueda ser manejado por ellas una vez que nuestro proceso haya terminado.

El objetivo general que se planteó en base al proyecto (2016, pág. 4) fue:

- Conformar el grupo de ayuda mutua (G.A.M) con mujeres sobrevivientes de violencia intrafamiliar, usuarias del Centro de Equidad y Justicia Calderón durante los meses de abril a septiembre del 2016.

Se tuvieron tres objetivos específicos:

- Identificar mujeres de entre 25 y 50 años que compartan historias en el marco de la violencia intrafamiliar y estén interesadas en apoyarse mutuamente.
- Construir vínculos que permitan a las mujeres participantes del G.A.M ampliar su red social.
- Facilitar las condiciones necesarias a las mujeres participantes del G.A.M para garantizar su permanencia en el grupo a partir del establecimiento de 3 reglas básicas: respeto, confidencialidad e inclusión.

2.2 Caracterización de los beneficiarios

El proyecto fue encaminado a mujeres sobrevivientes de violencia intrafamiliar, entendiéndose por violencia intrafamiliar según el artículo 155 del Código Orgánico Integral Penal como: “toda acción que consista en maltrato, físico, psicológico o sexual ejecutado por un miembro de la familia en contra de la mujer o demás integrantes del núcleo familiar” (2015).

La selección de las participantes del grupo fue en base a una entrevista realizada en donde se buscaba identificar la situación de las mujeres en cuanto su problemática, tratando de conformar con participantes que se encuentren aun viviendo dentro de este ambiente de violencia o ya haberlo superado, convirtiéndose de este modo en sobrevivientes. El objetivo de esto fue dar una mayor apertura en cuanto a las experiencias y que de este modo se pueda propiciar un espacio en donde las participantes pudieran enriquecerse a partir de sus propias historias de vida y generar las estrategias de afrontamiento necesarias para poder aplicarlas en su contexto cotidiano.

La capacidad del grupo era 12 mujeres, al final terminó siendo formado por 7 integrantes que se fueron sumando en el transcurso de las diferentes sesiones.

2.3 Interpretación

La interpretación será realizada tomando en cuenta el eje de sistematización de los factores terapéuticos considerando a estos como: “un intrincado intercambio de respuestas humanas. Las distinciones entre estos factores son arbitrarias; aunque los considero aisladamente, son interdependientes y ninguno sucede ni opera aisladamente” (Yalom, 2012, pág. 44). Desde este punto se ve la

importancia de los factores terapéuticos presentes dentro de un trabajo grupal, ya que serán por medio de estos como se llegue al cambio dentro de un trabajo grupal desde lo manifestado por Yalom (2012).

Por lo tanto se pretende identificar los factores terapéuticos que se presentaron durante el trabajo con las mujeres del GAM; al tener en cuenta las categorías propuestas para la conformación de grupo, las cuales fueron: encuadre, empatía, vínculos, autonomía, estrategias de afrontamiento, contención, roles y factores terapéuticos.

En base a la formación del grupo, en un inicio existieron complicaciones debido a la falta de colaboración de otras instituciones en los procesos de convocatoria a mujeres. Esto, como ya se ha manifestado con anterioridad, fue debido a la ausencia de un profesional en el área de psicología que se encargara de supervisar al GAM. El grupo se planteó en base a un trabajo de diez sesiones las cuales fueron diseñadas acorde a las categorías planteadas para la creación y conformación del GAM. (Ver Anexo 4)

2.3.1 Categoría encuadre

Durante la primera sesión se estableció el encuadre, entregándoles un muro simbólico, el cual era en un pliego de cartulina blanca que representaba un espacio en donde podían colocar sus pensamientos y sentimientos con respecto a cada encuentro, este muro se lo utilizó siempre a modo de cierre para que en él manifesten todas sus sensaciones y expectativas para las próximas sesiones.

En el mismo, también se plasmaron las reglas que ellas mismas establecieron durante la primera sesión, el encuadre. Por parte, de las participantes salieron una diversa cantidad de normas, entre las cuales se mencionó la puntualidad: “Una de las cosas más importantes que debemos tener en cuenta es la puntualidad” (I.V). Ellas establecieron esta primera norma basada en el respeto que se debe mantener en un grupo si se quiere que funcione.

En un primer momento, se manifestó una gran disconformidad y dudas acerca del funcionamiento del grupo y del futuro del mismo: “Cómo vamos a funcionar aquí porque no hay mucha gente, creo que es importante que haya más gente” (E.V); esto debido a la situación ya comentada por la que pasaba el CEJ. A partir de esto, en la primera sesión del encuadre, hubo esta queja acerca del funcionamiento del grupo, para esto se les comentó a las participantes que la convocatoria seguía abierta y que ellas también pueden invitar a mujeres que conozcan que hayan sufrido la problemática tratada.

Otra de las problemáticas manifestadas dentro del grupo en las primeras sesiones y sobre todo en la del encuadre fue la duda de saber si el grupo se podría mantenerse pese a que ninguna de ellas se conocía y si los objetivos del grupo podían ser posibles. “Pero ¿realmente se puede lograr este tipo de trabajos con personas que no conocemos?” (I.V), ¿Cuál será el objetivo de todo esto o nos va a servir estar aquí? (E.V). Si podemos sintetizar esta problemática en una palabra podría ser desconfianza, ya que se percibió este ambiente hacia los terapeutas como hacia las otras mujeres que estaban integrando en ese momento el grupo, esto fue temporal durante las tres primeras sesiones en las que con cada tema que se topaba se iba desmantelando más la desconfianza que existía entre las integrantes.

La importancia del muro fue el favorecimiento de la autoevaluación, ya que pudo evidenciar los cambios que se presentaban en las participantes durante el transcurso de las sesiones, en cuanto a lo que escribían en él durante los cierres. Mediante las frases que publicaban ellas se daban cuenta de cómo se sintieron en ese momento y que es lo que sienten ahora que la red de apoyo se encuentra formando, “Me doy cuenta como me sentía al comienzo, me veía y estaba mal. Ahora siento un cambio en mí, ya me arreglo y me veo con más sonrisa” (E.V).

A partir de este primer encuentro, se pudo vislumbrar que el encuadre en las participantes fue internalizado a manera de reglas que se deben cumplir para funcionar, esto se pudo comprobar desde la frase dicha por una de las participantes hasta por los comportamientos que se veían a lo largo de todas las sesiones.

Durante la primera sesión, se presentaron resistencias entre las participantes en base a su comunicación, las integrantes se encontraban nerviosas por lo que muchas veces nosotros tuvimos que tomar la iniciativa para que el diálogo se fomentara, había muchas frases monosilábicas de las participantes. “Creo que todo está bien” (E.V) afirmaban cuando salía una idea de una de ellas. Esto se debió a que era la primera sesión y aún se mostraban cautelosas de lo que decían. “Es un poco difícil hablar porque no nos conocemos muy bien” (C.F).

De todas las normas que fueron establecidas por ellas, las únicas que surgieron a modo de sugerencia de nuestra parte fueron las que se establecieron como parte del tercer objetivo específico: confidencialidad, respeto e inclusión.

La razón por la cual se consideró importante que estas tres normas fueran propuestas se centraron en la necesidad de proveer un espacio seguro y de confianza. Las participantes estuvieron de acuerdo con las mismas una de ellas manifestó: “No hay que ser chismosas, una regla importante es no decir ni chismosear afuera lo que se trate aquí, eso sería parte del respeto ¿no cierto?” (C.F).

El realizar un encuadre en donde las reglas salgan de las propias participantes fortalece a que lo propuesto se internalice en las participantes de una mejor manera. Este es un punto importante, ya que el encuadre, cuando se construye un grupo, puede estar definido por simples palabras como puntualidad, que en el fondo engloban reglas que ya están internalizadas en los sujetos. Como por ejemplo el respeto.

Sin un encuadre claro, el funcionamiento del grupo no habría podido darse de manera efectiva, por lo que retomarlo en cada sesión sirvió también para reforzar las reglas, el significado, la finalidad del grupo y los objetivos, que es lo que se buscaba con la conformación del GAM y las expectativas que habían por parte de las mujeres que ya formaban parte del mismo, actuando como una forma de recibir a futuros miembros que se unan.

Es importante tomar en cuenta que cada sesión tenía tres momentos, el encuadre, la actividad principal y el cierre. Otra de las ventajas de siempre tener al encuadre presente fue el volver a dar el significado del grupo, para las

integrantes antiguas, y para las integrantes nuevas darles a conocer el por qué del grupo y como es el funcionamiento.

El volver a rescatar el encuadre en las próximas sesiones era una forma de incentivar a las mujeres que ingresaban, demostrarles los avances que se habían logrado y brindarles la confianza necesaria para que puedan compartir juntas su experiencia y seguir fortaleciendo la red de apoyo.

2.3.2 Categoría empatía

Desde la primera sesión se pudo visualizar el desarrollo de esta categoría. Pese a que fue trabajada en la segunda sesión, la empatía fue fundamental en la formación del grupo, pues en un principio las mujeres que integraron el GAM no se conocían.

En la segunda sesión ingresó un miembro más, sumando en total cuatro mujeres. En esta se trabajó con la categoría de empatía, se pudo apreciar que la actividad planeada para el trabajo de ese día resultó pertinente, ya que dio la oportunidad de conocerse un poco más. También fue el primer momento en que comenzaron a compartir parte de sus historias y a generar actitudes de sostenimiento emocional entre ellas.

“A mí me cuesta un poco abrirme porque soy tímida, me da mucha vergüenza compartir mi vida” (E.V). "Perdón pero aún no siento tanta confianza" (I.V), los dos elementos que se encontraban en encrucijada y que parecieron en un inicio frenar el avance del grupo fueron: la desconfianza y la timidez. Como se visualiza en las frases presentadas por las integrantes del GAM.

En la segunda sesión el grupo aún no se encontraba consolidado al igual que las reglas expuestas en la sesión del encuadre. "No me gusta hablar de mis problemas en un grupo tan grande que aún no conozco bien" (I.V). "Y si decimos algo y luego alguien habla con sus amigas de afuera" (C.F). "Primero debe existir confianza para poder entender a la otra persona" (E.V). En este cúmulo de frases que surgieron en la sesión, existe un factor determinante que se trabajó en el grupo que fue: la desconfianza. Ya que las reglas de encuadre aún no habían sido internalizadas, sobre todo la del respeto y a su vez la desconfianza de compartir con las otras integrantes del grupo que eran percibidas como extrañas.

En la tercera sesión, el grupo se mostró más consolidado existiendo un diálogo más profundo, sin necesidad de que nosotros tomáramos la iniciativa a cada instante: "Muchas de nosotras tenemos historias diferentes que cuando las sentimos se hacen iguales. Como si hubiera sido la misma historia" (I.V). El sentirse como pares aumentó la posibilidad de que las integrantes del grupo puedan comenzar a hablar desde su experiencia: "Yo soy yo misma y me siento sola muchas veces pero me doy cuenta que no soy la única que esta así, lo bueno es no sentirse sola." (E.V). Esto se logró también con la confianza y el ambiente seguro que comenzó a generarse.

En las siguientes afirmaciones que se fueron dando a medida que el grupo se fue conociendo mejor y compartiendo los objetivos, se llegó a evidenciar como logro la construcción de un piso de confianza, menos miedo a exponerse ante las demás participantes. "Todas estamos unidas por un mismo sentimiento, siempre es bueno saber que nos podemos apoyar en alguien que entiende lo que pasamos"

(C.F). En las distintas sesiones el factor de la empatía, entendido como la capacidad de sentir las experiencias del otro como las de uno mismo, se forjó mucho más fuerte lo que dio como resultado una de las finalidades del grupo que es la ayuda mutua, ya que las integrantes comenzaron a sostenerse y a comprender que no están solas en las circunstancias que han pasado: “Creo que es importante que podamos entender a la otra para entendernos a nosotros mismos” (I.V).

A lo largo del trabajo grupal las participantes habían tomado el rol de contención esperado: “Si, hay que poder sentir lo que siente la otra persona para poder ayudarla también, ¿verdad?” (I.V) afirmó una integrante. Esto reflejó la internalización de esta categoría en cada una de ellas, posibilitando el sostenimiento del grupo desde la autogestión y no solo de nosotros como coordinadores.

La empatía como uno de los ejes fundamentales en la conformación y mantenimiento de un G.A.M. fue abordado en todo momento, hasta el final en donde fuimos solo observadores y pudimos dar cuenta, por el comportamiento de las mujeres, que se había lograda generar una red de apoyo entre ellas fundamentalmente sostenida en la empatía: “Yo le escucho y siento como si estuviera viviendo mi vida” (I.V). Al finalizar cada sesión, a partir de la cuarta, las integrantes se mostraban más tranquilas y el muro sirvió también como un espacio final de encuentro que fortalecía el carácter de la empatía.

2.3.3 Categoría: vínculo

En un principio se identificaron problemáticas relacionadas al vínculo notando que existían dependencias a lo largo de su historia de vida y esto se proyectaba en nosotros como figuras de autoridad. Una de las más claras

manifestaciones de esto eran las miradas que existían de las integrantes a nosotros como esperando una aprobación cuando decían algo. “Y ¿<<nombre del terapeuta uno>> que opina?” (I.V) “¿Le parece que está bien lo que digo?” (C.F). Frases como estás manifestaban su necesidad de aceptación sobre lo que ellas decían. Esto se visualizó a lo largo de las tres primeras sesiones, en las que también había momentos en que las participantes solo se enfocaban en contarnos las cosas que pensaban esperando que nosotros les confirmáramos que está bien lo que pensaban o decían.

Este vínculo dependiente se apreciaba, principalmente, en sus relaciones de pareja donde habían sido víctimas de violencia. “Siempre necesitaba que mi esposo me diga que debo hacer o como vestirme” (L.G). “A mi esposo siempre me seguía cuando salía, nunca me daba el dinero que ganaba y me pasaba controlando, era una mala mujer” (M.V). En este sentido, emergió también el problema de la falta de autonomía, que se trabajaría más adelante.

Durante la tercera sesión, se les pidió que construyeran frases en torno al vínculo con unas palabras que se les entregó, para después compartir las frases que ellas elaboraron y que juntas puedan organizar una frase que identifique al grupo. Lograron realizar la actividad conjuntamente, en medio de diversión y risas: “Todas juntas lucharemos por salir adelante”. Esta frase demuestra el compromiso que ellas tienen con respecto a su trabajo como apoyo dentro del grupo y como en base a los vínculos formados piensan cumplir con su objetivo establecido.

En las conclusiones que manifestaron al finalizar la actividad evidenciaron la importancia del trabajo de grupo: “Cuando nos entendemos y respetamos es mejor porque podemos hablar” (C.F). En base a este comentario realizado por una

de las participantes se puede evidenciar como encuentran al respeto como uno de los elementos fundamentales para poder realizar un trabajo más óptimo junto a un mayor entendimiento.

El vínculo definido por Riviere (2005), “es la manera particular en que un sujeto se conecta o relaciona con el otro o los otros, creando una estructura que es particular para cada caso y para cada momento”. Dado esto y la siguiente afirmación: “Aparte de sentir lo mismo que las otras compañeras, a veces creo que es bueno saber que se puede contar con más personas porque esto es importante para nosotros que a veces nos sentimos tan solas” (E.V); podemos dar cuenta que en el grupo, desde la sesión del trabajo enfocado en el vínculo, se pudo crear el mismo entre ellas y de una manera positiva, dando como resultado una mejor contención y sostenimiento del G.A.M.

El objetivo de la sesión era que las participantes logren conocer la conceptualización del vínculo desde una manera práctica para que se internalice en ellas. Lo que se pudo lograr con el trabajo conjunto de cada una de ellas, ya que a medida que avanzaron las sesiones se pudo notar que el vínculo, que en principio era casi nulo, se fue fortaleciendo y transformándose en un vínculo positivo entre todas las participantes. “Yo siempre que vengo me siento aliviada, me desahogo porque no tengo con quien hacerlo” (C.F). “Desde lo que me dijiste la otra vez (dirigido a la señora I.V) siento que ya no estoy sola, ahora no me lamento por mi situación y sé que puedo encontrar un apoyo en otras personas” (A.M).

El vínculo es una de las categorías que se debía trabajar a profundidad, ya que esto era lo que iba también a sostener el grupo a lo largo del tiempo. Por lo que en cada sesión a parte de las categorías que se trabajaron, el vínculo siempre

estuvo presente reforzado con la empatía, lo que permitió que la ayuda mutua se fortaleciera progresivamente.

2.3.4 Categoría: autonomía

Las problemáticas identificadas en torno a la autonomía, se visualiza en las siguientes afirmaciones de las participantes: “Yo creo que escojo lo mismo que mi hermana, pienso similar a ella” (E.V). “Quiero esperar a las demás para ver que frases pueden decir para yo más o menos inspirarme” (C.F). Esto caracterizó al grupo muchas veces, la dependencia que se mostraba de las integrantes provocaba que existan pausas largas entre discursos, ya que algunas de ellas esperaban que alguien que afirme lo que ellas pensaban.

Otro de los problemas existentes fue el miedo a no tener siempre un profesional que dirija el grupo. “No me siento segura tratando de manejarlo sola, yo creo que necesitamos la ayuda de un profesional” (L.G). “Ustedes siempre nos van a dirigir dentro del grupo ¿no cierto? Ustedes son los que saben, nosotras no vamos a poder hacerlo solas” (L.G). Esta situación se manifestó a lo largo de las sesiones, y tuvo una mayor fuerza en la sesión ocho, pero esta vez fue por la angustia de quedarse solas en el grupo, es ahí donde se tuvo que realizar un sesión compartida para bajar los niveles de angustia.

La mayor importancia en base al trabajo con la autonomía era que al finalizar nuestro proceso ellas pudieran continuar solas creando diferentes ideas para poder continuar por su propia cuenta con el trabajo del G.A.M.

A partir de la quinta sesión se evidenció un cambio, ellas subían solas al salón, se alistaban y una vez empezada la actividad nosotros les compartíamos las propuestas a realizar y después ellas comenzaban a intercambiar al respecto: “Poder hacer mía una frase siempre ha sido difícil, no sabía que poder formar, casi nunca puedo realizar cosas que sienta siempre más pero fue algo interesante hacer esto y apropiarme de la frase como mía” (M.V).

Cabe indicar que a partir de la cuarta sesión ya no esperaban una respuesta de nuestra parte, sino que entre ellas mismas conversaban sus propias experiencias, aunque esta situación fue evolucionando poco a poco debido a que aún consideraban la presencia de un terapeuta como importante dentro del GAM Finalmente comprendieron el verdadero objetivo de un Grupo de Ayuda Mutua y se sintieron capaces de manejarlo solas: “Es interesante ver como de cada una salen frases diferentes y luego las podemos hacer una sola porque existe algo más que solo sentirse abandonada en un problema, hay otra gente que también comparte lo que sentimos” (L.G).

2.3.5 Categoría: estrategias de afrontamiento

Durante la quinta sesión se buscó trabajar las estrategias de afrontamiento que las mujeres han ido desarrollando para enfrentar su situación, de este modo hablar de sus experiencias para que se pueda dar ese compartir vivencial y tengan la oportunidad de incorporarlo en su propia historia.

Al comienzo del trabajo con el G.A.M, se observaba como las mujeres no sentían la fuerza necesaria para poder evidenciar un cambio dentro de sus vidas, “Yo no sé a qué se refieren con esto, yo me siento débil y por esa razón vine aquí para tratar de encontrar un cambio en mi vida.” (A.M). Desde este punto se observa como no sentían tener el control sobre su situación para poder afrontar su entorno de violencia intrafamiliar, siendo esa su motivación para poder entrar al grupo de ayuda mutua, encontrar las estrategias necesarias que les permita seguir adelante, siendo esa la razón por la que se decidió trabajar el tema de estrategias de afrontamiento.

Posteriormente, la misma participante que comentó su debilidad ante su situación dijo ante el grupo: “Nosotras somos fuertes y debemos saber que no debemos caer en la humillación, somos mujeres libres y así debemos actuar.” (A.M). Por lo que a diferencia de lo que comentó en un inicio ella comenzó a tener una mayor fuerza ante su situación, así como a desarrollar una relación grupal en donde sentía la necesidad de trabajar junto a todas para poder obtener la fuerza necesaria para salir adelante.

Una de las mujeres había manifestado con anterioridad: “Muchas de nosotras tenemos historias diferentes que cuando las sentimos se hacen iguales. Como si hubiéramos sido la misma historia” (I.V), esta frase pudo relacionarse con algo que comentaron en esta sesión: “Al ser historias muy similares, siento que las formas en como hayamos podido afrontarlas pueden ser las mismas, y de hecho siento que mi historia tiene, mucho en común con la de la señora L, por eso quiero apoyarla” (M.V). Nuevamente se presenta tanto la identificación como la

universalidad, siendo estos dos factores terapéuticos muy comunes que aparecen en el trabajo de grupo (Díaz, 2000), así como la empatía dentro de las mujeres del G.A.M, ya que han llegado a establecer esa red de apoyo cumpliendo con uno de los objetivos establecidos del mismo. Ellas se han vinculado y relacionado para poder generar ese soporte que les permitirá poder afrontar su situación.

Algo importante que se dio durante esta sesión es que muchas mujeres que aún se encuentran dentro de un ambiente de violencia, demostraron haber desarrollado sus propias estrategias de afrontamiento sin haberse dado cuenta, una de ellas comentó: “Yo antes dejaba que me pisoteen y me daba miedo, ahora dejo todo ahí, ya no me interesa, eso ha hecho que cambien, mi casa ya no es un sufrimiento como antes” (C.F). En base a esto, manifestó que el cambio se dio desde la semana anterior después de haber estado en el G.A.M, por lo que se pudo apreciar un resultado positivo en base a este compartir de sus propias experiencias y las devoluciones hechas por sus compañeras.

En base a lo comentado por la señora C.F, se puede ver una relación con la definición propuesta de estrategias de afrontamiento: el “esfuerzo” cognitivo y conductual que debe realizar un individuo para manejar las demandas externas (ambientales) o internas (estado emocional) y que son evaluadas como algo que excede los recursos de la persona. (Martínez A. , 2008).

Hubo más mujeres que de igual manera manifestaron haber desarrollado habilidades para resolver los conflictos derivados de la situación de violencia intrafamiliar que vivían, de ahí salió lo siguiente: “Lo que yo hice fue dejarle de creer en sus mentiras, demostrarle que ya no me podía manipular, estaba harta, cansada, y no le miré más a los ojos y le dije que se fuera” (M.V).

Desde los diferentes relatos se evidencia como las mujeres expresan distintos tipos de estrategias para poder enfrentar sus situaciones de violencia, desde sus propios recursos, los que han desarrollado.

Este compartir permite que el resto pueda apropiarse desde la identificación, del mismo modo les evidencia cuales son las formas más adecuadas desde su propio vivenciar actuar ante dicha situación y desde un auto reconocimiento, saber si ellas han logrado elaborar sus propias estrategias de afrontamiento y saber cómo ponerlas en acción.

2.3.6 Categoría contención

La sesión seis fue la que más carga emocional mostró debido a que aquí se trabajó la contención, para poder evidenciar esta capacidad dentro del grupo y que entre ellas lograran manejar el contener a sus compañeras emocionalmente.

En un comienzo del trabajo con el G.A.M, las participantes eran muy reservadas en lo que se hablaba en el grupo, aproximadamente en la segunda sesión de la empatía, las participantes no supieron que decirse y les parecía completamente complicado el escucharse, mientras alguna compartía su historia y debido a la carga emocional que esta generaba soltaban unas lágrimas, se observaba que las demás no sabían cómo reaccionar, solo escuchando sin saber qué hacer. Esto seguramente se debía a que no se conocían y se les complicaba el compartir emociones entre ellas, de hecho una de las mujeres manifestó “Yo prefiero quedarme callada cuando veo a alguien triste porque no creo poder decir nada que ayude” (I.V), desde este punto se puede identificar problemas en como contener la carga emocional del resto de participantes, razón por la que se había visto preciso trabajar esta categoría dentro del trabajo del G.A.M.

Una de las mujeres había manifestado su descontento en cuanto a contener a las demás: “Siempre me ha parecido difícil tratar de consolar a una persona cuando llora, no sé si pueda hacerlo aquí, no me gusta ver a nadie llorar” (A.M), se trató de fortalecer esta capacidad en todas, pero en caso de verse este tipo de complicaciones se consideró que las participantes puedan evaluar sus propias capacidades y darse cuenta si son lo suficientemente capaces para afrontar un cierto rol dentro del grupo.

En la sexta sesión, la cual se trabajó la categoría de contención, se pudo evidenciar una compenetración mayor como grupo, incluso se dio el compartir entre dos mujeres en específico que al contar su historia una de las participantes le comentó: “Yo le escucho y siento como si estuviera viviendo mi vida, yo era igual no me sentía bonita para nadie y sentía que solo debía estar para ese hombre” (I.V). En esta situación también se hizo presente la identificación, así como la universalidad ya que, posteriormente, entre todas trataron de apoyar a esta participante brindándole las herramientas para poder buscarle una solución a su situación.

Uno de los inconvenientes en esta sesión es el conflicto entre los criterios que tenían, ya que mientras una de las participantes, la señora C.F creía que la forma de solucionar el problema era entre pareja y que “si se metió en eso pues debía encontrar la forma de salir del mismo”, mientras que otra de las señoras, la señora L.G, comentaba que ella vivió ya situaciones de violencia y ella decidió no dejarse más, por lo que empezó una pequeña discusión para saber si la única situación ante esto es un divorcio o no.

Debido a los factores terapéuticos como la universalidad y la identificación que ya se habían ido manifestando con anterioridad, ellas demostraron tener la capacidad necesaria para contener a sus compañeras. “Yo siento que lo importante como grupo es que sepamos como consolarnos entre nosotras, como saber actuar en caso de que alguna venga triste, porque en alguna de nosotras aún puede darse que venga pegada o llorando” (L.G). Las mujeres demostraron esa importancia en cuanto a saber contenerse, y saben que esta capacidad es sumamente importante dentro del trabajo de grupo que se encuentran realizando, ya que como ellas reconocen deben saber cómo sostenerse entre ellas debido a la situación en la que viven así como sentirse capaces de lograrlo.

A la contención la entendemos como: “generar un espacio favorable que permita facilitar la elaboración y el desarrollo de las capacidades psíquicas para que los factores mentales puedan ser contrastados con la realidad y evidenciarse de una forma más saludable para la persona” (Tizón, 1996, pág. 58). Por lo que desde este concepto, se puede evidenciar que dentro del grupo se formó un espacio de contención y ayuda mutua. Es por eso que se toma en cuenta nuevamente lo que mencionó una de las participantes: “Yo siempre que salgo de aquí es como si me quitara un peso de encima” (C.F), ya que se le permite tener un espacio catártico y al mismo tiempo de escucha y entendimiento, así como de sostenimiento emocional.

2.3.7 Categoría roles

Durante la séptima sesión se identificaron los roles, que las participantes consideraron desempeñar mejor.

Al comienzo aún se dio la existencia de confusión y ansiedad con respecto a cómo se va a trabajar sin un apoyo terapéutico: “No entiendo, que papel podríamos desempeñar nosotras en el grupo, a la final creo que ustedes son los que lo manejan” (L.G). Esto prueba que aun existían angustias con respecto a cómo trabajar por cuenta propia, y esta angustia se manifestó constantemente dentro de las sesiones anteriores con el G.A.M: "Nos da miedo hacer las cosas solas" (M.V). Este fue el motivo por el cual se decidió trabajar finalmente con los roles, para que pueda complementar todas las categorías trabajadas con anterioridad y de este modo que ellas adquieran las herramientas para poder manejar al G.A.M desde su propia cuenta.

Las señoras parecieron mostrar más claridad con respecto a este aspecto y se procedió a realizar la actividad en la cual se les pidió que dibujen los roles que desempeñan dentro de todos los espacios cotidianos y que puedan ubicar con qué rol se identifican.

Por medio de este trabajo se demostró que pueden combinar estos roles para poder desarrollar el proceso. Manifestaron el compromiso de continuar con el mismo y tuvieron diferentes iniciativas para seguir atrayendo a más miembros y poder mantenerlo una vez que, nuestro periodo haya concluido.

En un inicio había confusión, creyendo que el único rol que puede que se desempeña dentro del G.A.M era el de liderazgo: “Yo considero que solo debemos ver a las indicadas para que manejen el grupo, y las demás hacemos lo que digan” (M.V). Con ello, se exteriorizaba como problema porque podría generar una cierta inquietud con respecto a cómo se va a manejar el grupo y creyendo que la persona a cargo debía ser la única que intervenga por todas.

Ante esta situación, una de las señoras comentó “No sé si podría manejar un grupo, si a veces no siento que en mi propia casa tengo un lugar” (E.V), lo que se buscaba evidenciar es que en realidad no existe únicamente un solo rol en cuanto a liderazgo; sino que también existen diferentes roles que pueden ser desempeñados por las mujeres en función de las circunstancias y que lo importante es que puedan encontrar el más adecuado a su desempeño.

Posteriormente, la señora E.V logró identificar cuál es el rol más adecuado para ella, indicando que: “Yo siento que tengo las capacidades necesarias para poder consolar a alguien, yo siempre soy la que consuela a mis amigas y me gusta hacerlo, me gusta ayudarlas en lo que necesiten.” (E.V). De este modo, ella pudo encontrar el rol más apropiado en cuanto a sus mayores recursos, identificando que puede desempeñar un rol de contención sintiéndose cómoda con este tipo de situaciones.

“Yo siempre me he sentido que soy la que pone la voz, pero nunca me ha gustado eso de imponer ni ordenar a la gente, me siento capaz de interceder por el resto” (C.F). Otra integrante, decidió asumir el rol de liderazgo dentro del grupo, momento en el que se les devolvió que no significa que este líder sea el jefe o quien ordene, sino será la persona que se encargue de escuchar a todas las demás mujeres y pueda mantener la comunicación en casos especiales en donde el G.A.M no pueda reunirse por alguna razón.

Así como la señora E.V y la señora C.F, las demás integrantes se fueron dando cuenta de las diferentes capacidades en relación al trabajo de la sesión: “Yo me di cuenta que siempre soy a la que mis amigas o familia acuden cuando les pasa algo, me di cuenta que soy de confianza, y esa es la razón por la que acuden a mí siempre, siento que también puedo hacerlo” (A.M), por lo que desde este

comentario se puede evidenciar como van identificando el rol que cumplen dentro de sus relaciones sociales y se comprometen a ponerlo en práctica dentro del trabajo que se realizará en el G.A.M.

Al entender a un rol como un modelo organizado de conducta, relativo a una cierta posición del individuo en una red de interacciones ligado a expectativas propias y de los otros (Cueto, 1985), se puede visualizar como las participantes del G.A.M lograron identificar esa posición en base a su conducta dentro del grupo y con su actuar dentro de su vida cotidiana.

2.3.8 Categoría factores terapéuticos

En la octava sesión ingresó una mujer más, dando un total de siete y siendo esta la cantidad de participantes que permanecieron hasta nuestra salida del G.A.M. dos semanas después. Al identificar los factores terapéuticos, se les pidió que personalmente armaran un collage con todas las herramientas que han adquirido y sus aprendizajes, las imágenes se les proporcionaron desde nosotros y con lápices de colores adornen su trabajo como ellas gusten.

Aquí se demostró que sus dudas con respecto al funcionamiento del grupo estaban desapareciendo, además de manifestar la importancia que cada una siente dentro del grupo: “Sentir que cada una pertenece a algo es importante para nosotros, aunque este no sea un grupo terapéutico, nos ayuda a apoyarnos entre nosotros y eso es lo importante” (C.F). Desde este punto se evidencia que las mujeres ya van entendiendo cuál es la función del G.A.M y de cada una de ellas, así como de entender que deben actuar como una red de apoyo para afrontar sus problemas.

“Muchas de nosotras tenemos historias diferentes que cuando las sentimos se hacen iguales. Como si hubiéramos sido la misma historia” (I.V). En esta situación se puede evidenciar uno de los factores terapéuticos propuestos por Yalom, la universalidad que “se refiere al descubrimiento de que los demás comparten las preocupaciones de un individuo, lo cual constituye una poderosa fuente de apoyo” (Blatner, 2005, pág. 18).

Junto a la universalidad también se presentó identificación grupal, la cual “puede lograr una catarsis vicaria (terapia del espectador), que les permite iniciar el desarrollo de un cierto insight” (Díaz, 2000, pág. 35).

Por medio de esta identificación con las historias compartidas, así como esta preocupación de que las demás quieren escucharlas, se presentaron momentos catárticos que les permitió reafirmarse como grupo, y de este modo surgen factores terapéuticos que les da la pauta para poder afrontar sus problemas desde la red de apoyo que comienza a generarse dentro del mismo.

El compromiso de ellas para la continuación del grupo se veía más evidente así como la manifestación de las estrategias de afrontamiento. “Desde lo que me dijiste la otra vez (dirigido a la señora I.V) siento que ya no estoy sola, ahora no me lamento por mi situación y sé que puedo encontrar un apoyo en otras personas” (A.M). El apoyo que se empieza a manifestar entre ellas fue cobrando importancia al darse cuenta que pueden contar con el G.A.M en las situaciones que sientan su situación se vea más complicada, y que poco a poco van estableciendo una nueva red de apoyo en donde pueden sentirse escuchadas.

Dentro de esta sesión, posiblemente por tener la idea de que muy pronto las cosas se encaminarían más al trabajo de ellas y estarían a cargo de sí mismas,

demonstraron un mayor compromiso y unión ante su situación como grupo y demostraron que pueden adecuarse al espacio desde su propia iniciativa.

Al final se les informó nuevamente que la próxima sesión ellas tendrían que organizarla solas y que nosotros estaríamos en calidad de observadores. Esto causó de nuevo angustia entre las participantes: “Aún nos queda un tema pendiente después de esta sesión, es posible que nos puedan acompañar en la siguiente sesión” (M.V). Por esta sugerencia de una de las participantes que luego se transformó en una demanda grupal, se decidió realizar la novena sesión conjunta, es decir la mitad de la sesión guiada por nosotros y la otra mitad por las participantes, para que la angustia disminuyera.

2.3.9 Sesiones autónomas

En la novena sesión se trató un tema que salió de la demanda del grupo, la liberación femenina, este tema se trabajó en dos momentos en la sesión: la parte introductoria (caldeamiento) elaborada por nosotros y la segunda parte, la actividad final y el cierre dirigido por una de las participantes del grupo que fue designada por las mujeres integrantes.

En el transcurso de esta sesión se realizaron dos actividades, dirigidas a definir los roles del hombre y de la mujer en la sociedad por medio de dibujos que representen los mismos y definir los roles que ellas sienten que cumplen en su entorno. A partir de esto, se generó un debate sobre lo que es lo femenino y el papel de la mujer en la sociedad: “Una mujer no es solo mujer porque es madre o porque se pone falda” (C.F). Este intercambio fue dirigido por una de las mujeres del grupo que fue designada como coordinadora de ese día. El cierre fue de igual

manera realizado por ella, en donde se llegaron a conclusiones de lo que es ser mujer y cuáles son los roles que cumplen en la sociedad.

En la última sesión el tema que trabajaron fue la mujer y su papel en el hogar, realizaron una dramatización sobre lo que se hace y a partir de eso que es lo que ellas sentían que debe cambiar, en el cierre conversaron sobre sus casos personales: “Una mujer no es solamente mujer porque se queda en la casa, somos también emprendedoras y podemos tener nuestro propio trabajo” (M.V). Esta frase salió en base a la dramatización que realizaron, ya que pudieron evidenciar que una mujer no es necesariamente del hogar y que tiene la fuerza suficiente para salir adelante sola y que puede ser emprendedora y acceder a un espacio laboral de manera autónoma.

En esta sesión al final, se realizó el cierre de la labor y se aclaró que espacio creado pertenecía a ellas, que era su espacio en donde se podían seguir reuniendo, la psicóloga del CEJ también intervino.

2.4 Principales logros del aprendizaje

Al realizar el proyecto se pudo evidenciar la importancia, que tiene para una mujer que se encuentra viviendo dentro de un ambiente de violencia, la formación de un espacio de apoyo en donde se le permita ser escuchada. Ellas sentían que habían encontrado un lugar apropiado para manifestar todo lo que sienten y que no pueden hacerlo en otros contextos y contaban su experiencia sin verse juzgadas ni victimizadas.

Uno de los aprendizajes más importantes fue el modo en cómo manejar grupos, especialmente como poder involucrarse dentro de un espacio conformado por mujeres que se encuentran o han encontrado en un ambiente de vulnerabilidad

y como tratar de generar confianza en ellas. Así también viene el hecho de cómo debe ser el actuar para poder mantener el interés de las mismas dentro del grupo. La conformación de un grupo es un trabajo constante porque la responsabilidad de los coordinadores recae también en qué tipo de estrategias debe utilizar para evitar que el interés en el mismo se pierda, así mismo viene el hecho de garantizar la permanencia de las participantes evitando que lleguen a sentirse atacadas, sino siempre dándoles un espacio de confianza.

De este modo, también se pudo evidenciar la importancia del establecimiento de un encuadre al inicio para que puedan respetar este espacio y saber que al ser de ellas deben cumplir con las normas establecidas para que puedan darse de manera apropiada todos los factores necesarios de funcionamiento grupal.

Desde los conocimientos de psicología clínica, se pudo comprender los procesos de vinculación que se dan dentro del grupo, el modo en como las personas logran fortalecer la capacidad empática y llegan a identificarse con el relato del resto; siendo esta catarsis lo que consideran que muchas veces es importante dentro de su estado de ánimo. Además el hecho de hacerles evidentes aspectos que ellas no reconocían de sí mismas y como logran de algún modo incorporar esto a su historia para poder buscar y encontrar un avance a su situación.

Se considera que el trabajo desde los factores terapéuticos de Yalom (2012) fue fundamental ya que permitió generar herramientas para las mujeres sobrevivientes de violencia.

Al reflexionar acerca de los elementos que se cambiarían se podría plantear la promoción de la participación de las mujeres, es decir, permitirles que ellas aporten con ideas de cómo les gustaría el trabajo o que les gustaría hacer desde su propia iniciativa, esto para evitar que ellas sientan la necesidad de una figura terapéutica que les guíe y darles la oportunidad de generar su autonomía como grupo desde un inicio.

El producto principal que generó el proyecto fue en sí el Grupo de Ayuda Mutua, el brindar a las mujeres un espacio en el Centro de Equidad y Justicia Calderón en donde les permita sentirse acogidas y especialmente una ayuda también para el propio CEJ, ya que este permite que su trabajo para la comunidad sea aún más evidenciado y por lo tanto darles la apertura a que se conozca aún más la labor que se está haciendo dentro de la institución, así como el indicar que ese ambiente es parte de la comunidad.

De los tres objetivos específicos planteados, el único que no pudo ser logrado fue: Identificar mujeres de entre 25 y 50 años que compartan historias en el marco. Esto debido a que hubo dos participantes que no se encontraban dentro del rango de edad solicitado para ser parte del G.A.M. Estas dos mujeres fueron A.M que tenía menos de 25 años y E.V que pasaba los 50.

Las razones por las que se incluyeron a las dos mujeres sin evidenciar el rango de edad fue que ambas se encontraban atravesando una situación de violencia complicada, en la entrevista mostraron adaptabilidad y por lo tanto no se consideró adecuado dejarlas fuera del Grupo de Ayuda Mutua. Por otro lado, se encontraba la situación por la que se atravesaba en el CEJ por la falta de usuarias y en caso de no incluirlas no se hubiera alcanzado con una cantidad óptima de participantes dentro del G.A.M.

En base a los dos objetivos restantes: Construir vínculos que permitan a las mujeres participantes del G.A.M ampliar su red social y facilitar las condiciones necesarias a las mujeres participantes del G.A.M para garantizar su permanencia en el grupo a partir del establecimiento de 3 reglas básicas: respeto, confidencialidad e inclusión, se puede decir que si fueron alcanzados satisfactoriamente, esto en base a que se logró ampliar su red social debido a los vínculos que se formaron entre ellas que al terminar con el proceso se pudo apreciar que realmente había llegado a ser conformado. Por otro lado, se les pudo aportar con las herramientas apropiadas y se generó desde un inicio en respetar las tres reglas básicas establecidas.

El mayor riesgo encontrado durante la ejecución del proyecto fue la ausencia temprana de participantes, lo que hubiera impedido la formación del grupo y ante tal situación la no realización de proyecto. Esto por las razones ya explicadas en relación al cierre del área de psicología.

Uno de los elementos de riesgo que se evidenció durante la realización del proyecto fue la reacción posible de las mujeres ante la demanda constante de una

ayuda terapéutica del grupo, ya que desde el CEJ se trató de utilizar al G.A.M como una respuesta terapéutica ante la falta del área de psicología, razón por la cual las mujeres creían que el grupo era de carácter terapéutico.

La situación de riesgo recaía en el hacerles entender constantemente que el grupo no es terapéutico y por lo tanto no era necesario la presencia de un terapeuta y que nosotros nos encontrábamos dándoles las herramientas para que puedan manejar al G.A.M por su propia cuenta, situación en la que ellas solían responder con descontento indicando que solas no lo iban a lograr y que requerían de un psicólogo obligatoriamente.

Otro riesgo incurría en la posible deserción de las participantes debido a que ya no consideraban al mismo como “una ayuda”, sin comprender completamente cual era el objetivo del mismo y que lo que se buscaba era la formación de la red de apoyo.

Ante tal situación se les detalló varias veces en qué consiste el grupo y que era una ganancia para ellas, porque al trabajar dentro del CEJ podrían llegar a tener dos espacios, uno personal en donde podrían tener apoyo psicológico una vez se incorpore y también el espacio del G.A.M en donde podrían generar la red de apoyo.

La situación pudo ser manejada y las mujeres finalmente reconocieron el espacio y comprendieron que no era necesaria la presencia terapéutica, por lo que

formaron estrategias para mantener al grupo desde sus propias capacidades que habían adquirido durante todo este proceso.

La innovación con respecto al grupo viene con el hecho de brindar una perspectiva diferente a las usuarias, en donde puedan evidenciarse su autonomía y que ellas pueden llegar a tener la capacidad de formar su propia red de apoyo. También que en caso de no tener una ayuda profesional por cualquiera que sea su razón, pueden encontrar una solución y poder llegar a encontrar una pequeña solución ante su situación de violencia.

El grupo permitió la oportunidad de brindar a las mujeres un espacio catártico en donde pueden compartir su historia, en muchas ocasiones ellas llegan con toda la carga emocional y en el G.A.M pudieron encontrar un espacio en donde poder liberar todas esas emociones que tenían guardadas, así como compartir parte de su historia dándoles la oportunidad de ser escuchadas.

Conclusiones y recomendaciones

La conformación de un Grupo de Ayuda Mutua con mujeres sobrevivientes de violencia intrafamiliar aporta herramientas a las participantes y les provee de un espacio seguro en donde se puede formar un red de apoyo y contención; al mismo tiempo que permite la generación de redes vinculares fortaleciendo los vínculos positivos e incrementando sus fortalezas individuales.

La generación de vínculos dentro un grupo de ayuda mutua, cuando las integrantes no han tenido una oportunidad anterior de conocerse, se vuelve en un trabajo de cada sesión, ya que esta categoría será una de las que logre sostener el grupo a largo plazo.

El establecimiento del grupo de ayuda mutua y el mantenimiento del mismo favoreció el desarrollo de una red de apoyo entre las participantes permitiendo la catarsis en las integrantes del grupo.

Al crear un G.A.M se debe fortalecer la empatía y el vínculo ya que estos permiten que los miembros se conozcan y logren un mejor desenvolvimiento y posterior mantenimiento del grupo.

Partiendo de la experiencia vivida se realza la importancia de generar actividades que promuevan la creación y fortalecimiento de relaciones positivas, así como también de la capacidad de comprender a los otros desde sus propias perspectivas, ya que esto a largo plazo posibilita el mantenimiento de este tipo de grupo.

La autonomía es un aspecto esencial para el abordaje de problemáticas con mujeres sobrevivientes de violencia intrafamiliar, ya que se encuentra como factor común la dependencia.

Los aspectos que deben ser tomados en cuenta para futuras intervenciones son:

Se sugiere plantear, para futuras ocasiones, ocho sesiones de trabajo dirigido por los practicantes, dos sesiones de trabajo conjunto, integrantes y practicantes y dos sesiones en donde los practicantes solo sean observadores, esto para disminuir la angustia que causa el que las participantes dirían el grupo solas.

Se recomienda realizar una convocatoria por más tiempo si existen problemas en la institución, como el cierre de algún área, ya que esto dificulta el alcance de la convocatoria y por ende disminuye las posibilidades de que el grupo pueda ser grande.

Se evidencia dificultad entre los horarios de las participantes debido a distintas labores de su vida personal, esto provoca que se den desfases en la hora de llegada y primeros conflictos y molestias por parte de integrantes que están en el grupo puntuales.

El tamaño del grupo fue proporcional al apoyo de la convocatoria que se tuvo por parte de las instituciones, para próximas ocasiones se recomienda tener un respaldo de un profesional en la institución para que la convocatoria y el número de integrantes pueda ser un poco mayor.

Referencias

- Blatner, A. (2005). *Bases del psicodrama* . México: Pax México .
- COIP. (2015). *COIP*. Quito: CEP.
- Cueto, A. d. (1985). *El interjuego de roles*. Argentina.
- Díaz, I. (2000). *Bases de la Terapia de Grupo*. México : Pax México .
- Diccionario de términos. (s/f de s/f de 2015). Obtenido de <http://www.significados.com/autonomia/>
- García, A. (1990). *Estructura lingüística de la documentación: teoría y método*. Murcia : II. Título .
- Gonzalez, J. d. (1999). *Psicoterapia de grupos*. México: Moderna.
- Guarderas, P. (2011). *Actualización metodológica del área de violencia intrafamiliar*. Quito.
- INEC. (Diciembre de 2011). *Encuesta Nacional de Relaciones Familiares y Violencia de Género Contra las Mujeres*. Obtenido de <http://www.ecuadorencifras.gob.ec/violencia-de-genero/>
- Jara, O. (08 de 2013). *Orientaciones teórico-prácticas para la sistematización de experiencias*. Obtenido de http://www.bibliotecavirtual.info/wp-content/uploads/2013/08/Orientaciones_teorico-practicas_para_sistematizar_experiencias.pdf
- Kawulich, B. (2005). *La observación participante como método de recolección de datos*. Obtenido de <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0114-fqs0502430>.
- López, F. (2002). El análisis de contenido como metodo de investigación. *Revista de educación de la Universidad de Huelva*, 167 - 179.
- Maldonado, J. (2015). *Instituto Salamanca*. Recuperado el 5 de 8 de 2016, de <https://institutosalamanca.com/encuadre-psicologico/>
- Martin, D. (2 de 2 de 2014). *REME*.
- Martínez, A. (2008). *Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de afrontamiento*. España: Clínica Neuropsicológica mayor.
- Martínez, A. (s.f.). *Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de afrontamiento*. España: Clínica Neuropsicológica mayor.
- Picardat, S. R. (1998). *GRUPOS DE AYUDA MUTUA*. España.
- Rivera, J. y. (2005). *Grupos de ayuda mutua y asociaciones relacionadas con la salud* . Tamaulipas : Cotacyt.
- Riviere, P. (2005). *Teoría del vínculo*. Barcelona: Nueva Visión.

- Salamanca, I. d. (2014). Recuperado el 20 de 7 de 2016, de <https://institutosalamanca.com/encuadre-psicologico/>
- Sampietro, H. (2002). *Manual de grupos de ayuda mutua*. Barcelona.
- Sampietro, H. (s.f.). *Documento Guía para la Constitución y Gestión de Grupos de Ayuda Mutua*. Barcelona: Activament.
- Tizón, J. (1996). *Componentes psicológicos de la práctica médica*. Barcelona: Biblária SCLL.
- Yalom, I. (2012). *Psicoterapia existencial y terapia de grupo*. Barcelona: Paidós.

Anexos

Anexo 1.

Matriz de observación

Número de sesión	Tema	Número de participantes	Observaciones
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

2.5 Anexo 2

Matriz de diagrama diarios de campo

Número de sesión	Tema	Objetivo	Actividad	Diálogos	Conclusiones
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					

Anexo 3.

Carta de consentimiento informado

Consentimiento Informado para Participantes de G.A.M

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a las participantes una clara explicación del trabajo a realizarse.

El trabajo es supervisado por la Msc. Yaima Aguila Ribalta, de la Universidad Politécnica Salesiana.

La participación en el grupo es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de lo académico.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del grupo en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma.

Desde ya le agradecemos su participación.

Acepto participar voluntariamente en este grupo, conducido por BUSTAMANTE ALVAREZ JORGE LUIS y VALENCIA BERNAL JUAN JOSÉ He sido informada de que la meta de este trabajo es LA CONFORMACIÓN DE UN GRUPO DE AYUDA MUTUA (G.A.M) CON MUJERES SOBREVIVIENTES DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de este trabajo es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de lo académico. He sido informada que puedo hacer preguntas sobre el grupo en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada.

Nombre de la Participante
Participante

Firma del

Fecha:

Anexo 4.

Modelo de sesiones semanales

Sesión No:

Día:

Fecha:

Hora:

Conductores responsables:

Objetivo de la sesión:

Tema de la sesión:

ETAPA-FASE	TIEMPO	OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDAD	TÉCNICA	RECURSO	RESPONSABLE	INDICADORES