



***Licenciatura en Psicología***

***Trabajo Final de Graduación***



***“Taller psicoeducativo para hombres que ejercen violencia a sus parejas”***

***Nieva, Carolina Etel.***

**2018**

**ÍNDICE**

## RESUMEN

Este proyecto de aplicación profesional psicológica surge a partir de un diagnóstico realizado en Casa El Aljibe, ubicada en la ciudad de Córdoba Capital.

Para llevarlo a cabo, se efectuaron entrevistas a los profesionales, y un focusgroup con mujeres que asisten a la institución, con el objetivo de identificar una problemática a los fines de producir un cambio necesario en la institución. A través del análisis descriptivo se pudo constatar que un punto fuerte de emergencia actual en la institución es: “la ausencia de una terapia que privilegie y permita trabajar la participación de los hombres con la problemática de violencia en la pareja”.

Es por esto que en el presente trabajo, se planteó como fundamental la idea de brindar un espacio para la realización de actividades estructuradas, con el objetivo de desarrollar a través de las mismas un programa de intervención que les provea herramientas necesarias abocado a la disminución de la conducta violenta sobre su pareja y de esta manera puedan acceder a una mejora en su calidad de vida. Para tales fines, se incorporarán técnicas que reflejen un abordaje cognitivo - conductual de la temática a tratar, de manera grupal e individual.

**Palabras claves:** programa de intervención- hombres- violencia de hacia la pareja- abordaje cognitivo y conductual.

# CAPÍTULO 1: INTRODUCCIÓN

## ***“VIOLENCIA DE GÉNERO, UN PROBLEMA DE LOS HOMBRES QUE PADECEN LAS MUJERES”***

### **1.1 Introducción**

En base a una perspectiva terapéutica, existe un interés creciente por el tratamiento psicológico de los agresores, sobre todo en un medio comunitario. En la actualidad, han surgido algunos programas específicos de intervención con este tipo de agresores con resultados claramente esperanzadores.

La violencia, en este trabajo se concibe, como una conducta aprendida, y por ende susceptibles de ser modificadas. Esta idea es la que está presente en el transfondo de este trabajo.

En el presente trabajo de graduación se aborda la Violencia de Género desde la perspectiva del hombre que ejerce violencia hacia su pareja. El tema surgió luego de haber realizado una aproximación a CASA EL ALJIBE que es un espacio de Promoción Socio-Educativo-Laboral, abierto a la comunidad, en Barrio Observatorio, ciudad de Córdoba.

En la primera parte de la investigación se dan a conocer la evidencia internacional y local sobre la efectividad de los programas de tratamiento de hombres que ejercen violencia. Luego se abordan los fundamentos teóricos, concepto de violencia, tipología del hombre violento, ciclo de la violencia, las principales teorías que han buscado explicar la etiología a la violencia ejercida en el contexto intrafamiliar.

Asimismo, se abordan los enfoques específicos de intervención aportado por distintos autores dentro del enfoque cognitivo-conductual.

En la segunda parte de la investigación, se expone la metodología, análisis y los principales resultados del estudio relevamiento dentro de la institución CASA EL ALJIBE.

Por último se llega a conformar el programa de intervención con hombres que ejercen violencia, destinado a la reestructuración conductual, cognitiva y afectiva del hombre violento. Con el objetivo de brindar una oportunidad hacia el cambio verdadero, logrando la toma de conciencia de sus comportamientos agresivos y su forma abusiva de relacionarse, brindándole herramienta para mejorar sus habilidades relacionales, con el propósito de disminuir los comportamientos de violencia.

Otro objetivo de este plan es lograr interrumpir la cadena intergeneracional hacia los hijos. Se considera que los programas de intervención con hombres que ejercen violencia a sus parejas son una de las posibles medidas para combatir la violencia de género, mejorar la seguridad, el bienestar de las mujeres y de sus hijos.

Para abordar dicha intervención con hombres que ejercen violencia a sus parejas se desarrollará bajo la modalidad de "Taller". Avalando didácticamente el concepto de "taller" se puede determinar que el mismo se genera desde el momento en que un grupo ya tiene una formación, entonces se propone mejorarla y se organiza para lograrlo de manera sistematizada. Desde hace algunos años la práctica ha perfeccionado el concepto de taller extendiéndolo a la educación, y la idea de ser "un lugar dónde se trabaja, se elabora y se transforma algo para ser utilizado". Ander-Egg (1999).

## **1.2 Antecedentes**

- **ARGENTINOS**

LOCAL:

Centro de Atención Integral para varones.

Existe en la ciudad de Córdoba Capital, un Centro de Atención Integral para varones en situación de violencia, que funcionará bajo la órbita de la Secretaría de Lucha contra la Violencia a la Mujer y Trata de Personas que depende del Ministerio de Justicia con la participación del Ministerio de Salud de la provincia. Este espacio está destinado al trabajo y atención a hombres en situación de violencia con su vínculo de pareja. La mayoría de los usuarios llegan por derivación judicial, aunque, en menor medida, participan voluntarios que reconocen el problema. Al momento de ingreso se realiza una evaluación interdisciplinaria inicial con los siguientes objetivos: Evaluar eventuales situaciones de violencia a futuro contra la mujer; detectar patologías psiquiátricas asociadas a la conducta violenta para derivación y tratamiento; y para determinar la fase del sujeto frente al conflicto lo que definirá el abordaje prestacional de la institución. Con el primer contacto, los especialistas deciden si el caso da para terapia de grupo (58 reuniones en las que se abordan temas como el manejo de la ira, la economía familiar, sexualidad, etc.), o si necesita otro tipo de asistencia psiquiátrica o por adicciones. Se trabaja en grupos (motivacionales o de reflexión) con el objetivo de generar un cambio cognitivo, conductual, corporal y emocional en los varones. Se trabaja con herramientas grupales diferenciadas. En general, los usuarios son varones de entre 30 y 45 años, con estudios secundarios incompletos y con empleo en oficios. La mitad son afiliados a alguna obra social. Sin embargo, también se atienden personas de entre 18 y 65 años de toda clase social. Se asegura que la reincidencia de los hombres que realizan el tratamiento es baja. Prácticamente no han recibido notificaciones de nuevas denuncias contra los varones que pasaron por terapia en ese lugar. Se considera que mejorando la salud del violento, para que modifique su conducta y para que pueda construir o mejorar sus vínculos humanos, profesionales y familiares, con una acción que se base en la tolerancia y en el respeto mutuo, se protege a la mujer y a sus hijos; es decir, el beneficio es para todas y todos". Las reuniones son semanales, con una duración de tres horas. A los grupos asisten alrededor de 20 personas. En la actualidad hay 14 grupos en funcionamiento.

## NACIONAL:

### Abordajes psicosocioeducativos.

En Argentina, el trabajo con hombres agresores comienza en la década de los 80, formado por organizaciones no gubernamentales. La primera experiencia se da en un hospital público, en el año 1991, en el Hospital Psiquiátrico Alvear de la ciudad Autónoma de Buenos Aires.

Para el año 2000 había más de diez organizaciones, en diferentes localidades, involucradas en esta temática, trabajando en equipos interdisciplinario, con dispositivos similares. Por lo que se decide fundar, en noviembre de 2011, una Red de Equipos de Trabajo y Estudio en Masculinidades (RETEM). Esta red de profesionales organizaba encuentros de intercambio profesional para unificar dispositivos de trabajo y crear un modelo de intervención con hombres que ejercen violencia hacia sus parejas.

En estos programas se trabaja desde un modelo integral multidimensional, basándose en cuatro paradigmas de trabajo: el cognitivismo, el conductismo, el psicodinámico-psicoanalítico y el interaccional-sistémico. Se utiliza este abordaje ya que se entiende a la violencia como una conducta aprendida, naturalizada, lo cual es necesario desarmar estos estereotipos, rasgos y patrones de conducta masculina, como ejercicio de poder.

Se trabaja con hombres que son derivados judicialmente o convocados por motus propio. El tratamiento es de forma grupal entre 10-15 hombres, en dos horas de trabajo, una vez por semana.

Los objetivos a alcanzar en dicho programa son: la responsabilización de los varones por sus conductas violentas; la prevención de la violencia física a través de la puesta en práctica de técnicas específicas; el aprendizaje de la resolución de conflictos interpersonales de manera no violenta; aprendizaje de la comunicación asertiva; cuestionar y reflexionar estereotipos de género base de la conducta violenta; reparar heridas emocionales producto del maltrato infantil o por haber sido testigo de violencia.

- **INTERNACIONALES**

(ESPAÑA) ECHEBURRUA

En España, uno de los programas más importantes de intervención sobre la violencia familiar en el contexto comunitario es el desarrollado por Echeburúa y su equipo. Este programa de tratamiento se puso en marcha en 1997 debido a que los autores detectaron la necesidad de tratar a los hombres que ejercen violencia doméstica además de intervenir con las propias víctimas.

Recoge aspectos psicopatológicos y utiliza técnicas terapéuticas muy diversas. Se comienza con 15 a 20 sesiones a lo largo de 4 meses. Las reuniones son semanales. El objetivo del tratamiento es que el agresor controle el comportamiento violento al margen de la posible reconciliación conyugal. El marco de tratamiento es individual cognitivo-conductual intercalado con sesiones grupales. Hay tratamiento psicofarmacológico de control de conducta violenta, a modo de apoyo complementario. El tratamiento es prolongado a un término de 1 a 2 años. Las sesiones grupales las puede dirigir un terapeuta. Es

finalidad del programa que haya una decisión propia del agresor por querer cambiar y que no sea sólo la presión legal.

Entre los temas tratados incluye: manejo de la ira, técnicas de relajamiento, programa de bebida controlada, reestructuración cognitiva para sesgos como celos patológicos, entrenamiento de solución de problemas, educación sobre la sexualidad en la pareja, manejo de déficits de autoestima, etc. Con estas terapias la tasa de éxito ha sido de un 81% de los casos tratados, que se ha reducido al 69% en el seguimiento de tres meses. Los abandonos prematuros afectan al 50% de los sujetos (Echeburúa y Fernández-Montalvo, 1997).

### **1.3 Objetivos**

*“Donde hay amor no existe el deseo de poder y donde predomina el poder el amor brilla por su ausencia. Uno es la sombra del otro...”.*

Carl G. Jung

#### **Objetivos generales:**

- Diseñar un proyecto de aplicación psicológica abocado a la disminución de la conducta violenta en hombres que ejercen violencia sobre su pareja.

#### **Objetivos específicos:**

- Propiciar el desarrollo de estrategias que permitan favorecer la construcción de vínculos saludables.
- Promover el desarrollo de competencias adaptativas.
- Facilitar la adquisición de hábitos y estilo de conductas no violentas.
- Reflexionar sobre los derechos de terceros.
- Responsabilizar y aprender conductas basadas en la igualdad y el respeto
- Aumentar las capacidades de comunicación entre los miembros de la familia para mejorar las relaciones afectivas y la calidad de vida
- Prevenir la violencia doméstica intergeneracional.

## CAPÍTULO 2: MARCO TEÓRICO

*“La encontró en el bulín y en otros  
brazos...  
le dijo al gavilán: "Puede rajarse;  
el hombre no es culpable en estos  
casos."  
Y luego, besuqueándole la frente,  
con gran tranquilidad, amablemente,  
le fajó treinta y cuatro puñaladas”.*

*Edmundo Rivero*

### **2.1 Ley de Violencia Familiar N° 9.283**

Esta ley fue creada en la Provincia de Córdoba en el año 2006 cuyo objetivos principales es la prevención, detección temprana, atención, derivación eficaz y erradicación de la violencia familiar, definiendo en tres niveles el marco preventivo de protección, como así mismo los procedimientos judiciales para lograr tal cometido. Lo que quiere la ley es tratar de evitar desactivar y superar las causas del maltrato, atreves de tratamientos médicos y psicológicos adecuados.

Esta ley define a la violencia familiar como “...toda acción, omisión o abuso dirigido a dominar, someter, controlar o agredir la integridad física, psíquica, moral, psicoemocional, sexual y/o la libertad de una persona en el ámbito familiar, aunque esa actitud no configure delito...”.

En tanto, agrega una definición específica de la violencia hacia las mujeres por cuestiones de género, como aquella que es ejercida por un integrante del grupo familiar, independientemente del espacio físico donde ésta ocurra, que dañe la dignidad, el bienestar, la integridad física, psicológica, sexual, económica o

patrimonial, la libertad, comprendiendo la libertad reproductiva y el derecho al pleno desarrollo de las mujeres.

De allí obtenemos las definiciones “Grupo familiar” como aquel “surgido del matrimonio, de uniones convivenciales o de relaciones afectivas, sean convivientes o no, persista o haya cesado el vínculo, comprendiendo ascendientes, descendientes y colaterales y afines.” Siendo necesario referir que la ley nacional en análisis entiende por grupo familiar el originado en el parentesco sea por consanguinidad o por afinidad, el matrimonio, las uniones de hecho y las parejas o noviazgos. Incluye las relaciones vigentes o finalizadas no siendo requisito la convivencia. Es también nuestra legislación local la que fija como objetivo “...la prevención, detección temprana, atención y erradicación de la violencia familiar...”

La ley recepta los siguientes supuestos de violencia:

### **2.1.1 Física**

Configurada por todo acto de agresión en el que se utilice cualquier parte del cuerpo, algún objeto, arma, sustancia o elemento para sujetar, inmovilizar o causar daño a la integridad física de otra persona, encaminado hacia su sometimiento o control, y la que se emplea contra el cuerpo produciendo dolor, daño o riesgo de producirlo y cualquier otra forma de maltrato o agresión que afecte la integridad física.

**Psicológica o emocional**, la que causa daño emocional y disminución de la autoestima o perjudica y perturba el pleno desarrollo personal o que busca degradar o controlar acciones, comportamientos, creencias y decisiones mediante amenaza, acoso, hostigamiento, restricción, humillación, deshonor, descrédito, manipulación o aislamiento. Incluye también la culpabilización, vigilancia constante, exigencia de obediencia o sumisión, coerción verbal, persecución, insulto, indiferencia, abandono, celos excesivos, chantaje, ridiculización, explotación y limitación del derecho de circulación o cualquier otro medio que cause perjuicio a su salud psicológica y a la autodeterminación.

**Sexual**, definida como la conducta consistente en actos u omisiones que infrinjan burla y humillación de la sexualidad, induzcan a la realización de prácticas sexuales no deseadas y actitudes dirigidas a ejercer control, manipulación o dominio sobre otra persona. Además, cualquier acción que implique la vulneración en todas sus formas, con o sin acceso genital, del derecho de decidir voluntariamente acerca de la vida sexual o reproductiva propia a través de amenazas, coerción, uso de la fuerza o intimidación, incluyendo la violación dentro del matrimonio o de otras relaciones vinculares o de parentesco, exista o no convivencia, así como la prostitución forzada, explotación, esclavitud, acoso, abuso sexual y trata, respecto de los cuales la Ley “...sólo surte efectos en el ámbito asistencial y preventivo...”

**Económica**, aquella dirigida a ocasionar un menoscabo en los recursos económicos o patrimoniales, a través de la perturbación de la posesión, tenencia o propiedad de los bienes; la pérdida, sustracción, destrucción, retención o distracción indebida de objetos, instrumentos de trabajo, documentos personales, bienes, valores y derechos patrimoniales; la limitación de los recursos económicos destinados a satisfacer las necesidades o privación de los medios indispensables para vivir una vida digna o la limitación o control de los ingresos de la persona en situación de violencia.

## 2.2 Tipos de golpeadores

Los actos de violencia ejercidos por los golpeadores cíclicos tienen un carácter privado y repetitivo. Parecen tener una doble personalidad: se comportan de una manera cuando están en su hogar con su pareja, y de otra muy distinta cuando están en público.

Dutton (2012) afirma que los golpeadores “suelen ser amistosos con los hombres y poco propensos a enfadarse con ellos.

El agresor cree que puede actuar con mayor impunidad siempre q la violencia tenga lugar a puertas cerradas. Su furor se concentra en la mujer con la que esta emocionalmente ligado. Esa mujer se convierte en un pararrayos para todas las tormentas emocionales en su vida”

Esos hombres son violentos solo dentro de los límites de la relación, y el maltrato se repite cualquiera que sea la conducta de la mujer: ruegos, halagos, argumentos. ( pag. 41)

Los golpeadores suelen insultar, humillar y avergonzar a sus víctimas, con el propósito de debilitar su autoestima y volverlas más manejables. El maltrato tanto físico como emocional se basa en la necesidad de dominar y controlar.

Dutton sugiere la existencia de tres tipos de agresores:

1- Agresores psicopáticos: este tipo de hombres no sienten remordimiento. Son incapaces de imaginar el temor o el sufrimiento que experimenta otra persona, o las terribles consecuencias del maltrato. Este tipo de personas se resisten a analizar problemas del pasado, tienen proyectos poco realistas y sus reacciones emocionales son superficiales.

Los psicópatas no ejercen solo violencia contra sus esposas sino también hacia otras personas. Este tipo de agresor nunca mira hacia atrás, nunca aprenden de sus pasados errores por ende es improbable que mejoren.

2- Agresores hipercontrolados: estos hombres parecen distanciados de sus sentimientos, muestran un perfil de evitación y agresión pasiva. Su ira es la acumulación progresiva de frustración ante acontecimientos externos, irrumpe en forma violenta después de incubarlo por un largo periodo. Este tipo de hombres presentan un alto índice en los puntajes de los test psicológicos en un factor de agresividad llamado dominación/aislamiento que incluye conductas como la de exigir la observancia estricta de los roles sexuales, también impide que la esposa cuente con recursos económicos propios.

3- Agresores cíclicos/emocionalmente inestables: este tipo de hombres reaccionan violentamente al sentirse abandonados o bien absorbidos. Otra característica es la distancia emocional (tratando de alejar y controlar lo que se teme).Experimentan una mezcla de sentimientos entre los que se incluye la ira y los celos. Siempre se presentan malhumorados, irritables, celosos, cambiantes.

Estos hombres necesitan avergonzar y humillar a otro para suprimir su propia vergüenza y humillación.

## 2.3 Ciclos de la violencia

A continuación se desarrollaran las fases por las que atraviesa la pareja en situación de vinculación violenta.

Fue Leonore Walker quien desarrollo la teoría de que en las parejas que mantienen un vínculo violento, es posible observar que los ciclos que se repiten.,

Primera fase o “Acumulación de tensiones”: la inseguridad y la desconfianza pueden producir sucesivos episodios de celos y reclamos continuos, se expresan descalificaciones que llevan a un roce permanente, provocando tensiones, acompañado de un incremento de hostilidad y enojo por parte de quien jugara luego el rol de victimario.

Dutton (2012) afirma que “en esta etapa el temor y el sentimiento de indefensión se intensifican tras la fachada del mal humor y preocupación. Su temor a desintegrarse esta acompañado por un incremento de sensaciones penosas conocida como *excitación aversiva*: se trata de un estado de molesta excitación, el individuo esta tenso, agitado, frenético, no puede relajarse ni estar quieto.

Se siente dominado como por una fuerza interior, daría cualquier cosa por librarse de su malestar si supiera que es lo que le sucede”.(pag.61)

Quien ocupa el rol de victima también ha acumulado tensión que ahora reprime tratando de apaciguar, negar, omitir el propio enojo y el de su pareja.

Esta última puede reprimir su ira hacia él, desviándolo contra si misma o en otras personas que se encuentran en situación de vulnerabilidad como son los hijos.

Generalmente las conductas violentas por parte del hombre son fortalecidas por ambos atreves de justificaciones y explicaciones.

Para Dutton, cuando están en esta etapa, los golpeadores pasan una y otra vez la “cinta grabada de prostituta”, se obsesionan con esta pauta mental de inculpación, hostilidad y reproches fantaseados. A menudo son pensamientos que giran en torno a la infidelidad sexual y los celos. Al agresor lo aterroriza la idea de que su mujer lo abandone, ya que necesita desesperadamente de ella para definirse a sí mismo. Esos hombres controlan el uso el uso del tiempo y del espacio que hacen sus mujeres y conciben sospechas ante cualquier contacto de éstas con otros hombres. Consideran que todos los hombres ven a sus esposas como objetos sexuales deseables. Las ocasiones en que la mujer corre mayor riesgo son cuando se separa, cuando busca refugio y cuando queda embarazada. El marido teme que el bebé lo desplace en el afecto de su esposa.

Segunda fase o “Episodio agudo de explosión violenta”: toda tensión y enojo que venía acumulándose y reteniéndose, en la primera fase, por ambos, va aumentando gradualmente, para dar lugar a una descarga de violencia, odio, ira incontrolada, por parte del victimario que puede ir incrementándose en el tiempo, desde un pellizco hasta quemaduras, abuso sexual y hasta el homicidio en muchos casos.

Frente a este momento la víctima se asusta, se siente impotente y en desventaja, dejando atrás su propio enojo contenido, para terminar proyectándolo en el otro con más fuerza y ubicarse definitivamente en dicho rol. En el momento de descarga e ira por parte del victimario, la relación se encuentra en desigualdad de condiciones, con uno en la cima y el otro por debajo, es por este motivo que la víctima necesita igualarse o equipararse y es

en este momento en que la víctima puede realizar la denuncia, esta acción se lleva a cabo luego de llegar a varios episodios de violencia, los cuales cada vez se tornan más riesgosos.

Siguiendo a Dutton D. , el agresor cae en un estado alterado, disociativo, en el que su

mente parece estar separada de su cuerpo. No tiene ninguna compasión por el dolor de su víctima, la acción física le resulta incluso placentera, ya que es una forma de descarga . El proceso se potencia a sí mismo, determinando que los golpes sean cada vez más rápidos y fuertes.

La agresión prosigue hasta que el arma está descargada o rota, o el agresor está exhausto. La predisposición a sentir celos morbosos es el rasgo de personalidad más sobresaliente de los hombres que han matado a sus parejas. El pensamiento que ronda constantemente al homicida es: "No puede dejarme; yo le enseñaré" o "Si no puedo tenerla, nadie la tendrá". En este estado, el victimario cavila constantemente sobre la mala voluntad de su mujer. Cuando por fin explota, su rabia es incontrolable. Quiere aniquilar a su víctima, y como mínimo la aterrorizará y humillará. (p. 67)

Tercera fase o" Luna de miel": el agresor se arrepiente de lo que ha hecho, necesita ser absuelto por su víctima y ubicándose en un lugar de inferioridad respecto a esta le otorga el poder de perdonarlo, prometiéndole nunca mas incurrir en semejante acto.

En este momento puede ser que la víctima tome la decisión de retirar la denuncia previa, y tiene la ilusión de que su partenaire cambie de actitud.

Pero al poco tiempo la pareja necesita volver con sus rutinas, salir, trabajar y todo lo relacionado con situaciones cotidianas, lo que implica una separación que es vivida como atemorizante y amenazante para la relación. Esta situación amenaza con perder la simbiosis lograda, el amor y la seguridad. Surgen así nuevamente conflictos donde el agresor necesita recuperar su poder y posición; volviendo la acumulación de tensiones y repitiéndose nuevamente el ciclo.

Esta etapa con el tiempo van siendo más cortas hasta ir desapareciendo.

Siguiendo a Dutton D. (2012) en esta etapa se presentan mecanismos de defensa que van desde la negación de lo ocurrido hasta las tentativas de expiación y las promesas de cambiar. Como los alcohólicos que no han hecho frente a su adicción, esos hombres incurren en negación y minimizan la gravedad y frecuencia de sus actos violentos, así como su responsabilidad al respecto. Visita a la víctima en el hospital, le lleva flores, obsequios y tarjetas, y le pide perdón. A menudo el golpeador cíclico procura que otras personas (incluido a sus hijos) intercedan por él. Trata de suscitar el sentimiento de culpa de su esposa diciéndole que es su única esperanza, que sin ella quedará destruido. Las amenazas de suicidio son comunes en esta etapa y algunas son sinceras. Mientras tanto, el hombre se abandona a merced de su mujer. Otorgándole temporalmente todo el poder. Él despierta su optimismo y sus sentimientos maternos. Ella cobra aguda conciencia de la vulnerabilidad de su marido, de su desesperación, su soledad, de su carencia de contactos íntimos significativos. Ambos tratan de convencerse a sí mismos y convencer al otro de que pueden luchar contra el mundo, de que su "amor" triunfará. El hombre tal vez ruegue a su esposa que piense en su carrera, en la familia. La convence de que debe retirar la acusación y decir a sus amigas que la causa del ojo morado fue un accidente. No obstante, esta fase no dura para siempre. Concluye cuando el hombre vuelve a sentirse ansioso y vulnerable, y el

próximo episodio de violencia comienza a delinearse. Por otro lado, “la simiente psicológica del maltrato se siembra en una época muy temprana de la vida, incluso durante la primera infancia.

El desarrollo de la personalidad violenta es un proceso gradual que dura años. Las principales fuentes son: *la humillación, especialmente a manos del padre; el apego inseguro a la madre y la experiencia directa del maltrato en el hogar*. Ningún factor basta por sí solo para crear la personalidad violenta; esos elementos deben existir simultáneamente para que se desarrolle dicha personalidad. Creando un potencial para la violencia que es configurado y refinado por experiencias posteriores, pero que surge en una edad temprana”(p 68).

## 2.4 Factores que inciden en la aparición de la violencia

Se entiende a la violencia familiar como un síntoma complejo y multidimensional, que se construye a partir de diferentes factores, tanto macro comomicrosociales, que a la vez se cruzan entre sí. Se supone que ningún factor puede explicar por si solo la temática de la Violencia Familiar. Existen ciertos factores macrosociales, vinculados con variables socio culturales, relacionados entre sí, que han contribuido al sostenimiento de las relaciones de poder y facilitan la aparición de los comportamientos violentos.

Por ejemplo, “las tradiciones religiosas, culturales e históricas permitían el castigo y los malos tratos hacia la esposa, incluso se los prescribía. Los castigos corporales, aplicados a la mujer eran aprobados en virtud de que el hombre ejercía el derecho de autoridad y propiedad sobre su mujer.”(p59, Cohen Imach,2013).

Siguiendo la autora, se coincide que las tradiciones culturales que centran el poder en el hombre, teniendo este la capacidad de llevar el dominio y derecho de propiedad sobre las mujeres, han permitido e instalado una “tolerancia cultural” hacia la violencia contra las mujeres, percibiéndolas como naturalizadas.

Otro factor de riesgo, en relación a lo *económico* es el *desempleo*, el cual puede ser un

factor desencadenante de la violencia familiar, el cual puede aparejar conflictos familiares, baja autoestima, seguridad y frustración en los hombres que lo padecen, generando tensión, ansiedad, inestabilidad y agresividad.

En cuanto a *la familia* es esta la encargada de transmitir pautas, valores, ideales, tradiciones de la cultura en la que se halla inmersa. Hay corrientes de pensamientos que sostienen que la violencia es aprendida por imitación del adulto por parte del hijo y que esto se transmite culturalmente a las generaciones posteriores.

Bandura(1973)entiende la conducta violenta a partir de los principios del aprendizaje social. Considera que una conducta se aprende cuando el modelo es recompensado por el grupo. Por lo tanto, las tasas más altas de violencia se dan en ambientes donde predominan los modelos agresivos y la violencia es positivamente valorada.

En cuanto a los mandatos que la cultura impone se destaca que en este sentido los varones van definiendo su rol, su género, su masculinidad. Así es como se van introduciendo el rol de género. Las mujeres van aprendiendo roles que tienen que ver con lo que culturalmente se considera como femenino, mientras que los varones aprenden un rol masculino: por ejemplo, no expresar emociones ya que se consideran típicas del rol femenino como ser la tristeza, la sensibilidad, la vulnerabilidad.

Este proceso de división de roles colabora a que se resalten marcadamente algunos aspectos de la personalidad y se repriman otros aspectos en una misma persona.

Siguiendo a Duje y Zarate (2010) el tipo de relaciones violentas llevan a acentuar aún más las características de uno y de otro, haciéndose más intensas y determinando de modo rígido los roles que ocupara cada uno en la relación de pareja. Se parte de la idea de que a la hora de relacionarse los sujetos buscan personas que los complementen, que representen las polaridades oscuras de cada uno, es decir que una mujer se puede ver atraída por un hombre por su fortaleza, firmeza y autoridad quizás no es consciente que esas cualidades que ella admira son negadas o no han sido desarrolladas.

## **2.5 Abordaje cognitivo conductual**

La terapia cognitivo conductual es un término genérico que se refiere a las terapias que incorporan tanto intervenciones conductuales (intentos directos de disminuir las conductas y emociones disfuncionales modificando el comportamiento) como intervenciones cognitivas (intentos directos de disminuir las conductas y emociones disfuncionales modificando las evaluaciones y los patrones de pensamiento del individuo). Ambos tipos de intervenciones se basan en la suposición de que un aprendizaje anterior está produciendo actualmente conductas desadaptativas. El propósito de la terapia consiste en reducir el malestar o la conducta no deseada desaprendiendo lo aprendido o proporcionando experiencias nuevas, más adaptativas (Brewin, 1996).

Las terapias cognitivo conductuales comparten algunos supuestos, por ejemplo, mantienen que los individuos responden a las representaciones cognitivas de los acontecimientos ambientales en vez de los acontecimientos mismos y que el aprendizaje está mediado cognitivamente. Así mismo, la modificación de las cogniciones puede cambiar las emociones y la conducta y algunas formas de cognición pueden registrarse y evaluarse.

La posición cognitivo conductual plantea que la cognición se entiende mejor en términos de estructuras cognitivas (la organización interna de información, memoria a corto y largo plazo, almacenamiento sensorial, etc.), de contenido cognitivo (el contenido real que se almacena, conocimiento semántico, información generada internamente, creencias almacenadas, etc.), de procesos cognitivos (la manera de funcionamiento del sistema para recibir, almacenar y transformar y gobernar la salida de información, atención, elaboración cognitiva, codificación, recuperación, etc.), y de los productos cognitivos (resultados de la manipulación del sistema cognitivo, atribuciones, imágenes,

creencias a las que se ha accedido, decisiones, pensamientos, etc.) (Caro, 2006).

Las estructuras y el contenido cognitivo suelen denominarse conjuntamente esquemas. Las deficiencias cognitivas y las distorsiones cognitivas sirven para explicar el funcionamiento desadaptativo del individuo.

Los seres humanos somos seres racionales que podemos procesar la información que recibimos del mundo exterior y a la cual accedemos cuando ponemos en marcha nuestros procesos de conocimiento. Tenemos la capacidad de conocer de forma precisa y correcta. Así, el conocimiento que vamos adquiriendo es válido y verdadero cuando represente adecuadamente la realidad.

El proceso terapéutico de las terapias cognitivas más clásicas, como Beck o Ellis están basados sobre esa idea. Los pacientes ponen en marcha procesos erróneos, distorsionados de pensamiento, que los llevan a un conocimiento no válido. Terapeuta y paciente trabajan activamente para encontrar dichas representaciones equivocadas de la realidad de manera que con las técnicas terapéuticas el paciente logre tener pensamientos más válidos, más ajustados a la realidad, mejorando sus procesos de conocimiento (Caro, 2006).

En la actualidad, la terapia cognitiva se caracteriza por los siguientes rasgos: diversidad, variedad, amplio rango de aplicación y eficacia. Los problemas de los seres humanos se entienden como conflictos de conocimiento y significado. Los terapeutas trabajan con los supuestos, premisas y actitudes de los seres humanos y con la repercusión de lo cognitivo en su bienestar.

Las terapias cognitivas darán diversas respuestas al problema del significado y a los mecanismos necesarios de cambio. Por ejemplo, y de forma muy esquemática, mientras que para Ellis la meta está en desarrollar una filosofía más racional de vida, para Beck está en cambiar el procesamiento distorsionado de información.

El modelo cognitivo conductual en psicoterapia, en sus inicios se pudo sintetizar con uno de sus conceptos básicos: la mediación cognitiva. Este concepto afirmaba que la respuesta, sea emocional o conductual ante los estímulos no dependía exclusivamente estímulo, sino en gran parte de la evaluación del estímulo, de lo que la persona pensaba e interpretaba del mismo. Como ejemplo podemos citar que las personas no se deprimen por el abandono de su pareja, o por el no haber aprobado un examen, sino por lo que se dicen a sí mismos sobre eso, por lo que piensan sobre esa situación y sobre sí mismos en relación a sus objetivos y deseos, y por la visión que creen causar en los otros y en el mundo (Obst, 2008).

### **2.5.1 Terapia Racional Emotiva Conductual (T.R.E.C) de Albert Ellis**

Desde este modelo, se supone que los trastornos emocionales derivan de cómo las personas interpretan (B) los hechos (A) y que esta interpretación media el efecto (C) que estos hechos producirán en la persona. El autor propone que esta interpretación puede darse a partir de un sistema de creencias flexibles y relativistas (racional) o a partir de un sistema de creencias inflexible y absolutista (irracional). El sentido de la terapia tiene como fin

sustituir creencias irracionales por otras más racionales , no imperativas, no absolutistas.

Sintética y gráficamente Ellis resumió su teoría en lo que denominó el **"ABC"**:

"A" ("ActivatingEvent ") representa el acontecimiento activador. Puede ser una situación, un acontecimiento externo o un suceso interno (pensamiento, imagen, fantasía, conducta, sensación, emoción, etc.). Este acontecimiento es interpretado por el sujeto.

"B" ("BeliefSystem") representa en principio al sistema de creencias que el sujeto tiene sobre el acontecimiento. Puede considerarse que incluye todo el contenido del sistema cognitivo: pensamientos, recuerdos, imágenes, supuestos, inferencias, actitudes, atribuciones, normas, valores, esquemas, filosofía de vida, etc.

"C" ("Consequence") representa la consecuencia o reacción ante "A". Las "C" pueden ser de tipo emotivo (emociones), cognitivo (pensamientos) o conductual (acciones).

Para Ellis, el foco principal de trabajo está en las creencias (B). El objetivo terapéutico esta dado por la identificación de las creencias irracionales y su sustitución por pensamientos racionales, que desemboca en bienestar individual y social.

La terapia racional emotiva se maneja a través de los siguientes principios fundamentales (Obst, 2008):

1) El pensamiento es el principal determinante de las emociones humanas:

Ellis caracteriza a la violencia como una perturbación emocional, producto de sentimientos y emociones con pocos elementos sensoriales inmediatos y primados por el pensamiento. Estas personas emocionalmente perturbadas requieren del profesional para modificar su manera de interpretar los hechos y las creencias sobre el mundo, es decir que requieren una modificación del pensamiento.

2) El pensamiento disfuncional es la principal causa del malestar emocional:

Ellis considera al ser humano capaz de modificar su conducta mediante el desarrollo de habilidades cognitivas que permitan manejar con mayor eficacia las experiencias de la vida. La terapia racional de Ellis pretende que las personas desistan de aquellos comportamientos autodestructivos o que lastiman a los otros.

3) Debido a que sentimos en función de lo que pensamos, para acabar con un problema emocional, tenemos que empezar haciendo un análisis de nuestros pensamientos:

Las emociones tratan de estados como la tristeza, enfado, remordimiento, ira, culpa. En el caso de la violencia podemos pensar en la ira, como un sentimiento dominado por las creencias irracionales que conducen a una perturbación emocional.

En una relación de pareja cuando la mujer emite su deseo de terminar con la relación, el hombre pudiera interpretar que lo ha perdido "todo" cuando

únicamente lo que no funciona es la relación en sí misma. En este ejemplo se considera una percepción catastrófica porque siempre imagina lo peor, colocando así en peligro de muerte a la mujer cuando este experimente celos patológicos.

4) Múltiples factores, tanto genéticos como las influencias ambientales (educación, etc.) se encuentran en el origen del pensamiento irracional y la psicopatología:

Las creencias constituyen una de las fuentes del conocimiento, formado por la influencia del conjunto de nuestras relaciones interpersonales y dentro de un determinado escenario socioeconómico y político, por lo tanto su contenido es múltiple, rico y variado en la medida en que la propia vida del individuo lo sea. (Ellis y Dryden, 1989).

La violencia doméstica es un fenómeno social que lesiona a todos los involucrados, a la víctima, al agresor, a los hijos si los hubiera, a la familia y a la sociedad. Estas lesiones pueden ser físicas, emocionales, sexuales y sociales. La violencia doméstica se manifiesta en un ciclo, que se inicia con un acontecimiento activante de tensión, el cual desencadena los actos violentos. La percepción del agresor de lo que ocurre a su alrededor, sus creencias irracionales, son los generadores de la violencia.

La sucesión de eventos, creencias, sentimientos y acciones en un caso hipotético que genera un ciclo de violencia doméstica es el siguiente:

1. Acontecimiento activante: el marido llega a casa y la cena no está lista.
2. Creencia irracional: el marido cree que la cena debe estar lista cuando él llegue a casa. Él percibe que ella reta su autoridad como jefe de familia.
3. Consecuencia: se molesta; la llama vaga y le cuestiona qué ha hecho; por dónde andaba; con quién. El marido se cree en que es su deber enseñarla y corregirla para que obedezca su autoridad. Ella ha de experimentar lo que significa retarlo.

|

### **2.5.2 Terapia Cognitiva(T.C.) de Aaron Beck**

A principios de los años 1960 cuando era psiquiatra en la Universidad de Pensilvania, desarrolló la Terapia Cognitiva. Debido a su instinto científico e investigador, trató de poner a prueba algunas hipótesis acerca de los conceptos psicoanalíticos implicados en la depresión, diseñando y llevando a cabo diferentes experimentos. Estas investigaciones le llevaron a buscar otras formas de conceptualizar y explicar la depresión. Trabajando con sus pacientes, se dio cuenta que se caracterizaban por experimentar pensamientos negativos que invadían sus mentes de una forma espontánea, denominó a estas cogniciones pensamientos negativos, y descubrió que por su contenido se podían clasificar en tres categorías: aquellas que hacían referencia a sí mismos, las que hacían referencia al mundo y finalmente las referidas al futuro.

Así comenzó a ayudar a sus pacientes a identificar y evaluar estos pensamientos y encontró que haciendo esto, los pacientes eran capaces de verlos de forma más realista, lo que conducía a que se sintieran mejor y se comportaran de un modo más funcional. Desde entonces, Beck y sus colaboradores han investigado la eficacia de la terapia cognitiva para tratar un amplio abanico de trastornos y ha demostrado ser eficaz para una amplia

variedad de trastornos como la depresión, ansiedad, pánico, abuso de sustancias y trastornos de la personalidad (Obst, 2008).

### Esquema básico

La terapia cognitiva está basada en el modelo cognitivo que postula que las emociones y conductas de las personas están influidas por su percepción de los eventos. No es una situación en y por sí misma lo que determina lo que una persona siente, sino más bien la forma en que ella interpreta la situación. Por lo tanto la forma en que sienten las personas está asociada a la forma en que interpretan, y piensan sobre una situación.

Esquema básico se puede representar así:

SITUACION      PENSAMIENTO      REACCION

Las situaciones o estímulos pueden ser externos o internos. Los internos pueden ser fantasías, sensaciones, síntomas recuerdos o imágenes.

*Los pensamientos automáticos* son cogniciones que se producen rápidamente cuando una persona se encuentra en una situación. Son los pensamientos evaluativos, rápidos, que no suelen ser el resultado de razonamientos sino más bien nacen espontáneamente. Estos pensamientos no suelen estar sujetos a un análisis racional y a menudo se basan en una lógica errónea. Estos pensamientos pueden tener una forma verbal y / o no verbal. Los pensamientos automáticos surgen de creencias, son relativos a las situaciones y representan el nivel más superficial de cognición. Estas son ideas que son tomadas por la persona como verdades absolutas.

*Las creencias más centrales o nucleares*, son cogniciones que las personas frecuentemente no expresa ni aún para sí mismas y no tienen clara conciencia de ellas. Estas creencias desarrolladas desde la infancia consisten en definiciones, evaluaciones o interpretaciones fundamentales y profundas que las personas hacen sobre sí mismas, de las otras personas y de su mundo. Estas son consideradas por la persona como verdades absolutas, creyendo que es así como las cosas "son". Representan el nivel más profundo, global y rígido de interpretación, que influye en otros niveles. se dividen en creencias centrales negativas y creencias centrales positivas, las primeras son las que se asocian con el desamparo y con la imposibilidad de ser amado. Las segundas son las creencias positivas, estas se desarrollan durante la infancia mientras el niño se relaciona con las personas más significativas y se ve expuesto a diversas situaciones. La mayoría de las personas suelen mantener durante toda su vida primordialmente estas creencias, las otras generalmente surgen en los momentos de distrés psicológico (J.Beck, 2000).

Entre estos dos niveles están las *creencias intermedias*, de las cuáles surgen los pensamientos automáticos, y están influidas y condicionadas por las nucleares. Están establecidas por el sistema de normas actitudes y supuestos. Finalmente, las respuestas pueden ser: emotivas, conductuales o fisiológicas.

*La esfera personal:* Es aquello que nos define como personas y que marca las diferencias entre cada uno y los demás. Es un concepto abstracto, que integra todas esas características que poseemos y que nos conforman. Engloba datos cuantitativos y cualitativos que recibimos como herencia física y social, desde el nacimiento, y que vamos modificando, adaptando y ampliando a lo largo de nuestra vida y en función a las condiciones de ésta. Se forma por el concepto que tenemos de nosotros mismos, nuestros atributos físicos y características personales, así como nuestras metas y valores. A nuestro alrededor están la familia, los amigos, las posesiones. Nuestro mundo personal se enriquece, además, por los aprendizajes de la escuela y el contexto social en el que nos desarrollamos. Finalmente se incluyen las ideas sobre libertad, justicia y moralidad (Beck, 1976). En la esfera personal entra todo aquello que es importante para nosotros en relación al mundo que nos rodea. Es el punto de referencia mediante el cual asignamos significados. Cualquier hecho que suponga éxito o ganancia para nuestra esfera, nos produce euforia y felicidad y las pérdidas en cambio, causan tristeza, depresión y desesperanza.

*Las reglas:* Son patrones cognitivos relativamente estables que nos dictan como debemos reaccionar ante cualquier situación que nos ocurra. Estas reglas se comienzan a formar en la niñez, como fruto de experiencias concretas y forman parte de la herencia social. Inicialmente, vienen de nuestros padres, la familia, el sistema educativo y finalmente la sociedad. Lo importante, para entender un trastorno psicológico es saber cómo operan las reglas, en términos de normalidad son flexibles, pero en el caso de la depresión por ejemplo, son absolutas e incondicionales. De ellas se derivan significados y predicciones negativas desde un hecho pasado o presente (Beck, 1976).

*Los esquemas:* Beck, desarrolla el concepto de esquema y lo define como estructuras cognitivas más profundas que contiene las reglas básicas para seleccionar, filtrar y codificar la información del entorno. Estos constructos organizativos se desarrollan a partir de las experiencias tempranas de la infancia y de las influencias formativas posteriores. Los mismos pueden tener un papel altamente adaptativo al permitir la asimilación rápida de los datos y la toma de decisiones apropiada. Sin embargo, en los trastornos psiquiátricos existen grupos de esquemas desadaptativos que perpetúan el estado de ánimo disfórico e ineficaz. Un esquema se refiere a cualquier cuerpo estructurado de conocimiento o grupo de creencias que se utilizan para procesar información. Le permiten a la persona investigar, codificar y evaluar el rango total de estímulos internos o externos y decidir un curso subsecuente de acción. Los esquemas se infieren a partir de la conducta del paciente, siempre y cuando se conozcan los acontecimientos estimuladores concretos y la historia que dichos estímulos tienen para el paciente (Clark, Beck y Alford, 1999).

*Las distorsiones cognitivas:* Los pacientes tienden a cometer persistentes errores en su forma de pensar que no suelen deberse a incapacidades intelectuales, sino a la necesidad de preservación de la coherencia de todo el sistema cognitivo entre sí y, fundamentalmente con sus creencias nucleares. En consecuencia, en los pacientes que padecen un trastorno psicológico se observa un desvío sistemático en la forma de procesar el conocimiento (Caro, 2006).

Algunas de las formas no válidas de pensamiento más comunes son:

- *Pensamiento “de todo o nada” (“pensamiento dicotómico”)*: es la tendencia a clasificar las experiencias y los acontecimientos en una o dos categorías opuestas o extremas, sin considerar otras formas de interpretación. Ejemplo: “ a mi pareja le gusta salir con las amigas y eso no es de buena mujer, debería quedarse en casa o salir con su marido. Porque hay dos tipos de mujeres, las buenas y las malas.
- *Inferencia arbitraria*: se refiere al proceso de adelantar una conclusión en ausencia de evidencia que lo apoye o cuando la evidencia es contraria a la conclusión. Ejemplo: “Se que mi mujer me engaña, mi intuición nunca se equivoca”.
- *Abstracción selectiva*: consiste en seleccionar un detalle y abstraerlo del contexto a los fines de confirmar un supuesto previo. Se ignoran otras características relevantes de la situación y se valora la experiencia en base al detalle escogido. Ejemplo: “tengo evidencias del engaño, hoy a la mañana se fue sin saludarme y la note muy seria”.
- *Maximización y Minimización*: se evalúan acontecimientos otorgándole una magnitud exagerada o subestimando la gravedad de la situación.

Ejemplo de maximización: “Si ella me está engañando mi vida se acaba, no podre soportarlo”.

Ejemplo de minimización: “yo con ella soy muy bueno y jamás le haría daño, solo le levante la mano un par de veces pero en realidad fue una pavada”

- *Generalización (o “sobregeneralización”)*: se refiere al proceso de elaborar una conclusión general a partir de hechos aislados y generalizar esta conclusión a situaciones que no están relacionadas. Ejemplo: “Todas mis novias han sido infieles conmigo, por lo que estoy seguro que ella también lo está siendo”.

Desde esta teoría se trabaja directamente con el sistema de creencias de las personas para corregir las distorsiones cognitivas, de manera que aprendan nuevas formas de procesar la información y eliminar la visión negativa que se tenía. Se adiestra al paciente a que se especialice en el manejo de técnicas para el mejor uso del pensamiento lógico. Es decir, se debe eliminar la percepción distorsionada de los hechos reales.

Se ha demostrado que los hombres que agreden a las mujeres en la relación de pareja poseen distorsiones cognitivas como la objetificación de la mujer, celos patológicos, entre otros. (Clow et al, 1992; Echeburúa, 1998). A través de las técnicas aprendidas, el agresor podrá revisar los supuestos sobre su percepción de la mujer y sobre la violencia. A medida que descubra y trabaje las distorsiones, se espera que esté más inclinado a valorar la mujer como persona, reconociendo, respetando y promoviendo los derechos de ésta como persona.

El hombre que es acusado por delitos de violencia doméstica necesita aumentar su sentido de eficacia, analizar y modificar su sistema de atribución

causal y construir redes de apoyo social que lo ayuden a reducir su vulnerabilidad al estrés y a la depresión y a eliminar su comportamiento violento.

### **2.5.3 Teoría Social Cognitiva (TSC) de Albert Bandura**

Bandura (1985), El autor no entiende al aprendizaje como un modo condicionado de adquisición de respuestas; sino como la adquisición de conocimientos mediante procesos cognitivos de información. El segmento social de tal denominación alude al reconocimiento del origen social de pensamientos y acciones humanas. Lo innovador en los trabajos de Bandura respecto a la teoría del aprendizaje

fue que logró desvincular el aprendizaje animal o humano de una situación individual aun contexto social en el que interactúan factores físicos, psicológicos y ambientales.

La teoría cognitiva social mantiene un enfoque de la interacción como un proceso de determinismo recíproco en que la conducta y los factores personales y ambientales, explicando el funcionamiento humano como un modelo de reciprocidad triádica en que la conducta, factores personales y cognitivos y los acontecimientos del ambiente actúan bidireccionalmente en una constante interacción. El término recíproco alude a la interacción que se desarrolla entre los factores causales. El grado de influencia de cada uno de los tres grupos de factores interaccionantes varía según la actividad o conducta, el individuo y la situación.

Los factores triádicos no actúan en una interacción holística simultánea; "reciprocidad no significa influencia simultánea" (Bandura, 1983). Aunque en cada segmento de reciprocidad se incluyen procesos de influencia bidireccional, dichas influencias mutuas y sus respectivos efectos recíprocos no se producirían al mismo tiempo, ni con la misma intensidad.

En el presente estudio se sostiene que la violencia doméstica, se aprende. En la teoría social cognitiva de la causalidad se integran los determinantes biológicos, psicológicos y socioculturales como cofactores de la génesis de la conducta violenta

Bandura y Chomsky son aliados de la postura de la influencia del ambiente pero también de las capacidades innatas de los sujetos que les permiten realizar comportamientos espontáneos y creativos. Esto se debe a que la persona está dotada de capacidades cognitivas que le ayudan a dar un significado al ambiente. Puede observar y experimentar los logros y fracasos de otros seres humanos. Por ejemplo, los padres toman decisiones y los hijos están observando tanto el proceso de tomarlas como los efectos de las mismas. Como consecuencia de la capacidad anticipatoria, los hijos pueden imitar el comportamiento de sus padres o rechazarlo y generar su propia forma de vida.

En la teoría social cognitiva las decisiones están influenciadas por *las creencias de eficacia personal*. *Las creencias de eficacia personal o auto-eficacia percibida son creencias en las propias capacidades para organizar y ejecutar los cursos de acción requeridos para manejar situaciones futuras* (Bandura, 1999: 21). Se puede concluir que una persona toma decisiones basándose en experiencias previas, por los resultados que ha visto en otros y pasando juicio sobre sus propias capacidades.

Las creencias de eficacia percibida influyen en cómo el individuo habrá de interpretar la situación: como un reto (creencia alta de eficacia) o como una amenaza (creencia baja de eficacia). La conducta violenta es una conducta racional en la que el individuo se supone haya examinado las ventajas y desventajas de la misma. Posiblemente el individuo elimina opciones que perciba excedan a sus capacidades como, por ejemplo, el diálogo. Pero como el proceso de toma de decisiones también está influenciado por el aprendizaje vicario, existe la posibilidad de que se utilice la violencia como parte del repertorio de respuestas y le dará paso cuando las condiciones le sean propicias. La conducta violenta en la teoría social cognitiva de Bandura se explica como una forma de comportamiento que ocupa una posición de dominio en la jerarquía del repertorio de respuestas del individuo.

Las creencias de eficacia personal influyen en la vida familiar de diferentes maneras. Por ejemplo, pueden constituir un factor de protección contra la tensión emocional y la angustia y puede ayudar a superar los retos que surgen durante el período de desarrollo de los hijos. Cuando las creencias de eficacia personal de los padres son fuertes contribuyen al desarrollo de las competencias en sus hijos (Teti y Gelfand, 1991 citado en Bandura, 1999). No hay duda de que la vida económica familiar en la mayoría de las personas genera tensión emocional. Estas tensiones también son superables cuando se cuenta con creencias de eficacia personal altas. El *estado de salud física* y el *estado anímico* influyen en el sentido de eficacia. Disfrutar de un excelente estado de salud brinda energía para iniciar proyectos de vida. Una salud empobrecida puede mermar el deseo de superación.

Las creencias de eficacia se adquieren a través del ciclo vital mediante las experiencias personales en que se sale airoso (*experiencias de dominio*), las experiencias *vicarias* y por el refuerzo verbal de las redes de apoyo (*persuasión social*) (Bandura, 1999: 21).

La conducta violenta del hombre-agresor puede interpretarse como un acto que refleja un sentido de eficacia bajo. En los experimentos de laboratorio, Bandura observó que los niños que tenían un sentido de eficacia alto desarrollaban relaciones interpersonales positivas mientras que los niños con sentido de eficacia bajo mostraban dificultad en este aspecto (Bandura y Walters, 1974:76).

Desde el presente enfoque los procesos simbólicos, vicarios y autorregulatorios tienen un papel predominante. Las personas presentarían ciertas capacidades básicas:

Capacidad simbolizadora: a partir de su acceso al lenguaje y al conocimiento, el hombre adquiere la capacidad para utilizar símbolos. Por medio de los símbolos verbales e icónicos, las personas procesan sus experiencias y las almacenan en forma de representaciones, que sirven de guías para actuaciones futuras.

Esto le proporciona un importante medio de cambio y adaptación a su entorno. Además, esta capacidad, da lugar al ensayo de forma simbólica de posibles soluciones, en función de lo que se estima acerca de los resultados de la conducta, antes de llevarlas a la práctica. Según Bandura (1983), la imagen de un futuro deseable estimula acciones ideadas para lograr objetivos. Sin la capacidad simbólica las personas no podrían acceder al pensamiento reflexivo. Mediante la simbolización se posibilita la comunicación.

La simbolización crea cultura y la cultura produce nuevos símbolos de acuerdo a las nuevas necesidades que emergen.

Una persona puede desarrollar un autoconcepto distorsionado así como concepciones falsas sobre los demás y sobre el mundo que le rodea. La idea que se desarrolla sobre lo que debe ser un hombre o una mujer va acompañada de expectativas de comportamiento para cada caso en particular, expectativa de género. Tanto el hombre como la mujer pueden conceptualizar a otra persona de su mismo sexo o de sexo diferente como un objeto, ya sea de placer o como esclava – ama de casa. Sus relaciones y actuaciones funcionarán sobre la base de tales supuestos. El hombre que tiene un concepto de la mujer como objeto de placer o como esclava-ama de casa actuará en violación a los derechos humanos que a ésta le cobijan.

Capacidad de previsión: tiene una función reguladora de la conducta ya que las personas no se limitan a reaccionar ante el entorno inmediato. Se predicen las consecuencias más probables de las acciones futuras y de allí se planifican cursos de acción. Al representar simbólicamente los resultados deseados, las consecuencias futuras pueden resultar fuente de motivación y reguladores de la conducta actual. En la previsión interviene mecanismos de autorregulación.

En una relación de pareja ambos cónyuges hacen una representación cognitiva del futuro predecible. Esta representación responde a los resultados de las acciones en experiencias previas. Cada cónyuge tiene la posibilidad de anticipar cómo sus acciones impactarán en las acciones del otro. Es como si fuera montando el escenario para una obra teatral. Además, cada uno de ellos opera desde sus propias reglas pero influenciados por la percepción que tienen de las reglas del otro.

Capacidad vicaria: el aprendizaje puede ocurrir, además de a partir de la experiencia directa, a partir de la observación de la conducta de otras personas y de las consecuencias que dicha conducta reviste. Según Bandura (1987), prácticamente todos los fenómenos de aprendizaje que resultan de la experiencia directa, se dan en forma vicaria. Esta capacidad de aprendizaje permite a las personas adquirir pautas de conducta amplias e integradas sin la necesidad de recurrir al ensayo y error, implicaría una manera de abreviar el proceso de adquisición. Según Bandura (1986), el proceso de modelado constituye un aspecto indispensable del aprendizaje.

Empíricamente se ha sostenido que los niños y niñas que experimentan violencia doméstica tienen mayor predisposición a sufrir violencia en su adultez, ya sea como agresores o como víctimas (Parke y Collmer, 1975; Straus et al., 1980; Bernard, 1983; Kalmuss, 1984; Belsky, 1980; Hotalming en Sugarman, 1986; Wilson, 1985). Los experimentos realizados con niños bajo condiciones de laboratorio respecto a comportamientos agresivos han

demostrado que estar expuesto a un modelo agresivo contribuye a que el niño desarrolle un repertorio de respuestas agresivas ante estímulos similares.

Los padres exigentes que se muestran agresivos propician las condiciones para que los hijos copien sus comportamientos y actitudes (Bandura 1999:50).

En la conducta violenta en la relación de pareja las expectativas de género juegan un papel fundamental. Las expectativas de género se modelan en el hogar y se van colocando los moldes o esquemas mentales de pautas de comportamiento diferenciadas para varones y mujeres.

Capacidad autorreguladora: las personas pueden ejercer control sobre su propia conducta, disponiendo de factores ambientales que la inducen, a partir de apoyos cognitivos y produciendo determinadas consecuencias de las propias acciones. Estas funciones se crean por influencia externa, sin embargo una vez establecidas su influencia determinará en parte las acciones del sujeto. Los criterios autoevaluadores son uno de los factores de regulación de la conducta, y una vez establecidos estos criterios internos se activan las autorregulaciones evaluadoras, que miden las discrepancias ente la actuación y dichos criterios, y modifican la conducta posterior del individuo. La autodirección se ejerce a partir de la influencia sobre el entorno, poniendo en marcha las funciones autorreguladoras.

La conducta violenta puede ser racionalmente detenida a través de procesos reeducativos si existe un mínimo de motivación del agresor por cesar el comportamiento violento. Si aprendió a actuar maltratando puede reconstruir un nuevo aprendizaje; aprender a establecer relaciones interpersonales fundamentadas en el respeto a los derechos humanos. La confianza de una persona agresora en su capacidad para controlar el comportamiento violento y adquirir nuevas pautas de comportamiento afectará sus objetivos de vida, su interés y compromiso para lograrlos.

Los hombres agresores no están exentos de la capacidad para autorregularse y dominar así las acciones violentas. Se parte de la premisa de que si el entrenamiento meta cognitivo favorece el aprendizaje académico en los estudiantes podría favorecer también el aprendizaje de nuevas conductas por parte del hombre violento, que redunden en la armonía social tanto en el contexto marital como en el familiar y social en general.

No existe un determinismo de violencia. Una persona estará motivada para llevar a cabo una conducta dependiendo de varios factores: del sistema de creencias, de las experiencias personales, de las consecuencias observadas y de las consecuencias auto producidas (Bandura, 1999).

El hombre agresor tiene la capacidad de autorregular su comportamiento si descubre y reconoce que su repertorio de respuestas responde a un patrón inadecuado, irresponsable y dañino, tanto para la pareja, como para él mismo. Este comportamiento puede ser extinguido si se le provee de las experiencias de modelos nuevos y de destrezas que mejoren su eficacia personal. A medida que el hombre agresor incrementa su eficacia para abandonar el comportamiento violento, sus ejecuciones personales se irán moviendo hacia el disfrute de una relación de éxito con la pareja y de bienestar familiar.

Capacidad de autorreflexión: es una actividad metacognitiva que permite al hombre analizar, evaluar, modificar sus experiencias y pensamientos; resulta en el autoconocimiento. Entre los tipos de pensamiento que incide en la conducta, Bandura (1987), señala que ninguno se vuelve tan importante como las autopercepciones de eficacia que presente el individuo. Estas determinarían la cantidad de esfuerzo invertido, el grado de perseverancia ante decepciones y la seguridad con que se enfrentan las situaciones. En el proceso en que el individuo autoevalúa su eficacia la información se procesa por medio del pensamiento autorreferente.

Entre los motivadores cognitivos para el cese de un comportamiento violento están la insatisfacción por ese tipo de conducta y el amor hacia la persona que se perjudica. Reconocer que es un comportamiento imprudente que daña al que lo ejecuta y al que lo recibe. La imprudencia lleva a la esclavitud y a la infelicidad. El hombre que quiere vivir en libertad es responsable de respetar la libertad de los demás, de controlarse cuando se enoja y de desarrollar relaciones interpersonales fundamentadas en los valores democráticos. No es motivador genuino el miedo a ir a prisión o a que su carta de antecedentes penales quede marcada.

En la medida que un individuo adquiere dominio sobre el análisis de sus experiencias y de lo que piensa sobre lo que piensa, mejor uso le dará a su *capacidad autorreflexiva*.

## Terapia Cognitiva Conductual

La terapia cognitiva es un proceso de resolución de problemas basada en una experiencia de aprendizaje. El paciente, con la ayuda del terapeuta, aprende a descubrir y modificar las distorsiones cognitivas e ideas disfuncionales. La meta inmediata, denominada en la Terapia Cognitiva "terapia a corto plazo", consiste en modificar la predisposición sistemática del pensamiento y producir ciertos sesgos cognitivos. La meta final, denominada "terapia a largo plazo" consiste en modificar los supuestos cognitivos subyacentes que harían vulnerable al sujeto, previniendo las recaídas.

El proceso de la psicoterapia cognitiva supone recorrer tres etapas diferenciadas (Obst, 2008):

1. Primera etapa: conceptualización del proceso y la observación. El objetivo de esta primera etapa, es entrenar al paciente para ser un mejor observador de su conducta. Para lo cual es importante redefinir el problema presente en términos de relación pensamiento - afecto - conducta (P-A-C). Luego hay que re-conceptualizar el proceso de intervención y modificar los círculos viciosos P-A-C que mantienen el problema para hacer al sujeto menos vulnerable a ciertas situaciones y disminuir las recaídas. El primer paso consiste en evaluar los problemas que el paciente trae a consulta y conceptualizarlos en términos cognitivos-conductuales. Finalmente se hace una recogida de datos y auto observación. Se conceptualizan los problemas cognitivamente, se definen etapas y objetivos graduales de intervención y se elige un problema para auto observación al mismo tiempo que se explica al sujeto los autor registros.

2. Segunda etapa: generar alternativas. El objetivo de esta segunda etapa, es ayudar al paciente a desarrollar pensamientos y conductas alternativas adaptativas, incompatibles con los círculos viciosos P-A-C anteriores, mediante

la aplicación de técnicas conductuales y cognitivas que serán detalladas posteriormente.

Una vez que el paciente ha entendido la base del procedimiento de autorregistro y la relación pensamiento-afecto-conducta, el terapeuta puede comenzar a trabajar con éste la búsqueda de alternativas cognitivas conductuales, a las interacciones problemas, las distorsiones cognitivas y los significados personales subyacentes.

3. Tercera etapa: mantenimiento, generalización y prevención de recaídas.

La finalidad es consolidar, mantener y generalizar los cambios logrados y disminuir la probabilidad de recaídas, mediante la atribución de los logros terapéuticos al trabajo del paciente, sobre la base de sus tareas para casa. Además se identifican con antelación situaciones de alto riesgo futuro y se desarrollan habilidades preventivas de tipo cognitivo-conductual.

Algunas de las principales características de la terapia cognitiva conductual son las siguientes (Ingram y Scott,1990):

1. Las variables cognitivas constituyen importantes mecanismos causales.
2. Los objetivos específicos de algunos procedimientos son cognitivos.
3. Se realiza un análisis funcional de las variables que mantienen el trastorno.
4. Se emplean estrategias conductuales y cognitivas en intentos de modificar las cogniciones.
5. Se pone un notable énfasis en la verificación empírica.
6. La terapia es de duración breve.
7. La terapia requiere de la colaboración entre terapeuta y paciente.
8. Los terapeutas cognitivo conductuales son directivos.
9. El cambio de los síntomas sucede posterior al cambio cognitivo.

### Estrategias de tratamiento

Una vez conceptualizados los problemas del paciente se genera un plan de tratamiento con el fin de modificar las distorsiones cognitivas y los supuestos personales. Para ello el terapeuta se vale tanto de técnicas cognitivas como conductuales. Estas técnicas son presentadas durante las sesiones y evaluadas periódicamente, se pide feedback de su entendimiento, se ensayan en consulta, y se asignan como tarea para casa.

La finalidad de las técnicas cognitivo-conductuales es proporcionar un medio de nuevas experiencias correctoras que modifiquen las distorsiones cognitivas y supuestos personales. Facilitan la exploración y detección de los pensamientos automáticos y supuestos personales y proporcionan experiencias reales y directas para comprobar hipótesis cognitivas y desarrollar las nuevas habilidades fóbicas (Harrison, Beck, & Buceta 1984).

## Técnicas cognitivas

El objetivo de las técnicas cognitivas es lograr que el paciente sea capaz de identificar los pensamientos que le causan problemas, así como ver otros puntos de vista alternativos de una situación que no ha considerado antes y modificar posibles errores cognitivos. A continuación un detalle de las principales técnicas cognitivas de Beck (Caro, 2006).

*Psicoeducación directa:* Los pacientes reciben información acerca de lo que no conocen para adquirir seguridad. Por ejemplo, información sobre la seguridad de los ascensores para un paciente con fobia.

*Descenso vertical:* Mostrar al paciente peores escenarios que le permitan dimensionar sus problemas de una forma objetiva, se utilizan preguntas como: "Qué ocurriría si..."

*Detección de pensamientos automáticos:* Los pacientes son entrenados para observar la secuencia de sucesos externos y sus reacciones a ellos. Se utilizan situaciones (pasadas y presentes) donde el sujeto ha experimentado un cambio de humor y se le enseña a generar sus interpretaciones (pensamientos automáticos) y conductas a esa situación o evento. La forma habitual de recoger estos datos es mediante la utilización de auto registros como tarea.

*Reatribución:* El paciente puede creer que es responsable de sucesos sin evidencia suficiente, cayendo por lo común en la culpa. Revisando los posibles factores que pueden haber influido en la situación, se buscan otras causas que pudieron contribuir a ese suceso.

*Uso de imágenes:* Se puede usar imágenes para que el paciente modifique sus cogniciones o desarrolle nuevas habilidades. Por ejemplo pueden ser utilizadas imágenes donde el paciente se ve afrontando determinadas situaciones, instruyéndose con cogniciones más realistas.

*Negación de los problemas:* El paciente hace una lista de los problemas y los categoriza según su importancia. El objetivo es que se analice por que la situación no es un problema.

*Comprobación de predicciones:* Hacer que el paciente haga una lista de predicciones específicas para la próxima semana y haga un seguimiento de los resultados.

## Técnicas conductuales

Al igual que las técnicas cognitivas, las conductuales trabajan con los síntomas principales del paciente. Algunas de las principales técnicas conductuales utilizadas en terapia cognitiva estándar (Leahy&Holland, 2000).

*Programación de actividades alternativas:* Se utiliza para que el paciente ejecute una serie de actividades alternativas a la conducta-problema, por ejemplo realizar actividades deportivas para reducir la agresión.

*Escala de dominio/placer:* El paciente lleva un registro de las actividades que realiza a lo largo del día y va anotando para cada una de ellas el dominio que tiene en su ejecución y el placer que le proporciona (utilizando escalas de 0-5).

*Asignación de tareas graduadas:* Cuando el paciente tiene dificultades para ejecutar una conducta dada, el terapeuta elabora con el paciente una jerarquía de conductas intermedias de dificultad para poder alcanzar la conducta meta.

*Entrenamiento asertivo:* Se utiliza para que el paciente aprenda a manejar con más éxito sus conflictos interpersonales y utilice conductas que protejan sus derechos mientras respeta la de los otros.

*Entrenamiento en relajación:* Técnicas para que el paciente aprenda a distraerse de las sensaciones de ansiedad y las inhiba a través de la distensión muscular.

*Ensayo conductual y rol playing:* Se recrean escenas que el paciente ha vivido con dificultad y mediante modelado y ensayo de otras conductas, se van introduciendo alternativas para su puesta en práctica.

*Exposición en vivo:* el paciente se enfrenta de modo más o menos gradual a las situaciones temidas sin evitarlas, hasta que modifica sus expectativas atemorizantes y termina por habituarse a ellas.

*Visualización:* Enseñar a los pacientes a usar imágenes placenteras para distraerse del pensamiento negativo e inducir la relajación.

*Entrenamiento en habilidades sociales:* Entrenar a los pacientes en las habilidades necesarias para conocer gente, iniciar nuevas conversaciones, ir a entrevistas de trabajo, etc.

## CAPÍTULO 3: METODOLOGÍA

*Qué haces, tres veces que haces,*

*Señora Ramos Lavalle!*

*Si cuando lucís tu talle,*

*con ese coso del brazo,*

*¡no te rompo de un tortazo,*

*por no pegarte en la calle!*

### **3.1 Relevamiento Institucional**

CASA EL ALJIBE es un espacio de Promoción Socio-Educativo-Laboral abierto a la comunidad desde el año 2010. Se encuentra ubicado en la calle Río Negro 789, en Barrio Observatorio, ciudad de Córdoba (Argentina). Actualmente, la institución desarrolla sus acciones enmarcadas en el abordaje integral de los derechos de los niños, niñas, adolescentes y familias previstos en la Ley Nacional N° 26.061 de Protección Integral de los Derechos y la Ley Provincial N° 9944.

La misión de la institución no solo se limita al aspecto asistencial, sino que además se hace énfasis en fomentar el aspecto cultural y social a través de la articulación con diversas organizaciones de la comunidad, tanto públicas como privadas. En el desarrollo de sus actividades promueven el ejercicio de derechos de niñas, niños y sus familias, tanto en su sede como fuera de ella, con el objetivo de consolidar una red de trabajo en común que se dirija al crecimiento integral de las personas. Asimismo, se realizan acciones desde la prevención y promoción de derechos.

La institución trabaja con adolescentes, jóvenes y familias de la comunidad provenientes de los siguientes barrios: Observatorio, Güemes, Bella Vista, Cupani, Alberdi, Bajada San Roque, Cáceres, Suarez, Los Naranjos, Rosedal, Villa Los Filtros, El Tropezón, entre otros; contribuyendo a que el espacio El Aljibe sea un lugar de referencia tanto para los mismos como para sus respectivas familias. Niñas, niños, adolescentes y los vecinos en general, pueden formar parte de los talleres de expresión y capacitación, charlas, paseos y festividades que se realizan en la Casa. A continuación, se detallan los talleres que se realizan dentro de la institución:

- Taller Herramientas laborales: destinado a jóvenes que están buscando trabajo para orientarlos en la búsqueda y el desarrollo de competencias para el desempeño en los mismos.
- Acompañamiento escolar: apoyo escolar y relación con las instituciones educativas.
- Taller de Mujeres “Yo, mujer, para cuándo”: espacio de escucha, autoconocimiento, y reflexión.
- Taller de costura.
- Taller de cocina.
- Taller de repostería.
- Taller de tejido.

### 3.1.1 Estructura organizativa

Esta institución pertenece y responde a disposiciones de la Secretaría de Niñez, Adolescencia y Familia, aunque la organización interna de la dinámica de trabajo y demás reglamentos en la institución se maneja de manera independiente. La casa no posee un orden jerárquico, la organización es de origen transversal y horizontal. Las problemáticas, las estrategias, recursos a utilizar y los proyectos son debatidos, hablados en reuniones de equipo semanales, de los cuales se toman medidas y pasos a seguir. Como así también son debatidas las funciones y responsabilidades dependiendo de cada caso en particular. Si bien, existe una “referente”, es solo por el hecho de que alguien ha de tener la responsabilidad administrativa.

En la institución trabajan actualmente siete mujeres, entre ellas hay educadoras sociales, psicólogas, fonoaudiólogas, historiadoras. Actualmente, la organización no cuenta con trabajadores sociales ni abogados.

Dentro de la institución existen dos áreas:

- el **área comunitaria**: se trabaja con las instituciones del barrio y el acompañamiento familiar;
- el **área laboral**: consiste en la realización de:

-talleres laborales para jóvenes

-talleres mixtos (costura, tejido, repostería y cocina).

Las actividades de los talleres mixtos se realizan por la tarde y durante la mañana se realiza el taller de acompañamiento laboral y escolar, para niños y adolescentes.

A nivel edilicio cuenta con dos salas de encuentros, una sala para los profesionales, una cocina y un patio donde al medio se encuentra la estructura de un aljibe el cual fue la inspiración para el nombre de la casa. Se mantiene en buenas condiciones, aunque son necesarias algunas refacciones de mantenimiento en general.

### **3.1.2 Organigrama**

## **3.2 Investigacion Diagnostica Operativa**

### **3.2.1 Diseño de la investigación**

El diseño de esta investigación es de tipo cualitativo, el cual permite la recolección de datos sin medición numérica. Se concentra en comprender un fenómeno, el significado de las acciones de seres vivos y el entorno social, es

decir, evalúa el proceso natural de los hechos. (Baptista, Fernández & Sampieri, 2006)

El alcance de esta investigación es de tipo exploratorio-descriptivo. Los estudios exploratorios permiten examinar un problema de investigación poco abordado, fenómenos relativamente desconocidos, obtener información sobre la posibilidad de llevar a cabo una investigación más completa respecto de un contexto particular, investigar nuevos problemas, identificar conceptos o variables promisorias, establecer prioridades para investigaciones futuras, o sugerir afirmaciones y postulados. Esta clase de estudios son comunes en la investigación, sobre todo en situaciones donde existe poca información. (Baptista, Fernández & Sampieri, 2006).

Dicho esto cabe aclarar que en esta institución no existen actualmente trabajos que hayan abordado la problemática propuesta para la violencia de género.

A su vez, estos mismos autores también hacen referencia a que los Estudios Descriptivos se centran en recolectar datos que muestren un evento, una comunidad, un fenómeno, hecho, contexto o situación que ocurre. En este tipo de estudio se debe de definir, o al menos visualizar, qué se va a medir o sobre qué se habrán de recolectar los datos. Es necesario especificar quiénes deben estar incluidos en la medición, o recolección o qué contexto, hecho, ambiente, comunidad o equivalente habrá de describirse. Pueden ofrecer la posibilidad de predicciones o relaciones, aunque sean poco elaboradas.

Se utiliza esta metodología para focalizar a través de la recolección de datos una demanda de la institución para ser abordada en el presente trabajo.

### **3.2.2 Sobre las técnicas de investigación**

Para el desarrollo de este trabajo de investigación se utilizaron dos técnicas principales: entrevista individual (semiestructurada) y entrevista grupal (grupo focal).

La entrevista semiestructurada es útil en tanto permite basarse en una guía de preguntas, sin embargo existe la flexibilidad por parte del entrevistador de incorporar preguntas para conseguir mayor información o aclarar conceptos sobre los temas deseados (Baptista, Fernández & Sampieri, 2006). Asimismo,

para poder diagramar focos de intervención posibles, se utilizó un guion temático organizado y estructurado previamente. De este modo, diagramadas las preguntas es posible acceder a una mejor estandarización de respuestas, lo cual es necesario a la hora de discriminar demandas prioritarias. Fueron diseñadas tomando en cuenta el grado de ansiedad que podría generar en los entrevistados, abarcando desde temas más generales a más particulares y en su mayoría se apeló al recurso de la pregunta abierta. Esto último por un lado brinda flexibilidad en el sentido que otorga la posibilidad de profundizar o explayarse en la respuesta.

Las entrevistas tuvieron un promedio de una hora u hora y media de extensión con el objetivo de tener el tiempo suficiente para identificar ciertas demandas de la institución.

Por otro lado, también utilizamos la técnica del *focusgroup*. Los grupos focales son una técnica de recolección de datos mediante una entrevista grupal semiestructurada, la cual gira alrededor de una temática propuesta por el investigador. Se define como un grupo de discusión, guiado por un conjunto de preguntas diseñadas cuidadosamente con un objetivo particular (Aigner, 2006 en Escobar y Bonilla-Jiménez, 2009: 51-67). El grupo focal es una herramienta útil en tanto habilita que surjan actitudes, sentimientos, creencias, experiencias y reacciones en los participantes; esto no sería fácil de lograr con otros métodos. Además, comparados con la entrevista individual, los grupos focales permiten obtener una multiplicidad de miradas y procesos emocionales dentro del contexto del grupo (Gibb, 1997).

El grupo focal realizado en la institución duró aproximadamente una hora media. En el siguiente apartado se dará cuenta el modo en que se utilizaron las técnicas con cada uno de los participantes.

### **3.2.3 Sobre trabajo de campo**

Con base en las herramientas de investigación antes mencionadas se procedió al trabajo de campo que duró aproximadamente tres meses, entre el mes de septiembre de 2016 hasta noviembre del mismo año.

Para el relevamiento de los datos hubo dos instancias de trabajo: un primer momento y con el objetivo de realizar un diagnóstico institucional, se llevó a

cabo una entrevista a la directora de la institución y otra a la psicóloga junto con la tallerista.

En el segundo momento se prosiguió a entrevistar a la directora para profundizar sobre la demanda identificada en la primera fase, además se realizó una entrevista grupal (grupo focal) con siete mujeres participantes del taller de costura.

	Participantes	Técnicas
Primer momento:	-Psicóloga y Tallerista -Directora	-Entrevista semiestructurada
Segundo momento:	-Directora - Grupo de mujeres	-Entrevista semiestructurada

Las entrevistas iniciales de la primera fase se realizaron el día 20 de septiembre a los distintos profesionales de Casa El Aljibe con el objetivo de explorar acerca de los servicios que ofrece y las necesidades prioritarias que se presentan en dicha institución. La información que se recolectó en las entrevistas de diagnóstico estuvieron dirigidas hacia temas como: el rol del psicólogo, estrategias de trabajo, áreas de vacancias, servicios que brinda el establecimiento, las actividades que se realizan. También se preguntó sobre las debilidades y fortalezas del establecimiento. Además de estos temas se indagó más particularmente con el director cuestiones relativas a la historia, fundación y organigrama de la institución.

Para la realización de las entrevistas se utilizó un guión y grabador. Al acabar la entrevista con la psicóloga y la coordinadora de talleres se produjo una charla informal fuera de la grabación haciéndose allí una demanda concreta. Dicha conversación tuvo lugar en el pasillo de la institución donde una de las psicólogas refiere a mi presencia como “caída del cielo” en tanto se encontraban en ese momento con la intención de armar e implementar un dispositivo para trabajar con hombres. La motivación respecto a este dispositivo responde a la urgencia de la institución a raíz de la demanda de casos sobre violencia de género que reciben día a día. Debido a esto, actualmente, se organizan reuniones entre el personal para la capacitación en

base a la problemática de violencia de género, donde el objetivo es llegar a empoderar a la mujer y lograr desarrollar el trabajo con las parejas.

En un segundo momento, y en base a la demanda realizada en la primera fase se realiza otra entrevista a la directora de El Aljibe, con el objetivo de conocer cuántas denuncias de violencia existen en la institución, qué relación tiene esta con otros organismos, porqué sería conveniente realizar un dispositivo para hombres golpeadores, sobre las dificultades y los beneficios que encontrarían los hombres al llegar a la institución.

Para completar los datos recabados y una vez enfocada la demanda de mayor prioridad, relativa a la necesidad de atención a los casos de violencia que son denunciados en la institución y la falta de un dispositivo para contener a los hombres, se realizó un focusgroup en uno de los talleres de mujeres, específicamente el taller de costurapara sondear pensamientos, experiencias, creencias sobre la violencia en los hombres. La entrevista grupal duró aproximadamente 50 minutos. Primero las preguntas fueron guiadas en relación a la problemática de la violencia actual en la sociedad en general, y luego se fue dirigiendo los dispositivos hacia el tema más específico sobre la violencia ejercida por el hombre hacia su pareja.

### **Consideraciones éticas:**

En las entrevistas se les explicó a los participantes que se resguardaría su identidad, y que el material que se obtuviese de las mismas sería anónimo, utilizando nombres ficticios, y confidencial al que solo la autora de este trabajo tendría acceso. Se les explicó que la participación es voluntaria y que puede retirarse del mismo cuando así lo decida. Para las entrevistas, el grabador se utilizó con previo consentimiento por parte del entrevistado.

### **3.3 Síntesis de datos**

Una vez obtenidos los datos, se analizó de manera cualitativa, descriptiva la información aportada por las entrevistas realizadas.

### Datos contruidos en el primer momento

Entrevista a los referentes del área comunitaria y del área laboral se orientó a los siguientes ejes temáticos:

- Servicios que brinda la institución.
- Rol del psicólogo.
- Clima laboral favorable.
- Rangos y organización de la institución.
- Capacitación constante de los profesionales.
- Fortalezas de la institución: alto el compromiso de los profesionales.  
Constante capacitación y supervisión.

En relación a los recursos para abordar la problemática de violencia familiar, la psicóloga expone que actualmente en la institución existen reuniones y capacitaciones en base a la problemática, donde concurren referentes barriales, representantes de otras instituciones y personal del Polo Integral de la mujer<sup>1</sup>. Generándose así un espacio de encuentro donde se evalúa los prejuicios existentes entre los profesionales y se capacitan sobre la temática. Además, se trabaja sobre la gestión para que la víctima de violencia llegue acompañada y asistida al Polo de la mujer.

También destaca que el estar trabajando en el territorio, te posibilita el poder hacer otro tipo de intervenciones necesarias y además le permite alcanzar logros sociales, que si estas en la Casa Central no lo puedes hacer, no se puede conocer la problemática, la vida diaria. Los vínculos con los actores territoriales, con la familia es mas directa; es decir, estar inserto en el territorio es una potencialidad para todo lo que tiene que ver con el acompañamiento familiar, la inclusión y lo que tiene que ver con el fortalecimiento comunitario.

---

1 El Polo Integral de la Mujer es el espacio físico donde actualmente funciona la subsecretaria de Violencia Familiar y de Género.

Por otro lado, sostiene que podría favorecer a la institución la realización de un taller con los hombres que ejercen violencia, ya que es una necesidad a repensar como abordarlo para trabajarlo y sería muy interesante, y una necesidad a retomar.

✓ La primera entrevista a la directora se orientó a las siguientes temáticas:

-Historia y origen de la institución.

- Misión y Visión de la institución.

-Organización y estructura de la institución.

- Cantidad de personal: refiere que por el momento no hay demasiado personal. El espacio no cuenta con trabajadora social, ni con una psicopedagoga.

- Características fuertes de la institución: consenso en las miradas, en las ideas base que sustentan el trabajo diario.

- Características débiles de la institución: falta de recursos económicos.

En relación al abordaje de la problemática de violencia, la directora sostiene que sería de suma importancia la inclusión de un proyecto para hombres. La institución se beneficiaría en la realización de dicho taller, ya que es necesario un espacio donde se incluya a los varones para poder responder y erradicar la violencia. La directora afirma que es uno de los objetivos más difíciles, aunque de gran ayuda, ya que se reciben casos cada vez más complejos y en mayor cantidad. Además agrega que a los hombres de esta comunidad, les hace falta un espacio de contención y asistencia donde poder compartir sus problemas y trabajar sus realidades.

La directora refiere como una desventaja el hecho que en estos momentos la institución no cuenta con una figura masculina como referente, ya que son todas mujeres las coordinadoras de la institución. Además, plantea que esto a la larga genera mayor dificultad en los hombres para vínculos de confianza, cercanía, y se sientan cómodos a la hora de contar su problemática a una mujer.

### Datos contruidos en el segundo momento

- ✓ La Segunda entrevista a la directora se orientó a las siguientes temáticas:
  - Cantidad de denuncias de violencias en la institución: 7 situaciones de violencia por mes.
  - Quienes denuncias: las mujeres son las que se acercan a la institución a pedir ayuda, tanto para ellas como para la familia incluido el hombre.
  - Como contiene estos casos la institución: Se los acompaña a los lugares que tienen que ir como el Polo de la mujer, penal juvenil, o al centro para hombres. Este tipo de relaciones violento va en alza, ya que cada vez tienen más mujeres que se acercan por este tema.
  - Relación con otros organismos que participan en la asistencia del agresor: al ser situaciones que merecen ser tratadas desde varios ángulos, se trabaja en red, se generan relaciones interinstitucionales, se recurre y se deriva a los distintos organismos especializados en el caso de violencia. La directora señala que en este espacio se trata de trabajar conjuntamente con colegios, dispensarios, hospitales y hasta con la justicia de ser necesario.
  - Conveniencia en desarrollar un dispositivo para hombres que ejercen violencia en la pareja: “Se podrían hacer talleres para hombres que los ayuden a entenderse a ellos y a sus parejas. Sería bueno acercarle un espacio desde este lugar para poder contener y ayudar”. Desde este espacio se planea empezar algo con los hombres, abrirles un espacio de contención que no encuentran en otras instituciones.
  - Convocatoria a participar de talleres terapéuticos para hombres: A través de las mujeres que se acercan a este espacio a pedir ayuda, se pueden llegar a los hombres, también desde los dispensarios, los colegios, los hospitales, como expresa la directora: “Sería importante trabajar la convocatoria excluyendo la participación de la justicia, hacer una convocatoria voluntaria, barrial comunitaria”.
  - Dificultades que tiene este espacio para la asistencia del agresor: Lo arduo es la convocatoria y la continuidad. Un espacio terapéutico abocado a ellos y a la

problemática de violencia sería beneficioso para que puedan sentirse contenidos.

- Disponibilidad de la institución: “En esta institución estamos dispuestos a aceptar todo tipo de proyectos que sean para beneficios hacia la comunidad”.

- Beneficios con los que se encontraría el hombre al llegar a la institución: “Los hombres no tienen muchos espacios para hablar de sus cosas, lo que les pasa, y es sumamente importante que se encuentren con estos espacios, ya que en los dispensarios o en los centros vecinales no existen estos dispositivos”.

#### ✓ *Síntesis del Focusgroup*

A través de este dispositivo realizado a siete mujeres durante una hora se abordaron los siguientes temas:

En relación a la violencia en la actualidad se menciona una gran preocupación por el aumento de la cantidad de casos que se vienen registrando, cada vez más violentos, hasta el punto de llegar a un femicidio o femicidio vinculado.

Durante la entrevista se sostuvo que la problemática de la violencia actual deviene del derecho a la libertad que la mujer ha ido adquiriendo con el tiempo. Frente a esto el hombre responde con acciones contra la mujer como negar la igualdad de oportunidades, vulnerar sus derechos, excluirla de la vida laboral y económica, imponerse con agresión, subordinarla y someterla ejerciendo así el control de la relación y el impedimento a la autorrealización de la víctima. Se propone como solución a esta problemática actual la búsqueda de un equilibrio donde el hombre pueda ser capaz de reconocer y respetar los derechos y valores que le fueron quitados a la mujer tales como salir a trabajar, estudiar, de aportar dinero a la casa. El desafío mayor es cambiar la concepción social que se tiene sobre la mujer, habría que trabajar la deconstrucción de las relaciones desiguales.

Las participantes expusieron experiencias personales de violencia. Y si bien existe una posición de desigualdad e inferioridad en la mujer, se sostuvo que hay una gran necesidad de trabajar con esta temática ya que no solo las mujeres enferman y sufren, sino que hay toda una familia inmersa en esta

problemática. Llegar al respeto, el buen trato, el dialogo en la pareja es fundamental, para lograr un acuerdo dentro de la familia.

Dentro de las experiencias personales surgió el tema de la naturalización de la violencia entre los miembros de la sociedad en general y en especial en las relaciones de pareja, lo que es visto como un inconveniente que conlleva a no reconocer la violencia como tal, dando margen a la impunidad de los actos y al acostumbramiento de este tipo de relaciones tóxicas.

Otro dato que surgió en el encuentro, es la posición que se le da al hombre dentro de la sociedad, los roles, valores, deberes, prohibiciones y mandatos impuestos, lo colocan en un territorio donde les resulta complicado poder correrse de este lugar (si llora es mal visto, si se lamenta y se queja, si muestra debilidad, si dice que no puede, sino te puede cuidar con cuestiones que tienen que ver con el entorno, con el afuera, está mal visto. Si gana menos que la mujer, no sirve, es un inútil). Sería una opción a la solución cortar con todos esos mandatos incluidos los de las mujeres, donde los roles culturales están muy atrasados, ya que hoy las mujeres son jardineras, cortan el pasto, hacen albañilería y eso no quita feminidad, al contrario le aportas a la construcción de género. Se mencionó que la transformación va a empezar el día que se pueda entender que dos personas tienen el mismo objetivo, que comparten la lucha. La transformación no pasa por las leyes sino por una transformación cultural, en la que hay que educar desde la infancia.

En función de los datos recabados se afirma que para disminuir la violencia en el hogar se expresa que sería de mucha utilidad ofrecer un espacio donde los varones puedan hacer un reconocimiento de la violencia, trabajar en ello, un espacio donde puedan hablar y trabajar la violencia. Hay que instalar en la sociedad el tema de la violencia familiar, abrir espacio donde se puedan plantear. Y si es necesario ir casa por casa para conocer las situaciones familiares y saber para poder intervenir.

Los hombres no encuentran mucha contención en la sociedad, no hay lugares donde ellos puedan acudir. Estos hombres necesitan descargar todas las tensiones que vienen sufriendo, ellos también necesitan un lugar donde poder expresarse. Creo que las mujeres tienen más acceso a estos espacios. Ellos deben tener las mismas posibilidades y oportunidades de apoyo.

### 3.4 Análisis FODA

Para realizar un diagnóstico de intervención de la CASA EL ALJIBE e identificar sus demandas y necesidades, se utilizó un análisis FODA, el cual permite identificar tanto las oportunidades como las amenazas, así como las fortalezas y debilidades que muestra una institución.<sup>2</sup>La matriz de análisis DAFO o FODA es una conocida herramienta estratégica de análisis utilizada para efectuar un diagnóstico y así poder tomar decisiones estratégicas acertadas y mejorar el futuro(Espinosa, 2013).

<p><b>FORTALEZAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Comunicación fluida entre los directivos.</li><li>-Alta fomentación del armado de redes con otras instituciones.</li><li>-Alta cohesión grupal.</li><li>-Servicios gratuitos ofrecidos a la comunidad.</li><li>-Alta recepción de los participantes de la comunidad.</li><li>-Estructura organizativa democrática.</li><li>-Clima favorable de trabajo.</li><li>-Actitud activa frente al apoyo de las problemáticas de la comunidad.</li><li>-Alto compromiso del personal en la capacitación en la temática de violencia de género.</li><li>-Trabajo territorial, gran cercanía con la comunidad.</li><li>-Disposición en aceptar proyectos que beneficien a la comunidad.</li></ul>	<p><b>OPORTUNIDADES</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-La institución tiene la autoridad para derivar ciertos casos a otras instituciones pertinentes.</li><li>-Intención de abordar y fomentar la problemática de violencia conyugal.</li><li>-Gran presencia de denuncia de mujeres.</li><li>-Gran cantidad de derivaciones al polo por las denuncias realizadas.</li><li>-Marcado descenso del personal estable.</li><li>- Ausencia de otros espacios para trabajar la violencia en los hombres.</li><li>- Proyecto de generar un espacio de contención para los hombres.</li><li>-Voluntad para generar relaciones con otras instituciones para tratar el tema de la violencia.</li></ul>

<sup>2</sup>Su nombre deriva del acrónimo formado por las iniciales de los términos: debilidades, amenazas, fortalezas y oportunidades.

DEBILIDADES	AMENAZAS
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Escasos recursos gubernamentales.</li> <li>-Falta de recursos humanos: necesidad de más profesionales.</li> <li>-Ausencia de actividades sobre violencia familiar.</li> <li>-Falta de actividades para la contención hacia los hombres.</li> <li>-Falta de atención clínica.</li> <li>-Ausencia de trabajadora social y psicopedagoga.</li> <li>-Plantel conformado únicamente por personal femenino.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Fragmentación en el trabajo con otras instituciones.</li> <li>-Falta de continuidad por parte de los participantes en los talleres existentes.</li> <li>-Dificultad en la convocatoria para la participación de los talleres.</li> </ul>

Atraves del análisis FODA, podemos identificar:

- Las Fortalezas, son las capacidades y recursos con los que cuenta la empresa.

Dentro de las fortalezas, se pudo observar en Casa El Aljibe una gran apertura y apoyo a las problemáticas sociales que ingresan, siendo esta institución muy activa a la recepción y al trabajo conjunto con las personas, ya que se encuentra abierta a la asistencia barrial y comunitaria. Por otra parte, existe un plantel profesional capacitado, con una gran expectativa de trabajar conjuntamente e impulsar el armado de redes con otras instituciones. A su vez esta institución cuenta con recursos edilicios para llevar a cabo actividades que la comunidad demande.

- Las Oportunidades hacen referencia a factores positivos y situaciones favorables externas que son necesarios tener identificadas a fin de aprovecharlas de la mejor *manera*. Actualmente en Casa El Aljibe se busca superar demandas a través del trabajo interdisciplinario y a través de la amplitud de redes con otras instituciones. Existe en esta institución la voluntad para generar relaciones con otras instituciones para tratar el tema de la violencia,

pero en la realidad aparece un trabajo fragmentado y encuadrado en lo interno de cada institución, como hospitales, dispensarios, escuelas, etc.

Existe la necesidad de abordar temas con urgencia social como es la violencia de género ya que hay gran cantidad de denuncias y derivaciones de las mujeres al Polo de la mujer. Este lugar tiene como proyecto de generar un espacio de contención para los hombres.

-Las Debilidades hace referencia a aquellos puntos de los que la institución carece, aquellos factores que provocan una posición desfavorable frente a otras instituciones o simplemente aquellos factores en los que se puede mejorar.

Actualmente la institución no cuenta con demasiados profesionales y existe la urgencia de aumentar el plantel, por ejemplo sería necesaria la incorporación de una trabajadora social y una psicopedagoga para poder apalear satisfactoriamente las demandas que ingresan. Finalmente, se observa la ausencia de actividades para la contención hacia los hombres.

- Las Amenazas son situaciones que provienen del entorno y pueden poner en peligro la estabilidad de la institución.

Una situación que podría ser tomada como fuente de problemas para acceder al cambio deseado sería la fragmentación en el trabajo con otras instituciones, aunque por parte de la institución se aspira al trabajo en red, existe sin embargo una realidad donde esto se ve afectado. Es un objetivo el tratar de unificar criterios con otras instituciones.

### **3.5 Fundamento de la demanda-problema**

A partir del análisis realizado se puede observar que la institución está interesada en la problemática de violencia en los hombres, considerándola una problemática con emergencia actual.

Además, se observa la necesidad de realizar un espacio grupal para ofrecer a los hombres como una alternativa de las denuncias que se corresponden en dicha institución. Lo siguiente se presenta como una oportunidad para

complementar la atención que hasta el momento se le ha dado a la problemática, como una de las demandas no cubiertas y de carácter más urgente en lo que atañe a la institución.

Es en relación a lo recién expuesto, que se considera relevante la elaboración de un “taller para hombres que ejercen violencia”, con el mismo se intentara no solo satisfacer una demanda de la institución sino también una demanda de una problemática creciente de la sociedad actual.

Se considera importante y oportuno poder ofrecer un espacio grupal donde los hombres puedan hacer un reconocimiento de la violencia, reflexionando constructivamente y trabajar para la disminución de la misma. Resulta importante destacar que la asistencia en Córdoba Capital, de hombres que ejercen violencia es inexistente o casi nula en otros espacios u organizaciones.

## CAPÍTULO 4: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

### 4.1 Programa de intervención: Taller Psicoeducativo

Este proyecto apunta a la implementación de un abordaje psicoeducativo para el hombre que ejerce violencia, el cual se fundamenta en la creencia que las personas tienen la capacidad de cambiar. Por consiguiente, dicha intervención tiene como principal objetivo: Primero, responsabilizar al agresor por su rol activo en el uso de la violencia, con el fin de poder visualizar y explorar el impacto que tiene la utilización de la violencia hacia su pareja o hijos. Ayudando esto a promover en los hombres la responsabilidad y la motivación para cambiar.

Es importante destacar que la participación en este taller es voluntaria, nadie está obligado a participar o permanecer en el grupo si no lo desea.

El segundo objetivo es lograr desarraigar la violencia de su repertorio comportamental mediante el aprendizaje de formas alternativas de resolución de conflictos y de comportamientos adaptados, mediante el uso de estrategias que permitan controlar la ira, la violencia y los malos tratos de cualquier tipo dirigidos hacia las mujeres con las que mantienen un vínculo afectivo.

Para esto también es necesario que los coordinadores cuente con las capacidades de: una comprensión exhaustiva de las dinámicas en las relaciones familiares violentas; conocimiento de la personalidad de los hombres que ejercen violencia; conocimientos de dinámica grupal; compromiso en relaciones de respeto e igualdad de género; reflexión sobre la historia personal de violencia; puedan descubrir, analizar y cuestionar las ideas, estereotipos y roles de género; formación y supervisión continua.

El programa completo tiene una duración de 6 meses. Cada uno de los 20 encuentros tiene una duración de 90 minutos. Se recomienda encuentros semanales ya que una frecuencia superior complicaría el proceso de reflexión por medio de las tareas asignadas.

Se trata de un programa que consta de seis fases: donde la primera se centra en aspectos motivacionales; la segunda, en déficit más frecuentes detectados en hombres que ejercen violencia; la tercera se basa en el control de las emociones; la cuarta está dedicada al manejo y entrenamiento de habilidades; la quinta se refiere a la violencia psicológica y sus consecuencias ;la sexta y

última fase es el cierre donde se quiere lograr el mantenimiento de una buena calidad de vida en cuanto a las relaciones de pareja.

### **Criterios de ingresos y egresos al tratamiento**

Previa a su participación al programa grupal, todos los hombres deberán realizar de manera individual, una evaluación de admisión donde se realizara un diagnóstico a los efectos de corroborar y evaluar criterios para la inclusión o exclusión al programa de intervención grupal. Serán excluidos aquellos hombres con una personalidad psicopática, aquellos que tengan trastornos psiquiátricos severos, o que estén cursando un consumo problemático de sustancias sin recibir la atención adecuada. En caso que el paciente tenga problema con el abuso de sustancias o bebidas alcohólicas, deberá recibir terapéutica específica para su trastorno para ser admitido al programa.

Para terminar el programa y dar el alta, se tendrá en cuenta: - la asistencia al grupo (haber asistido a las sesiones con una asistencia no menor al 90 %),- realización de los ejercicios y tareas (haber realizado no menos del 90%), - adquisición de habilidades y herramientas facilitadas (evaluadas por los profesionales a lo largo del tratamiento).

Los profesionales podrán sugerir la desvinculación de un paciente en caso que haya violado normas grupales por ejemplo usar la agresión entre compañeros, asistir bajo efectos de drogas, ausencias prolongadas sin justificación, falta de motivación en la realización del tratamiento.

En este caso se opto por grupos abiertos, donde el coordinador regula el ingreso de cada integrante, donde se complementará con sesiones individuales aquellos aspectos y actividades que los participantes no hayan podido trabajar en el grupo.

### **Honorarios**

El Colegio de psicólogos de la Provincia de Córdoba, establece en la resolución de junta de gobierno 137/14 que los honorarios mínimos éticos profesionales son:

- Psicoterapia individual \$ 500
- Psicoterapia de grupo: \$190 por integrante del grupo

Teniendo en cuenta la modalidad de taller psicoeducativo será utilizado para el cálculo de los honorarios profesionales el valor fijado para la *Psicoterapia de grupo* con un valor de \$ 68 por integrante.

### **Material**

La institución cuenta con materiales y recursos que forman parte de la infraestructura escolar, se detallan a continuación aquellos que estarán disponibles para la realización de los encuentros del taller:

- Salón de clases amplio e iluminado equipado con:
  - o Sillas y bancos para 10 personas
  - o Pizarra para tizas
  - o Pizarrón móvil para marcadores
  - o Atril rota folios
  - o Equipo reproductor de CD
  - o Televisor
  - o Equipo reproductor de DVD

Entre los materiales no provistos por la institución será necesario adquirir los siguientes:

<b>Cantidades</b>	<b>Materiales</b>	<b>Costo estimado</b>
20	Lápices	\$ 120
20	Lapiceras	\$ 100
20	Marcadores, varios colores	\$ 200
1	Resma de papel A4 blanco 70 gramos	\$ 300
30	Afiches varios colores	\$ 150
20	Cartulinas varios colores	\$ 150
5	Pegamento vinílico	\$ 60
5	Rollos de cinta adhesiva	\$ 70
1	Pelota de espuma	\$ 50
30	Hojas para rota folios	\$ 180
2	Cajas de crayones	\$ 60
5	Tijeras	\$ 120
1	Caja de tizas blancas	\$ 50
3	Marcadores para pizarra blanca	\$ 80
1	Bolsa de globos de colores	\$ 40
1	CD de música grabada	\$ 15
<b>TOTAL</b>		<b>\$ 1825</b>

**Esquema del Programa de Intervención:**

<i>Modulos</i>	<i>Variables</i>	<i>Encuentro N°</i>
----------------	------------------	---------------------

<b>1-PRESENTACION Y MOTIVACION</b>	-PRESENTACION DEL EQUIPO Y LOS PARTICIPANTES	1, 2
<b>2-IDENTIFICACION, CONTROL Y EXPRESION DE EMOCIONES</b>	-CELOS -IRA -ANSIEDAD	3,4,5
<b>3-RECONOCER LA VIOLENCIA:</b>	- IDENTIFICAR LA VIOLENCIA -CICLO DE LA VIOLENCIA	6,7,8,9
I. DEFINICION DEL PROBLEMA, CONCIENCIA DEL DAÑO CAUSADO	-CREENCIAS DE GENERO -ANTECEDENTES DE VIOLENCIA -PENSAMIENTOS AUTOMATICOS	10,11,12
II. DISTORCIONES COGNITIVAS Y CREENCIAS IRRACIONALES	-DESARROLLO DE EMPATIA	13,14
III. EMPATIA CON LA VICTIMA	-VIOLENCIA SEXUAL , EMOCIONAL Y ECONÓMICA -ASERTIVIDAD	15,16
<b>4-AGRESION SEXUAL, VIOLENCIA PSICOLOGICA Y ECONÓMICA</b>	-RESOLUCION DE CONFLICTOS - RECAIDAS	17,18
<b>5-CIERRE</b>		

#### **4.1.1 Módulo 1: “Presentación y Motivación”**

Objetivos generales:

- Presentación de los participantes, del equipo terapéutico y de las normas del grupo.
- Conocer las expectativas y el grado de motivación de los participantes.
- Aumentar la motivación de los participantes con respecto al tratamiento.

## ENCUENTRO N°1: “Conociendonos”

Tema: Presentación.

En el primer encuentro se definen las normas y reglas que se van a trabajar y van perdurar durante todo el tratamiento, tanto para los participantes como para los terapeutas, y las expectativas sobre los resultados que se pretenden obtener con el mismo.

Otro de los objetivos es la presentación por parte del equipo terapéutico, de los contenidos del tratamiento en general, del grado de participación que deben tener, etc.

El objetivo será que luego de estos encuentros los participantes cuenten con información suficiente como para disminuir la ansiedad y que se encuentren preparados para la tarea en grupo.

## Objetivos:

- Presentación del equipo terapéutico y de los miembros del grupo.
- Presentación del programa en general.
- Brindar información suficiente para disminuir la ansiedad.
- Brindar la información suficiente para comenzar a trabajar en grupo.

## Actividades:

- ✓ Se presenta el equipo terapéutico.
- ✓ Se explica las características del tratamiento (la metodología a utilizar, el número estimado de sesiones, duración de las mismas).
- ✓ Se hace entrega de la libreta de anotaciones y ejercicios.
- ✓ Se invita a las participantes a presentarse.
- ✓ Se realizara la creación conjunta de las normas del grupo.
- ✓ Se anotan las vivencias personales en la libreta de ejercicios.

## Dinámicas:

### ➤ Dinámica 1: Conociéndonos:

“Los participantes se colocan formando un círculo. Primero se dice su nombre y que expectativa tienen sobre el grupo. Luego se lanza una pelota de tenis a una persona. Esta dice el nombre anterior y el suyo, su expectativa del grupo y lanza la pelota a otra persona. La tercera persona, dice su nombre, el nombre del primero, del segundo, su expectativa y lanza a otra persona. Así sucesivamente con todos los participantes”.

### ➤ Dinámica 2 :Creación conjunta de la normativa del grupo que estarán presentes durante todo el tratamiento:

“¿Qué factores creen ustedes que son necesarios para lograr un espacio de escucha, información, respeto y cordialidad? Por ejemplo: “para escuchar es necesario que el grupo respete el orden asignado por el moderador del grupo”. ¿Qué se hace en caso de incumplir las normas?

Consigna para un miembro: “quien desea escribir en un afiche las reglas acordadas por el grupo para que luego quede en el espacio y los participantes que ingresen al grupo puedan observarlas y conocer las pautas grupales”.

- Dinámica 3: Se invita a cada participante que anote en su libreta lo que desean expresar de este encuentro (Ejercicio N°1).

#### Instrucciones para el coordinador:

El terapeuta se presenta y da la bienvenida a los participantes.

Se presenta cada uno de los integrantes del equipo tratante, señalando nombre, profesión y rol que va cumplir en los encuentros. Luego se explicara las características del tratamiento, el número estimado de sesiones, la duración de cada encuentro y las metas a cumplir.

Se aprovechara esta instancia para contar que el objetivo del programa es desarrollar estrategias que permitan controlar la ira, la violencia y malos tratos de cualquier tipo dirigidos hacia mujeres con las que mantienen o mantendrán un vínculo afectivo. Para ello se les brindara ayuda y se les enseñara conductas alternativas para relacionarse sanamente. Por lo que es importante que puedan percibir a los terapeutas como una figura de ayuda, y el programa, como una oportunidad para aprender algo nuevo que puede ser muy beneficioso en sus relaciones posteriores. Debe también quedar en claro que el objetivo no es culpar ni juzgar sino que es el de ayudar.

A continuación se les hará entrega de una libreta de anotaciones y ejercicios, que utilizaran durante todo el tratamiento. Dicha libreta se utilizara al final de todos los encuentros para el registro de pensamientos, emociones que surgen en cada encuentro.

Posteriormente se realiza la presentación de los participantes a través de una dinámica con el objetivo que los miembros empiecen a conocerse y así crear un clima de confianza.

Luego, se continúa con la construcción conjunta de las reglas de trabajo para el grupo. Las cuales se irán anotando en un afiche y serán colocadas en un lugar visible para tenerlas presente en cada sesión. El grupo debe establecer el compromiso de aceptar las reglas y no debe incumplirlas.

El terapeuta debe evaluar la posibilidad de que el grupo elabore todas las reglas que más puedan, en caso de no incluirse algunas esenciales, el terapeuta debe brindarlas. Debe quedar claro que existen reglas negociables, como el no tener que participar de todas las actividades, la forma de cumplir con ciertas actividades en caso de que se deba faltar a una sesión, y otras que se deben definir y aclarar en el grupo, como la puntualidad, la participación activa por parte de los integrantes. Además, hay otras que no son negociables del todo, como el interrumpir de manera violenta a algún compañero. El terapeuta debe aclarar y establecer las consecuencias de interrumpir con esta norma lo que podría implicar la salida del grupo.

Para finalizar se les pedirá que anoten en la libreta de ejercicios, las vivencias personales, sentimientos, pensamientos surgidos, o lo que desean expresar. Se les explicara que es una instancia personal pero si

alguien desea puede exponerlo en el grupo. El terapeuta debe explicar que este ejercicio se repetirá al final de todos los encuentros.

**Materiales:**

- Una pelota de tenis
- Tres afiches
- Marcador
- Ocho lapiceras
- Una cinta adhesiva
- Libreta de anotaciones

**Ejercicio N°1:**

¿Qué emociones, sensaciones y pensamientos han surgido en este encuentro?

¿Qué aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión?

ENCUENTRO N° 2: "Calentando motores"

**Tema: La motivación**

En este tipo de participantes la motivación suele ser baja, y suelen presentar una actitud defensiva, ya que no suelen ser conscientes de la necesidad y de la importancia de la realización de un tratamiento. Por lo que debemos promocionarla para una mejor realización del programa. Para ello se busca que los participantes sean conscientes de que su conducta es inadecuada y las consecuencias negativas que ha tenido para él y para su pareja. Y que sepan que existen otras formas más beneficiosas de relacionarse.

**Objetivos:**

- Aumentar la motivación de los participantes.
- Conocer el grado de motivación de los participantes.
- Reflexionar sobre pensamientos y sentimientos ante un proceso de cambio.

## Dinámicas:

- Dinámica 1: respiración y conexión: “La respiración mantiene una relación directa con los estados emocionales por eso cuando estemos irritados, tristes o angustiados quizás nuestra respiración este bloqueada; cuando tenemos miedo respiramos corto y rápido, etc.

¿Alguna vez sintieron o se dieron cuenta de esto, pudieron identificar esta respiración?

Ahora vamos a trabajar con la respiración: en primer lugar vamos a ponernos cómodos en la silla y vamos a observar y sentir como es la respiración en este momento. Inhalamos aire por nariz, el aire se lleva a la panza, se retiene y luego exhalamos por la boca.

Ahora respiramos normal y sentimos los pies, los movemos hacia delante y atrás.

Volvemos a hacer otra respiración profunda, exhalamos por nariz, llevamos el aire a la panza, se retiene y soltamos por boca.

Ahora respiramos normal y sentimos las caderas, la cola sobre la silla.

Continuamos con otra respiración profunda, inhalamos aire, lo llevamos a la panza, luego exhalamos por boca.

Respiramos normal y sentimos los hombros (para arriba y abajo), cuello (de izquierda a derecha) y cabeza (hacemos movimientos hacia adelante y atrás).

- ✓ Dinámica 2: Pasar en un video, con imágenes de testimonios reales de personas que han realizado un tratamiento para hombres que ejercen violencia, donde se exprese su vivencia personal (los beneficios, las consecuencias, las ventajas de haber realizado un tratamiento). Luego, se expondrá en forma grupal los sentimientos y pensamientos de cada participante ante lo expuesto anteriormente. . (La Tercera. (2013). Testimonio de un Hombre que violento a su mujer por 10 años. <https://youtu.be/Y0n6vr3HXsk>).
- Dinámica 3: se responde a las siguientes preguntas de la libreta de anotaciones (Ejercicio N° 1) y luego se genera un espacio de debate grupal en base a lo trabajado.
- Dinámica 4: Se invita a cada participante que anote en su libreta lo que desean expresar de este encuentro (Ejercicio N°2).

Instrucciones para el coordinador:

Para dar comienzo a esta sesión, se inicia con una técnica básica de relajación y de respiración profunda. Se explica en una breve introducción sobre la relación entre la respiración y las distintas emociones. Con el fin de que puedan ir incorporando y tomando conciencia de la conexión existente entre las emociones y el cuerpo. Dicha técnica será retomada en todo el tratamiento, como se verá más adelante del programa esta práctica se utiliza también para disminuir la ansiedad. La cual puede ser implementada en cualquier momento y situación.

En segundo lugar se utilizará como disparador un video sobre un testimonio real de una persona que ha realizado un tratamiento. Luego se le pedirá a los participantes que expliquen cuales fueron sus sentimientos y pensamientos en base a estos. El terapeuta debe indagar sobre la motivación y expectativas de cambio que presentan los participantes.

En tercer lugar se les pedirá que escriban en la libreta las ventajas e inconvenientes que, según ellos, tiene la realización del programa para él y para la pareja. Se analizarán cuestiones como ¿Qué queremos cambiar? ¿Qué persona nos ayudaría en este proceso? Luego se pondrán en común sus respuestas, generando un debate o exposición de lo trabajado. Se debe impulsar una escucha activa por parte del terapeuta, iniciándose estrategias para ir mejorando la motivación en los participantes.

Para terminar se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quieren destacar como importante de esta sesión. Se explica que es una instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo.

Materiales:

- Pantalla con entrada USB
- Lapiceras
- Libreta de anotaciones

Ejercicio N°1:

- ¿Me preocupa realmente lo que está pasando?
- ¿Qué ventajas crees tú que tendrá sobre ti la realización del tratamiento?
- ¿Qué desventajas crees tú que tendrá en ti la realización del tratamiento?
- ¿Crees que tus problemas se pueden solucionar?
- ¿Considero que ha llegado el momento de tomar una decisión para cambiar?
- ¿Deseas hacer cambios? ¿Cuáles?
- ¿Quiénes pueden ayudarnos?

¿Comprendes que para realizar cambios debe colaborar y asumir responsabilidades de trabajo en el transcurso de este taller?

Ejercicio N°2:

¿Qué emociones, sensaciones y pensamientos han surgido en este encuentro?

¿Qué aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión?

#### **4.1.2 Módulo 2: “Identificación, Control y Expresión de las Emociones”**

Objetivos generales:

- Generar acciones que posibiliten el control de los impulsos
- Mantener bajo control y canalizar de forma adecuada sentimientos agresivos.
- Afrontamiento adecuado de la ira y las emociones negativas.
- Aprender a identificar la tensión y fricción de las situaciones que pueden llevarlo a responder con violencia.
- Practicar estar consciente de sus emociones.

### ENCUENTRO N° 3: “Educar las emociones”

Tema: Identificar y expresar las emociones

Los hombres suelen experimentar emociones que no llegan a identificar ni a expresar generando una gran tensión que puede llegar a desbordarlos. Por eso, el objetivo de esta unidad es ayudar a concientizar en los hombres sus sentimientos y que aprendan a identificar y a expresar sus emociones. Es necesario que el hombre comprenda que puede aprender a controlar su enojo y sus emociones y aunque lo logre en forma significativa, éste es sólo un paso de muchos que con su esfuerzo ha de lograr por medio del proceso.

Objetivos:

- Identificación y expresión de emociones.

Dinámicas:

- Dinámica 1: Lluvia de ideas sobre *¿Qué es una emoción?*
- Dinámica 2: Exposición psicoeducativa: El terapeuta explica que es una emoción, como se relacionan con la conducta y los pensamientos, los diferentes tipos y la intensidad de las emociones. (Ver Exposición Psicoeducativa)
- Dinámica 3: Marca con una X qué emociones te cuesta más experimentar y que emociones te cuestan más expresar aunque realmente las sientas. (Ver listado del ejercicio n° 1 de la libreta). Luego, elige dos de ellas y redacta *¿En qué situaciones te encontrabas? ¿Qué te lo impidió? ¿Fuiste tú mismo?*

Empieza por frases como:

*Me hubiera gustado decir...*

*Quería que hubiese sabido...*

*Ahora me arrepiento de haber...*

- Dinámica 4: Se invita a cada participante que anote en su libreta lo que desean expresar de este encuentro (Ejercicio N°2).

Instrucciones para el coordinador:

Para dar comienzo a esta sesión, se inicia con una lluvia de ideas, para saber que conocimientos previos tienen sobre las emociones. Se anota en un pizarrón las ideas sugeridas por los participantes.

Una vez concluida la primera actividad, el terapeuta prosigue por explicar y disertar sobre el significado de las emociones, los componentes, la intensidad, etc.

Para terminar se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quieren destacar como importante de esta sesión. Se explica que es una instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo.

Materiales:

- Lapiceras
- Libreta de anotaciones
- Pizarra
- Marcador

Exposición psicoeducativa:

Una emoción es un sentimiento que aparece como reacción ante una situación o como reacción ante un pensamiento. Las emociones tienen varios componentes:

- El contenido psicológico: Me siento alegre, triste, enojado.
- El orgánico o fisiológico: Son las reacciones físicas, lo que nos ocurre en el cuerpo. (Tensión, aceleración del corazón, sudoración).
- La expresión no verbal: Los gestos, las posturas, la mirada.

- El significado social: Cada cultura otorga reglas que delimitan su expresión en función de la situación, el sexo y la edad: (“los hombres no lloran”).

La emoción tiene una relación directa con el pensamiento y en gran parte viene determinada por ellos. Según como interpretemos una situación concreta afloran unas emociones u otras. Podemos decir entonces que la forma de *sentir* ante una determinada situación es una cuestión personal y está en función, entre otras cosas, de cómo se interprete o analice lo que sucede.

Las emociones se encuentran también íntimamente relacionadas con nuestro organismo. Lo que sentimos en un momento dado se manifiesta en el plano corporal. La rabia, la alegría, el miedo son sentimientos o emociones que “pueden verse o notarse” a través de la tensión en la mandíbula, el sudor, la forma de respirar acelerada. Quien siente *angustia* podrá notar un vacío en el estómago, quien se siente *sereno* podrá percibir que su cuerpo está relajado.

Finalmente, la conducta, lo que hacemos, puede estar determinada por lo que sentimos. De esta manera hemos formado una especie de triángulo cerrado. Ocurre algo (situación), interpretamos lo que sucede (pensamiento) de acuerdo al estilo y personalidad de cada uno, experimentamos una emoción que se manifiesta en nuestro cuerpo (fisiología), y reaccionamos en consecuencia (conducta). Por ejemplo: una situación podría ser que llego a casa y no tengo la comida lista, a lo que interpretamos que no hizo la comida porque estuvo mensajándose por celular con otro hombre, frente a esto sentimos ira y celos a lo que respondemos con una conducta violenta.

Otra característica de las emociones es su intensidad. Las emociones son estados que pueden presentarse en mayor o menor grado dependiendo de determinados factores ambientales y personales. Por regla general, percibimos mejor las emociones cuando éstas se presentan de manera intensa, pero tenemos que ser receptivos y estar atentos a aquellas que presentan menor intensidad pero que son las que llenan la mayor parte de nuestra vida.

A pesar de esta función algunas emociones nos pueden resultar agradables y otras desagradables cuando las experimentamos. Diremos que son *positivas* aquellas emociones que nos resultan agradables, que valoramos como deseables y que crean en la persona que las siente un estado de satisfacción y bienestar. En cambio, las *negativas* las consideramos desagradables, las percibimos como no deseables, crean malestar y provocan estados de ánimo perjudiciales para la persona que las siente, e incluso repercuten en los demás que hay alrededor.

Una cosa es la identificación de las emociones y otra muy distinta la expresión de las mismas. Cuando sentimos y no expresamos lo sentido, nuestro flujo emocional se embota y sufrimos lo que venimos en llamar “represión emocional” o impotencia emocional. Reprimir las emociones, especialmente si son negativas, hace que se enquisten provocando un estado de continuo malestar. La falta de expresión de las emociones nos aleja de los

demás, nos aísla. Por tanto, *es siempre bueno expresar lo que se siente, de un modo racional y controlado.*

Del mismo modo que no es bueno guardarse las cosas tampoco nos ayuda no saber adaptarnos a la situación en la que nos encontremos. Las emociones están ahí, no se pueden desconectar con un interruptor. Lo que podemos hacer es regularlas, controlarlas y modificarlas. Esto es el autocontrol emocional.

Ejercicio N°1:

EMOCIONES POSITIVAS:

Esperanza	Fascinación	Satisfacción	Ternura
Atracción	Orgullo	Compasión	Enamoramiento
Gusto	Placer	Pasión	Euforia
Asombro	Entusiasmo	Sorpresa	Seguridad
Alivio	Alegría	Felicidad	Paz
Amor	Diversión		

EMOCIONES NEGATIVAS:

Ira	Nerviosismo	Odio	Inseguridad
Tristeza	Infelicidad	Vergüenza	Enfado
Decepción	Miedo	Sufrimiento	Arrepentimiento
Desilusión	Preocupación	Dolor	Frustración
Depresión	Envidia	Humillación	Remordimiento
Rechazo	Nostalgia	Rabia	

Ejercicio N°2:

¿Qué emociones, sensaciones y pensamientos han surgido en este encuentro?

¿Qué aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión?

## ENCUENTRO N° 4: “La ira” Parte 1

### Tema: La ira

Este es un tema imprescindible de abordar en este tipo de población, dado que la ira es una conducta de la violencia, por ello nos abocaremos a desarrollarlo en varios encuentros.

La ira tiene relación directa con la agresión, ambas se influyen recíprocamente, y su relación es dinámica. Aunque puede darse agresión sin ira, y la presencia de esta emoción no tiene por qué ser suficiente para disparar la agresión. Cuando la ira no desemboca en agresión, constituye una emoción normal ya que el comportamiento agresivo se ve regulado. Pero algunas personas experimentan ira con una intensidad o una frecuencia demasiado elevadas, o existen elementos desinhibidores (como el alcohol) que disminuyen la efectividad de los mecanismos naturales de control de la agresión.

El objetivo de este programa otorgarle a los participantes técnicas para que puedan controlar su emoción de ira antes de que termine en agresión.

### Objetivo:

- Definir el término ira
- Compartir experiencias relacionadas con la emoción
- Aprender técnica de relajación profunda

### Dinámicas:

#### ➤ Dinámica 1: Lluvia de ideas y debate sobre:

- ¿Qué es la ira?
- ¿En qué parte del cuerpo la podemos sentir?
- ¿Cómo la expresamos? Ejemplos.
- ¿Qué consecuencias tiene?
- ¿La ira se puede controlar? ¿Cómo?
- ¿Quién se ve afectado por mis ataques de ira?
- ¿Todo el mundo reacciona de la misma forma ante las mismas situaciones?
- ¿Somos nosotros mismos los causantes de nuestro enojo?

➤ Dinámica 2: Exposición psicoeducativa por parte del terapeuta sobre la definición de ira.

➤ Dinámica 3: vamos a realizar dos técnicas de respiración profunda.

1) Esta es una técnica sencilla y útil para controlar las tanto emociones. Por un lado oxigena nuestros órganos y hace que el cerebro trabaje mejor, y por otro lado porque relaja y con ello consigue calmarnos.

De esta manera obtendremos una respiración lenta y un poco más intensa que nuestra respiración normal. Se puede comprobar que realizas la respiración correctamente poniendo una mano en el tórax y otra en el abdomen, lo estás haciendo correctamente si al respirar sólo se mueve la mano del abdomen (por este motivo a la respiración profunda también se le llama abdominal o diafragmática).

- Inspira profundamente mientras cuentas mentalmente hasta 5
- Mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta 4
- Suelta el aire mientras cuentas mentalmente hasta 10
- (Repite varias veces hasta que te sientas más relajado).

2) Respiración y conexión: en primer lugar vamos a ponernos cómodos en la silla y vamos a observar y sentir como es la respiración en este momento. Inhalamos aire por nariz, el aire se lleva a la panza, se retiene y luego exhalamos por la boca. Ahora respiramos normal y sentimos los pies, los movemos hacia delante y atrás. Volvemos a hacer otra respiración profunda, exhalamos por nariz, llevamos el aire a la panza, se retiene y soltamos por boca. Ahora respiramos normal y sentimos las caderas, la cola sobre la silla. Continuamos con otra respiración profunda, inhalamos aire, lo llevamos a la panza, luego exhalamos por boca. Respiramos normal y sentimos los hombros (para arriba y abajo), cuello (de izquierda a derecha) y cabeza (hacemos movimientos hacia adelante y atrás).

➤ Dinámica 4: “Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo”.

Instrucciones para el coordinador:

Se utiliza como disparador una lluvia de ideas sobre que es la ira, donde podemos localizarla, como la expresamos, sus consecuencias, a quienes afectamos con los ataques de ira, cómo reaccionan otras personas frente a este sentimiento, y si somos nosotros los causantes de nuestro enojo. Se hace una puesta en común de las respuestas, intentando que todos presenten sus ideas. El fin de esta técnica es que empiecen a tomar conciencia de sus

reacciones y como esta afecta a los demás y a ellos mismos. También hacerles notar que la ira tiene componentes cognitivo, emocionales y físicos.

Se continúa con una exposición psicoeducativa por parte del terapeuta sobre la definición de ira, sus consecuencias, la forma en que se manifiesta físicamente, etc. Es decir se plantea la ira como una reacción cognitivo-emocional-fisiológico antes la frustración de la conducta dirigida a un fin.

Luego se presentan dos técnicas de respiración profunda. Ellos pueden elegir la que les sea más agradable para que empiecen a implementarla en sus vidas cotidianas. Y utilizarlas como una técnica de disipación de la ira, en cualquier situación que se les presente.

Para terminar se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quieren destacar como importante de esta sesión. Se explica que es una instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo.

Materiales:

- Libreta de anotaciones
- Lapiceras
- Pizarra
- Marcador

Exposición psicoeducativa

Las emociones tienen la función principal de preparar al organismo para adaptarse al ambiente. La ira utilizada adecuadamente sirven como mecanismos de defensa ante situaciones de peligro; la ira es necesaria para la supervivencia. En sí misma no es mala pues muchas veces nos ayuda a defendernos.

Cuando la ira no se utiliza adecuadamente se llama *ira desadaptativa* y por lo tanto, las consecuencias son negativas. La ira surge cuando la persona percibe una situación como peligrosa.

Entonces, el corazón late más de prisa, la respiración se torna más agitada, se tensan los músculos, se suda, se agudizan todos los sentidos.

Sentir enojo no es malo, es una emoción sana. El problema consiste en no saber manejar la reacción y entonces se actúa con violencia. La violencia es un comportamiento negativo porque su fin siempre es herir, eliminar, aniquilar.

Lo que nos hace daño es que esos sentimientos de enojo duren mucho en el tiempo, sean demasiado intensos o sean desproporcionados.

Una persona agresiva es una persona que tiene problemas para manejar la emoción de la ira. Es una persona que necesita destrezas para manejar las formas de pensar que lo llevan a esta violencia. Se puede aprender a sentir y a dominar la ira. Cuando la violencia se convierte en hábito, es más difícil pero no imposible de dominar.

La violencia tiene sus consecuencias. Lo primero es que se destruyen muchas de mis relaciones personales: la pareja, los hijos, los amigos, los compañeros... Si estamos siempre enfadados, o "a la que salta", o no se nos puede decir nada ¿quién va a querer relacionarse con nosotros? ¿De qué me sirve que mi hijo se porte bien sólo porque me tiene miedo? ¿Mi pareja me adora o desconfía tanto de mí que hace todo lo que yo digo? ¿Por qué me consideran una persona difícil? ¿Por qué me miran así?

A veces llegamos a situaciones extremas y podemos herir gravemente a otra persona y estar a punto de matarla. Está claro, hacemos daño a otros pero también nos hacemos daño a nosotros mismos.

En este caso, expresar la ira origina más violencia, esto suele fortalecerla en lugar de disiparla.

La ira nunca es un buen camino para conseguir algo, usando la ira se puede lograr el objetivo pero solo es temporal, alguien hace algo por miedo pero una vez que se disipa también desaparece el comportamiento.

Es imprescindible que seamos conscientes de que la ira se puede controlar. Nadie está obligado a comportarse de forma violenta. Siempre existen alternativas. Además, aunque a nosotros nos parezca que nos enfadamos rápido, que somos explosivos, la ira es un proceso. No pasamos de 0 a 100 directamente, sino que poco a poco la ira va subiendo

hasta que llega un momento en que no podemos pararla. Si aprendemos a identificar las señales de baja intensidad saltará una alarma en nosotros que nos dirá: *cuidado, me estoy enfadando y puedo ponerme violento. Es el momento de parar.*

Algunas de las señales de la ira son: crujir los dientes, respiración rápida, argumentación, trato de silencio, voz aguda, voz fuerte, no escuchar, puño cerrado, impaciencia, voz áspera y dura, irritabilidad, mirada feroz, palabras obscenas, palabras hirientes; ataques físicos a una persona o a objetos cercanos.

Ejercicio N°1:

¿Qué emociones, sensaciones y pensamientos han surgido en este encuentro?

¿Qué aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión?

## ENCUENTRO N ° 5: “La ira” Parte2

Tema: La ira.

Objetivos:

- Contextualizar la ira.
- Identificar la influencia de los pensamientos en el surgimiento de la ira.
- Poner en práctica estrategias de afrontamiento de la ira.

Dinámicas:

- Dinámica 1: En la libreta, redacta brevemente el último incidente de violencia doméstica o aquel por el cual has sido referido al Programa, usando de guía las preguntas del Ejercicio N°1 de la libreta de anotaciones.
- Dinámica 2: A partir de los pensamientos trabajados en el ejercicio anterior, completamos el siguiente cuadro y lo transformamos en pensamientos positivos. (Ejercicio N°2 de la libreta de anotaciones)
- Dinámica 3: Presentación de la técnica “Detención del pensamiento”  
 Esta estrategia busca el control del pensamiento y puede ser utilizada antes, durante o después de la situación que nos genera la emoción negativa. Se trata de que cuando empieces a notarte, nervioso o alterado, prestes atención a los pensamientos que estás teniendo, e identifiques las connotaciones negativas que tiene para ti. Una vez realizado este pequeño análisis, date ordenes a ti mismo que busquen la interrupción del pensamiento que evoca la emoción, como: “¡STOP!”, “¡Para!”, “¡Ya!”, “¡Basta!”, mientras doy un golpe en una mesa o me pellizco. Tras esta autoinstrucción sustituye los pensamientos detectados como negativos por afirmaciones positivas. La única dificultad de esta sencilla técnica es que para identificar los pensamientos que nos evocan las emociones negativas y convertirlos en positivos se necesita un poco de práctica. (Podemos utilizar los pensamientos del Ejercicio N°2)
- Dinámica 4: “Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo”.

#### Instrucciones para el coordinador:

En esta sesión vamos a trabajar los pensamientos que dan origen o desatan la ira. Las siguientes actividades tienen como objetivo identificar los pensamientos disfuncionales, para luego evaluarlos y así poder modificarlos.

Primero se les pide a los participantes que contesten las preguntas que indagan sobre la última o la más ofensiva de las situaciones de violencia en la que estuvieron envueltos. Deben relatar cómo se dio el contexto antes del incidente, como fue el comienzo del dialogo con su pareja, cómo y cuándo se pasa a la agresión, cuáles fueron los pensamientos que surgieron en ese momento. Este ejercicio tiene como fin poder

contextualizar la ira, enmarcarla en una situación concreta para luego poder trabajarla y desmembrarla, reviviendo las emociones, y sobre todo los pensamientos que se pusieron en juego en ese momento. Luego se los exponen en el grupo y se trabaja los puntos en comunes con las vivencias de los otros compañeros.

En la segunda actividad, se hace una lista de estos pensamientos negativos y se los transforma en pensamientos positivos, como un ejercicio de enfocarse en ellos para poder evitar la situación. Es importante que los pacientes empiecen a tener en cuenta que tipos de pensamientos aparecen en una situación determinada y como estos influyen en las emociones y la conducta.

En la tercera actividad se presenta la técnica de detención de pensamiento, en la que se busca el control de la situación a través de la identificación previa de los pensamientos negativos que inundan nuestra mente en ese momento y producen malestar.

Para practicar esta técnica y realizar este trabajo, utilizaremos la lista de pensamientos del ejercicio N° 2.

Para terminar, se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quieren destacar como importante de esta sesión. Se explica que es una instancia personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo.

Materiales:

- Libreta de actividades
- lapiceras

Ejercicio N°1

Redacta brevemente el último incidente de violencia doméstica o aquel por el cual has sido referido al Programa, usando de guía las siguientes preguntas.

Día de la semana:

Hora:

¿Qué habías hecho antes del incidente?

¿Habías consumido alcohol o alcohol?

¿De dónde venías?

¿Cómo iniciaste el diálogo con su pareja?

¿Cómo y cuándo pasaste del diálogo a la discusión verbal y a la agresión?

¿Qué fue lo que percibiste que te colmó?

¿Qué fue lo que consideras el acto violento?

¿Qué razones hubo para no controlarte?

¿Qué esperabas “ganar” usando la violencia?

¿En qué parte del cuerpo sientes el enojo, que cambios físicos puedes notar que aparecen durante una situación de enojo?

Del 1 al 10 ¿con que intensidad sentiste el enojo?

¿Qué pensamientos surgieron antes de la situación de enojo?

¿Qué pensamientos surgieron durante la situación de violencia?

¿Qué pensamientos surgieron después de la situación?

#### Ejercicio N°2:

	Pensamientos negativos	Pensamientos positivos
Antes del enojo	1- 2- 3-	1- 2- 3-
Durante el enojo	1- 2- 3-	1- 2- 3-
Después del enojo	1- 2- 3-	1- 2- 3-

### Ejercicio N°3:

¿Qué emociones, sensaciones y pensamientos han surgido en este encuentro?

¿Qué aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión?

### ENCUENTRO N ° 6: "Amores que matan"

#### Tema: Los celos

Se podría definir como un mecanismo que persigue el control de la otra persona y muestra el miedo, la inseguridad y la dependencia de quien lo ejercita (Gómez-Limón, 2008; Herranz y Rodríguez, 2002; Lorente, 2009; Quinteros y Carbajosa, 2008).

Por un lado, los celos normales se mantienen como una preocupación por la posible pérdida de una persona amada. Esto causa algunos problemas en la pareja pero no son demasiado serios ni producen un malestar intenso.

Por el contrario, los celos patológicos están acompañados de intensos sentimientos de inseguridad, hostilidad y depresión y suelen ser destructivos para la relación. La persona que sufre de celos enfermizos tiene como finalidad herir y hacer sufrir a otro.

El pensamiento del celoso es sumamente rígido, basado en creencias absolutistas y estas personas sienten a la infidelidad como algo insoportable, intolerable. El problema es que no reconocen que sus pensamientos están distorsionados. Esas distorsiones se manifiestan en frases tales como "ella es mía y de nadie más", "si celas es porque amas", "primero yo y después sus amigas o familiares", etc.

#### Objetivos:

- Discutir el origen, intensidad y normalidad de los celos.
- Reflexionar sobre los pensamientos, comportamientos y expectativas vinculadas a los celos.

#### Dinámicas:

- Dinámica 1: Tormenta de ideas sobre ¿Qué son los celos?, ¿Cuándo surgen los celos?, ¿Cómo sabemos que estamos celosos?, ¿Cuáles son las consecuencias de los celos? ¿Los celos son normales? ¿Cuándo uno se enferma de celos?

- Dinámica 2: Exposición psicoeducativa por parte del terapeuta sobre la definición de los celos.
- Dinámica 3: Realizar el ejercicio N°1 de la libreta de anotaciones. Leer con atención los siguientes comportamientos y analices si te ves reflejado en algunos de ellos. Luego se debate en forma grupal.
- Dinámica 4: Realizar técnica de relajación. Respiración y conexión: en primer lugar vamos a ponernos cómodos en la silla y vamos a observar y sentir como es la respiración en este momento. Inhalamos aire por nariz, el aire se lleva a la panza, se retiene y luego exhalamos por la boca. Ahora respiramos normal y sentimos los pies, los movemos hacia delante y atrás. Volvemos a hacer otra respiración profunda, exhalamos por nariz, llevamos el aire a la panza, se retiene y soltamos por boca. Ahora respiramos normal y sentimos las caderas, la cola sobre la silla. Continuamos con otra respiración profunda, inhalamos aire, lo llevamos a la panza, luego exhalamos por boca. Respiramos normal y sentimos los hombros (para arriba y abajo), cuello (de izquierda a derecha) y cabeza (hacemos movimientos hacia adelante y atrás).
- Dinámica 5: “Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo”.

#### Materiales:

- Pizarra.
- Marcador.
- Libreta de anotaciones
- Lapicera.

#### Exposición Psicoeducativa:

Los celos normales se mantienen como una preocupación por la posible pérdida de una persona amada. Esto causa algunos problemas en la pareja pero no son demasiado serios ni producen un malestar intenso. Se siente físicamente bien y hace sentir bien a los demás. El ritmo cardíaco es normal, respira adecuadamente y vive relajadamente.

Por el contrario, los celos patológicos están acompañados de intensos sentimientos de inseguridad, hostilidad y depresión y suelen ser destructivos para la relación. La persona que sufre de celos enfermizos tiene como finalidad herir y hacer sufrir a otro.

La idea de perder a la persona amada puede resultar dura y difícil de aceptar, siendo algo que nos produce malestar, angustia y miedo. En ocasiones este miedo se transforma en el temor de que alguien nos lo quite.

En algunas personas, este deseo de mantener la relación con la persona amada puede transformarse en posesividad, temiendo de forma constante que les dejen por otra persona y creyendo en base a este miedo que la pareja les está engañando con otra u otras personas. Y dentro de este grupo de personas hay algunas en que las creencias de que se les está engañando con otras personas se dan de manera persistente y rígida, apareciendo dichas creencias aún cuando hay pruebas de lo contrario y pudiendo provocar problemas graves en la relación, comportamientos controladores e incluso violencia hacia la persona amada o sus posibles amantes.

En estos casos podemos hablar de celos patológicos cuando los supuestos motivos no tienen una base real, la emoción es desproporcionada y la sensación de tortura psicológica es permanente.

La intensidad de la emoción también varía dentro de la misma persona o entre unas personas y otras. Los celos cuando se presentan con una baja intensidad son más fácilmente controlables, perturban menos al individuo y crean menos conflictos en la relación. Sin embargo, cuando la intensidad es elevada los celos crean malestar, condicionan el curso del pensamiento, invaden la esfera emocional del sujeto y provocan conflicto, no sólo de pareja sino también con todas las personas con las que se relaciona. Los celos convierten al individuo en un ser no sólo obsesionado, sino potencialmente violento, posesivo y controlador, llegando su vida a girar en torno a esa obsesión. Ante un acontecimiento aparentemente irrelevante (la pareja llama por teléfono anunciando que llegará más tarde), la persona celosa genera un esquema mental acerca de esa situación, en el que aparecen pensamientos erróneos que a su vez dan origen a emociones negativas y perturbadoras que derivan en conductas normalmente violentas o, al menos, controladoras.

Los celos no siempre se dan en el momento presente, normalmente se produce una anticipación de lo que pudiera ocurrir, provocando en la persona celosa comportamientos de control permanentes y minuciosos hacia cualquier actuación de la pareja. También suele desconfiar de las relaciones anteriores que haya podido tener su pareja, mostrando una actitud de hostilidad ante cualquier situación que pueda recordar esos momentos.

Con respecto al pasado las distorsiones del pensamiento pueden verse reflejadas en:

- ¿Con quién estuvo antes de mí?
- Cuando sostienen relaciones sexuales, se pregunta si ella estará pensando en alguien antes de él.
- Se pregunta si disfrutó más con otra persona que con él.

El presente comprende:

- Se pregunta si estará saliendo con alguien y le es infiel.
- ¿A dónde irá cuando sale de casa?
- ¿Por qué se puso esa ropa provocativa?
- ¿Qué pasa que no contesta rápido el teléfono?
- Si olvidó el celular piensa que lo hizo a propósito porque está saliendo con alguien.

Las ideas sobre el futuro refieren a:

- Piensa que lo abandonará.
- Que se irá con otro.
- Se cuestiona hasta cuándo estará con él.
- Vive en una incertidumbre constante.

El problema de la persona celosa es que sus pensamientos están distorsionados y no lo reconoce. Esas distorsiones se manifiestan en frases tales como “ella es mía y de nadie más”, “si celas es porque amas”, “primero yo y después sus amigas o familiares”, etc.

Es imprescindible tener claro el siguiente esquema, de cara a detectar el proceso de celos:

- Acontecimiento: La pareja avisa que se retrasa. En principio, el estímulo es neutro.
- Pensamiento-interpretación: Muchos factores pueden alterar la interpretación objetiva del acontecimiento, como pueden ser el consumo de alcohol, la baja autoestima y la existencia de pensamientos deformados. Evidentemente, un hombre con el pensamiento erróneo “todas las mujeres son unas zorras”, interpretará de forma equivocada cualquier pequeño detalle de la situaciones que se presenten. A esta interpretación acompañará un diálogo interno e incontrolable del estilo: “seguro que está con otro hombre”, “sabiendo cómo soy, sólo quiere provocarme”, “seguro que no quiere estar conmigo cuando llegue a casa”.
- Emoción: Una vez interpretado el estímulo neutro, con el filtro de pensamientos deformados, las emociones que derivan pueden ser de ira, frustración, malestar, congoja, tristeza, odio o humillación.
  - Conducta: Llamadas insistentes al móvil, preguntas reiteradas a los hijos sobre los indicios de infidelidad, golpes en muebles y enseres, registros de cajones, ropa, ordenador, etc., pudiendo llegar a la violencia física o verbal cuando la pareja aparece.

Ejercicio N°1:

- Tienes un miedo excesivo a perder a tu pareja que te hace sentir mal.
- Imaginas frecuentemente que tu pareja te engaña con otra persona.
- Analizas meticulosamente el comportamiento de tu pareja buscando señales que confirmen una posible infidelidad.
- Vigilas a tu pareja o vulneras su intimidad, por ejemplo mirando sus mensajes de móvil o sus correos electrónicos.
- Controlas en exceso y limitas el día a día y la vida de tu pareja.

- Odias a los amigos y colegas de trabajo de tu pareja porque pueden pasar tiempo con él/ella.
- Tus celos no tienen una base real sino que se fundamentan en situaciones imaginarias o en conclusiones que extraes a partir de pequeños detalles.
- Los celos están afectando tu vida, hasta el punto que duermes poco o sufres cuando tu pareja no está a tu lado. La obsesión por una posible infidelidad o el abandono te impiden vivir plenamente.
- Le exiges a tu pareja que te cuente todo lo que hizo a lo largo del día en la búsqueda de pistas que desvelen un posible engaño.
- Llamas a tu pareja con frecuencia, solo para saber qué está haciendo. Cuando no responde imaginas que te está engañando con otra persona.
- Te comparas constantemente con las personas con las que se relaciona a diario tu pareja porque tienes miedo a salir mal parado/a.
- Sufres una gran ansiedad cuando tu pareja tarda más de lo habitual en llegar a casa o a una cita e inmediatamente piensas que te está siendo infiel o ha perdido el interés por vuestra relación.

#### Ejercicio N°2:

¿Qué emociones, sensaciones y pensamientos han surgido en este encuentro?

¿Qué aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión?

## ENCUENTRO N°7: "Amores que matan". Parte 2

Tema: Celos.

Objetivos:

- Adquirir destrezas para el control de los celos.
- Adquirir nuevos hábitos de acción frente a los celos.

Dinámicas:

- Dinámica 1: Realizar el ejercicio N°1 de la libreta de anotaciones. Analizar el pensamiento celógeno buscando nuevas atribuciones, expectativas y conductas alternativas.
- Dinámica 2: Parada de pensamientos: Los participantes listaron pensamientos que se producen justo antes de sentir celos. Se pide a los participantes que cierren los ojos y generen los pensamientos celógenos. Luego de 30 segundos, el terapeuta da un golpe en la mesa con la palma de la mano, gritando "alto". Los pensamientos se detienen siempre en ese momento y el participante debe darse cuenta de ese hecho. Se repite el proceso unas 10 veces más. Se indica a los participantes que realicen el ejercicio usando la imaginación y visualizando una señal roja de alto mientras se dicen "alto" en silencio. La idea es reemplazar el pensamiento celógeno por un distractor, mientras se rompe la cadena de conductas.
- Dinámica 3: Responder las preguntas del ejercicio N°2 y luego debatir en forma grupal.
- Dinámica 4: "Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo".

Materiales:

- Pizarra.
- Marcadores
- Lapicera
- Libreta de anotaciones

Ejercicio N°1:

Pensamiento celoso	Conducta en búsqueda de pruebas	Conducta reemplazante más adaptada
1-		
2-		
3-		

Ejercicio N°2:

- Cuando yo era joven me decían que cuando la esposa o la novia de uno sale a pasear sola:
- La forma que yo tenía de saber si una mujer me estaba diciendo la verdad era:
- Para que un hombre confíe en una mujer, ella tiene que:
- ¿Qué sentimientos surgen en mí cuando pienso que mi pareja me puede ser infiel?
- Cuando sospechaba que mi pareja me era infiel, ¿Qué cosas hacía yo?
- ¿De qué formas lastimé a mi pareja cuando yo tenía celos?
- ¿En qué beneficiaba mi relación con ser celoso?
- ¿En qué perjudicaba mi relación el ser celoso?
- Si hay una relación de igualdad entre el hombre y la mujer, ¿cómo puede un hombre confiar en ella, sin estarla celando?
- ¿Qué aprendí sobre mis celos después de participar en esta sesión?

Ejercicio N°3:

¿Qué emociones, sensaciones y pensamientos han surgido en este encuentro?

¿Qué aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión?

#### **4.1.3 Módulo 3: “Reconocer la Violencia”**

Objetivos generales:

- Informarse e identificar cuáles son las conductas, pensamientos y creencias sobre los actos violentos.
- Comprender la naturaleza de la violencia masculina, sus efectos, su intención de control, las ideas, creencias y justificaciones.
- Revisar y fortalecer la autoestima.
- Desarrollar la empatía.

#### **I. DEFINICIÓN DEL PROBLEMA, CONCIENCIA DEL DAÑO CAUSADO Y SUS CONSECUENCIAS**

Objetivos:

- Tomar conciencia de las consecuencias, causas y origen de la conducta violenta.
- Aprender a identificar las fases del proceso violento.
- Aprender a definir los tipos de maltrato.
- Promover un pensamiento crítico en relación con su experiencia personal y los factores que desencadenan la violencia.

## ENCUENTRO N°8: "Identificar la violencia".

Tema: Tipos de violencia

Se presentan los distintos tipos de violencia a través de la Ley de Violencia Familiar N° 9.283 creada en la Provincia de Córdoba en el año 2006 cuyo objetivo principal es tratar de evitar desactivar y superar las causas del maltrato.

La ley recepta los siguientes supuestos de violencia:

- Violencia física
- Violencia psicológica o emocional
- Violencia sexual
- Violencia económica

Objetivos:

- Explicar en qué consiste la Ley de Violencia Doméstica.
- Identificar los diferentes tipos de maltrato.

Dinámicas:

- Dinámica 1: Lluvia de ideas sobre: ¿Qué es la violencia doméstica? ¿Qué tipos de violencia conocen?
  - Dinámica 2: A través de la exposición de la Ley de Violencia Familiar de Córdoba, se explican los distintos tipos de violencia y se debaten sobre ellos.
- Dinámica 3: "Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo".

Materiales:

- Pizarra
- Marcadores
- Libreta de anotaciones

Exposición Psicoeducativa:

*Ley de Violencia Familiar N° 9.283*

Esta ley fue creada en la Provincia de Córdoba en el año 2006 cuyo objetivo principal es tratar de evitar desactivar y superar las causas del maltrato.

*La violencia familiar* es toda acción, omisión o abuso dirigido a dominar, someter, controlar o agredir la integridad física, psíquica, moral, psicoemocional, sexual y/o libertad de una persona en el ámbito familiar, aunque esa actitud no confiere delito.

La ley recepta los siguientes supuestos de violencia:

- **Violencia física:** Es todo acto de agresión en el que se utilice cualquier parte del cuerpo, algún objeto, armas, sujetar, inmovilizar o causar daño a la integridad física encaminando hacia su sometimiento o control. **Violencia directa:** ej. Golpe de puño, empujones, apretar el cuello con intención de asfixia, sacudir, patear, morder, cachetear, intentar ahogar, etc. Por lo general es un maltrato visible.

**Violencia indirecta:** ej. Arrojar elementos extraños, usar armas blancas y las de fuego.

- **Violencia psicológica o emocional:** originada por aquel patrón de conducta, tanto de acción como de omisión, de carácter repetitivo, consistente en condicionamiento, intimidaciones, amenazas, actitudes devaluatorias o de abandono capaces de provocar en quien las recibe, deterioro o disminución de la autoestima y afectación a su estructura de personalidad. Este tipo de violencia ataca fundamentalmente la identidad del sujeto, impide o lesiona la organización psíquica de la víctima. La violencia psicológica, verbal o emocional, tiene lugar cuando se humilla desvaloriza, insulta, minimiza, ignora tendiendo a afectar la autoestima. El acto puede ser tanto en público como en privado.

Ejemplos: Todo tipo de amenazas que obligue al otro a realizar o no algo por miedo a la pérdida del bienestar necesario, amor, alimentos, permisos de salida o temor a ser golpeado y encerrado. Condicionamientos, desaprobación de iniciativas, exclusión en actividades familiares.

- **Violencia sexual:** es un patrón de conductas consistente en actos u omisiones burla y humillaciones de la sexualidad, inducción a la realización de prácticas sexuales no deseadas y actitudes dirigidas a ejercer control, manipulación o dominio sobre otra persona, así como los delitos contra la libertad, el normal desarrollo psicosexual. La violencia sexual se manifiesta con actos agresivos que mediante el uso de la fuerza física, psíquica o moral reducen a la persona a condiciones de inferioridad para imponer una conducta sexual en contra de su voluntad. Esto es un acto que busca someter el cuerpo y la voluntad de las personas. Pueden ir desde imposiciones al nudismo, exhibicionismo, manoseo, penetración y todo acto íntimo de esa índole, no consentido ni deseado. Incluye burlas, charlas públicas y privadas de actos, hechos o circunstancia de la vida sexual de la pareja.

Atenta contra la dignidad y libertad sexual de las personas, vulnerando sus derechos, mediante amenazas o el uso de la fuerza, la intimidación, la coerción, el chantaje, presión, soborno o manipulación u otros mecanismos que anulen e impidan la voluntad personal de decidir sobre la sexualidad.

- **Violencia económica:** se provoca por acciones u omisiones cuya manifiesta ilegitimidad implique daño, pérdida, transformación, sustracción, destrucción, ocultamiento o retención de bienes, instrumento de trabajo,

documentos o recursos económicos por los cuales la víctima no logra cubrir sus necesidades básicas, con el propósito de coaccionar la autodeterminación de otra persona.

Para que la violencia ocurra debe también existir un vínculo: agresor-agredido. Este vínculo es sobre todo emocional.

Ejercicio N1:

¿Qué emociones, sensaciones y pensamientos han surgido en este encuentro?

¿Qué aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión?

ENCUENTRO N°9: “Pensar la violencia”

Tema: Consecuencias de la violencia

Objetivos:

- Reflexionar sobre las consecuencias del uso de la violencia.

Dinámicas:

- Dinámica 1: Ver el siguiente video donde se muestra y trata las consecuencias de la violencia de género

(IOCCVTV. (2016). Amores que matan Iciar Bollain, 2000. [https://www.youtube.com/watch?v=J4WG\\_H9V26w](https://www.youtube.com/watch?v=J4WG_H9V26w)).

- Dinámica 2: Responder las preguntas del Ejercicio N°1. Luego, exponer en forma oral y en grupo:
  
- Dinámica 3: Sentir el cuerpo: Ahora vamos a trabajar con la respiración: en primer lugar vamos a ponernos cómodos en la silla y vamos a observar y sentir como es la respiración en este momento. Inhalamos aire por nariz, el aire se lleva a la panza, se retiene y luego exhalamos por la boca.  
  
Ahora respiramos normal y sentimos los pies, sentimos las caderas, la cola sobre la silla, los hombros, el cuello y por último la cabeza.  
  
Continuamos con otra respiración profunda, inhalamos aire, lo llevamos a la panza, luego exhalamos por boca.  
  
A continuación, identificamos si alguna parte del cuerpo se encuentra en tensión, si duele o presiona. Vamos a respirar profundo, llevando el aire a esa zona del cuerpo, y vamos a realizar movimientos en esa parte.  
  
Para continuar vamos a pensar si esa zona está involucrada en las circunstancias de violencia presentes en sus vidas.  
  
Respiramos profundo.  
  
Ahora nos conectamos con las sensaciones, ¿Cómo es esa sensación? Agradable o desagradable. Le pongo un nombre a esa sensación, ¿cuándo fue la primera vez que lo sentí?  
  
Por último, inhalo y exhalo varias veces, siendo consciente de la respiración.
  
- Dinámica 4: “Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo”.

Materiales:

- libreta de anotaciones
- lapiceras
- pantalla con USB

### Ejercicio N°1:

- ¿Qué consecuencias negativas existen en el acto violento?
- ¿Qué consecuencias positivas existen en el acto violento?
- ¿Qué tipos de violencias pueden reconocer en la película?
- ¿Qué cosas ha perdido usted durante el tiempo que ha sido violento con su pareja?
- ¿Quiénes sufren las consecuencias de la violencia?
- ¿Cómo piensa que esto le afecta a sus hijos?

### Ejercicio N°2:

¿Qué emociones, sensaciones y pensamientos han surgido en este encuentro?

¿Qué aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión?

## ENCUENTRO N°10: “Encerrados en un círculo”. Parte 1

Tema: El ciclo de la violencia.

El ciclo de violencia inicia en muchas ocasiones de forma sutil, con comportamientos que suelen estar socialmente aprobados y se consideran comunes. Es de esta forma la relación se va llenando de violencia. Por lo tanto, es importante comprender el ciclo de la violencia, ya que es el primer paso para romperlo.

Objetivos:

- Conocer, comprender y registrar el ciclo de la violencia física.

Dinámicas:

- Dinámica 1: Se expondrá el siguiente video donde se explica los "ciclos de la violencia". (Duración del video: 12 minutos)

Silvia profesora. (2012, Noviembre 15). El ciclo de la violencia de género [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=dzdsbHlsM3k>

- Dinámica 2: En forma oral y grupal: Se debate acerca del video expuesto, se acaran conceptos y dudas.

- Dinámica 3: Sentir el cuerpo: Ahora vamos a trabajar con la respiración: en primer lugar vamos a ponernos cómodos en la silla y vamos a observar y sentir como es la respiración en este momento. Inhalamos aire por nariz, el aire se lleva a la panza, se retiene y luego exhalamos por la boca.

Ahora respiramos normal y sentimos los pies, sentimos las caderas, la cola sobre la silla, los hombros, el cuello y por último la cabeza.

Continuamos con otra respiración profunda, inhalamos aire, lo llevamos a la panza, luego exhalamos por boca.

A continuación, identificamos si alguna parte del cuerpo se encuentra en tensión, si duele o presiona. Vamos a respirar profundo, llevando el aire a esa zona del cuerpo, y vamos a realizar movimientos en esa parte.

Para continuar vamos a pensar si ese lugar del cuerpo está involucrado en las circunstancias de violencia presentes en sus vidas.

Respiramos profundo.

Ahora nos conectamos con las sensaciones, ¿Cómo es esa sensación? Agradable o desagradable. Le pongo un nombre a esa sensación, ¿cuándo fue la primera vez que lo sentí? ¿Cómo se relaciona esa sensación corporal con el tema que desarrollamos?

Por último, inhalo y exhalo varias veces, siendo consciente de la respiración.

- Dinámica 4: "Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este

encuentro. Que aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo”.

Materiales:

-libreta de anotaciones

-lapiceras

-pantalla con USB

Ejercicio N°1:

¿Qué emociones, sensaciones y pensamientos han surgido en este encuentro?

¿Qué aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión?

ENCUENTRO N° 11: ““Encerrados en un círculo”. Parte 2

Tema: El ciclo de la violencia.

Objetivo:

- Identificar las conductas, emociones y pensamientos que surgen durante el ciclo de la violencia.

Dinámicas:

- Dinámica 1: En forma individual responder en la libreta las preguntas del Ejercicio N°1

- Dinámica 2: se expone en forma grupal lo trabajado individualmente, se debate sobre el tema. Finalmente se formula la siguiente pregunta: ¿Crees que la violencia es una forma aceptable de resolver un conflicto o discusión?
- Dinámica 3: “Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo”.

Materiales:

- libreta de anotaciones
- lapiceras

Ejercicio N°1:

Fase 1 del ciclo de la violencia: “*Acumulación de tensión*”:

Trata de visualizar la situación que más te enoja, redacta con detalles precisos (¿Dónde, cuando, con quien?).

Responde las siguientes preguntas:

- ¿Qué pensamientos surgen en ese momento?
- ¿Qué sentimientos experimentas antes de ponerse nervioso?
- ¿Qué haces en ese momento?

Fase 2 del ciclo de violencia: “*Episodio agudo de explosión violenta*”:

- ¿Qué pensamientos surgen en ese momento?
- ¿Qué sentimientos experimentas?
- ¿Qué haces en ese momento?

Fase 3 del ciclo de la violencia: “*Reconciliación – “luna de miel”*”:

- ¿Qué pensamientos surgen en ese momento?
- ¿Qué sentimientos experimentas?
- ¿Cómo te comportas después de un acto agresivo?

- ¿Cómo crees que la víctima experimentaba todos los momentos anteriores a la agresión?

ENCUENTRO N° 12: “Romper el círculo”.

Tema: El ciclo de la violencia.

Objetivo:

- Ofrecer técnicas para reducir y cortar el ciclo de la violencia y la ira.

Dinámicas:

- Dinámica 1: El terapeuta explica las diferentes técnicas y luego se realizan los ejercicios correspondientes de la libreta de anotaciones.
- Dinámica 2: Parada de pensamiento: Se pide inicialmente a uno de los participantes que cuente al grupo, con la mayor cantidad posible de detalles, un momento en que se haya sentido especialmente humillado. Cuando haya avanzado en su relato, el terapeuta da un fuerte golpe en la mesa y lo interrumpe. Después se analiza cómo se sentía al

contar esta experiencia, y qué ha ocurrido después de la parada de pensamiento.

- Dinámica 3: “Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo”.

Materiales:

-libreta de anotaciones

-lapiceras

-pantalla con USB

Exposición Psicoeducativa:

“Es esencial que seamos conscientes de que la ira se puede controlar. Nadie está obligado a comportarse de forma violenta. Siempre existen otras alternativas. Además, aunque a nosotros nos parezca que nos enfadamos rápido, que somos explosivos, la ira es un proceso. No pasamos de 0 a 100 directamente, sino que poco a poco la ira va subiendo hasta que llega un momento en que no podemos pararla. Si aprendemos a identificar las señales de baja intensidad saltará una alarma en nosotros que nos dirá: cuidado, me estoy enfadando y puedo ponerme violento. Es el momento de parar. Para ello vamos a conocer algunas técnicas para poder frenar los pensamientos y sentimientos antes de explotar en ira.”

- Tiempo fuera:

Cuando nos enfadamos, conviene tomarse un tiempo muerto o tiempo de retirada. Esto puede ser útil siempre que revisemos por qué nos hemos enfadado y si después del tiempo muerto retomamos la cuestión, la hablamos e intentamos llegar a un acuerdo entre las partes implicadas. Pero si sólo nos tomamos tiempos muertos huyendo de la situación, lo único que vamos a conseguir es aplazar el problema y que los que nos conocen piensen que con nosotros “no se puede hablar”, “que tenemos

muy malas reacciones”, “que nos agobiamos con nada”, “que enseguida nos ponemos nerviosos”, “que no sabemos resolver conflictos”.

- Autoinstrucciones y autorrefuerzos.

Muchas veces, aunque no nos demos cuenta, nos hablamos a nosotros mismos. Nos damos ánimos (adelante, vamos, un día más, superado), nos decimos cómo tenemos que hacer las cosas (no conduzcas tan deprisa, frena, pasa de él, no corras, no vuelvas a llamarle, no pienses en eso), hasta nos reímos y nos regañamos o nos insultamos (torpe, ¿cómo has podido hacer eso?, ¿otra vez?, eso te pasa por no pensar, ay las prisas). Tenemos una especie de diálogo interno natural con nosotros mismos ¿verdad? Esa habilidad que tenemos la podemos utilizar cuando estemos en situaciones tensas, cuando nos estemos enojados y cuando sintamos ira. En esos momentos podemos darnos mensajes, órdenes o instrucciones que nos ayuden a no empeorar las cosas y a controlarnos. Estos mensajes (que han de ser claros y muy detallados) se llaman autoinstrucciones (no merece la pena enfadarse por esto, puedo solucionar mis problemas sin recurrir a la violencia). Otro tipo de mensajes son los autorrefuerzos, que no son otra cosa que una especie de palmadita a la espalda de enhorabuena que nos damos a nosotros mismos cuando hacemos algo bien, estamos orgullosos de nosotros mismos o nos gustamos especialmente.

- Entrenamiento en parada de pensamiento.

Cuando estoy cabreándome a mí mismo y soy incapaz de dejar de pensar en lo mezquino y perverso que es el otro y la faena que me está haciendo y no hago más que calentarme y el debate de mis ideas no me sirve puedo optar por parar de pensar ¿cómo? Simplemente diciéndome ¡basta! mientras doy un golpe en una mesa o me pellizco.

Ejercicio N°1:

## Tiempo Fuera:

Explícale a tu pareja y comparte lo que has aprendido. Es importante que dialoguen cómo poner a funcionar “tiempo fuera”. El tiempo fuera significa que uno de los dos saldrá a dar un paseo en lo que baja la tensión.

Coloca en la nevera dos tarjetas de color diferente de su predilección; una tarjeta pertenece al hombre y la otra a la mujer. Echen a suertes o póngase de acuerdo con su pareja quién saldrá primero a tomar aire mientras el otro se queda con los hijos.

Respira adecuadamente (utilizando las técnicas aprendidas).

Salga a caminar uno primero y al retorno, camine el otro.

Una vez que salgas fuera de casa no puedes pensar sobre el asunto.

Tampoco puedes conducir un coche, fumar, usar drogas o alcohol.

El ejercicio será siempre andando.

Piensa en tu programa de TV favorito, en una playa, río, viaje o un en sueño al que aspiras.

Es importante que sepas que en tu pensamiento no puede estar presente ni el evento de discusión, ni tu pareja.

¿Qué más puedes hacer mientras caminas? He aquí algunas sugerencias:

- Cuenta los coches que ves en el camino; anota la marca o el color.
- Cuenta las flores, mira su tamaño o forma; llámalas por su nombre.
- Memoriza las fachadas de las viviendas.
- Contempla las nubes. ¿Te acuerdas cuando de niño les buscabas unas formas particulares? Todavía puedes encontrar formas.
- Puedes aprender la variedad de árboles en tu vecindario.
- ¿Cuántos niños o niñas observaste en el vecindario?

Tienes 30 minutos para caminar y relajarte.

Para estar saludables hay que aprender a tomar control de las emociones.

Escriba aquí cómo piensa realizar su tiempo fuera.

## Autoinstrucciones y autoresuerzo:

Debemos pensar en aquellos mensajes que serían útiles darnos a nosotros mismo para controlar su ira. Anotar en la libreta sus autoinstrucciones para que las lleven siempre consigo

## II. DISTORSIONES COGNITIVAS Y CREENCIAS IRRACIONALES

Objetivos:

- Identificar pensamientos y creencias personales que obstaculizan la posibilidad de vincularse sanamente.
- Revisar estereotipos a los que cada uno adhiere.
- Modificar y derribar creencias que justifican la violencia.

## ENCUENTRO N° 13: “La cabeza que maneja” Parte 1

Tema: Creencias de género

Los estereotipos de género depende de la ideología social en la cual estamos inmersos en donde se instaura roles, conductas, creencias y pensamientos asignados según el sexo que posee cada uno, son concepciones preconcebidas acerca de cómo son y cómo deben comportarse las mujeres y los hombres. Estas creencias contribuyen, sustentan y legitiman las conductas discriminatorias.

.

Objetivo:

- Reflexionar sobre el origen de los estereotipos de género.

Dinámicas:

- Dinámica 1: Se lee el siguiente texto:

Según el Comisionado de los Derechos Humanos, “un **estereotipo de género** es una opinión o un prejuicio generalizado acerca de asignarles atributos o características que hombres y mujeres poseen o deberían poseer o de las funciones sociales que ambos desempeñan o deberían desempeñar”, únicamente por su pertenencia al grupo social masculino o femenino.

Los estereotipos de género son «creencias consensuadas sobre las diferentes características de los hombres y mujeres en nuestra sociedad», este conjunto de creencias, tiene una gran influencia en el individuo, en su percepción del mundo y de sí mismo y en su conducta.

- Dinámica 2: Buscamos un espacio cómodo para relajarnos; respiramos profundamente.

Vamos a empezar por sentir los pies y las piernas. Ahora vamos a recordar que cosas nos dijeron sobre “¿cuáles deben ser los pasos que debe dar un hombre en la vida?”, “¿cuáles son los caminos que debe tomar un hombre?”.

A continuación hacemos una respiración profunda y vamos a registrar el torso, la espalda. Ahora vamos a recordar que cosas nos dijeron sobre

“¿que debe sentir un hombre?”, “¿cómo debe actuar frente a esos sentimientos? ¿Cuál es la postura que debe tomar ante la vida?

- Continuamos con una respiración profunda, sentimos la cabeza, la movemos suavemente en forma circular, luego de lado a lado. Ahora vamos a recordar que cosas nos dijeron sobre: “¿Qué debe pensar un hombre?, ¿que debe decir un hombre?, ¿Qué decisiones debe tomar?, ¿qué lugar debe ocupar? ¿Cómo debe reaccionar un hombre?, ¿se nos viene a la mente algo más sobre lo que me han dicho de cómo debe ser un hombre? ¿cosas que nunca ha podido hacer por ser hombre?

➤ Dinámica 3: se comparte y debate en forma oral y grupal lo expuesto anteriormente.

- Dinámica 4: “Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo”.

Material:

-libreta de anotaciones

-lapiceras

- Texto: Estereotipos de género.

## ENCUENTRO N° 14: “La cabeza que maneja” Parte 2

Tema: Creencias de género

Objetivo:

- Identificar creencias e ideas estereotipadas.
- Modificar estereotipos que justifican el uso de la violencia.

Dinámicas:

- Dinámica 1. Se realiza el Ejercicio N°1 de manera grupal.
- Dinámica 2: En forma grupal, llegar a una conclusión sobre lo que subyace en el fondo de las creencias básicas trabajadas y expuestas anteriormente.
- Dinámica 3: “Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo”.

Materiales:

- libreta de anotaciones
- lapiceras

Ejercicio N°1:

Presentamos en primer lugar una frase y se debate sobre la posible conducta que resultan de ellas. Luego, se debate como podrían cambiar la frase por otra más sana y funcional

Ejemplo: "La mujer debe obedecer al hombre".

Conducta resultante: empujar, golpear, amenazar, asustar si no lo hace.

Cambio de frase: La mujer es libre de tomar sus propias decisiones.

1.-"El hombre debe dominar a la mujer"

Conducta resultante: violencia económica, desvalorización de su trabajo, tratarla como sirvienta, disponer de sus ingresos.

Cambio de frase:

2.-"El hombre es superior a la mujer"

Conducta resultante: Cambio de frase:

3.- "La mujer es propiedad exclusiva del hombre"

Conducta resultante: Cambio de frase:

4.-"El hombre tiene privilegios en cuanto a lo sexual"

Conducta resultante: Cambio de frase:

5.-"Para que una familia funcione bien hay que hacer lo que dice el padre" Conducta resultante: Cambio de frase:

6.- "La mujer y los hijos dependen del marido y todos tienen que adaptarse a él"

Conducta resultante: Cambio de frase:

7.- "La mujer tiene que perdonar y justificar todo en nombre del amor"

Conducta resultante: Cambio de frase:

8.-"Lo único importante en la vida de la mujer es su marido y sus hijos"

conducta resultante: Cambio de frase:

9.-"El único deber del hombre es que no falte el dinero en casa"

Conducta resultante: Cambio de frase:

10.-"El padre es fuerte y no necesita cariño"

Conducta resultante: Cambio de frase:

11.-“La mujer debe tener la comida a tiempo para cuando su pareja vuelva a casa”

Conducta resultante:      Cambio de frase:

ENCUENTRO N° 15: “Huella dactilar de la violencia”

Tema: Antecedentes de violencia familiar.

La vivencia de situaciones de violencia y abuso de poder en la infancia, es crucial puesto que las experiencias infantiles constituyen un factor vital para el posterior desarrollo y adaptación de la persona a su entorno.

Los niños aprenden a definirse a sí mismos, a entender el mundo y cómo relacionarse con él a partir de lo que observan en su entorno más próximo. De este modo, la familia es considerada como el primer agente socializador del niño y el más determinante a la hora de la instauración de modelos apropiados de funcionamiento social. Las relaciones familiares, especialmente los estilos de crianza y la relación entre los padres, influyen sobre la capacidad del niño para la autorregulación de sus conductas y emociones y sobre el significado que atribuirá a las relaciones interpersonales en el futuro.

Nos planteamos que la violencia es una conducta aprendida y por lo tanto puede desaprenderse.

Objetivo:

- Revisar las situaciones de violencias sufridas en la infancia y adolescencia

Dinámicas:

- Dinámica 1: Realizar el Ejercicio N°1.
- Dinámica 2: Exponer en forma grupal y debatir lo trabajado anteriormente.
- Dinámica 3: “Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo”.

Materiales:

- libreta de anotaciones
- lapiceras

Ejercicio N° 1:

Responder individualmente las siguientes preguntas:

- 1- ¿Recuerdas si en tu infancia hubo situaciones de violencia? Describe brevemente.
- 2- ¿Cómo se sintió en ese momento?
- 3- ¿Qué piensa de ese momento?
- 4- ¿Cómo era su rendimiento escolar?
- 5- ¿Cómo eran sus hábitos alimenticios?
- 6- ¿Como era su estado de ánimo?
- 7- ¿Podía dormir tranquilo?
- 8- ¿Cómo eran sus vínculos con otras personas, sus amigos, vecinos, etc.?
- 9- ¿Recuerda si en tu adolescencia hubo situaciones de violencia?
- 10- ¿Practicaba la violencia en los contextos donde frecuentaba?
- 11- ¿Cuáles eran sus perspectivas de vida?
- 12- En la actualidad ¿qué sentimientos y pensamientos tiene sobre la violencia.

## ENCUENTRO N° 16: “Pensar los pensamientos” Parte 1

Tema: Pensamientos automáticos

Estos pensamientos llegan inesperadamente. Se activan por sí solos. Estos pensamientos tienen las siguientes características:

1. Los mensajes son específicos, ejemplo: no te quiere.

2. Son mensajes breves, ejemplo, no puedes vivir sin ella.
3. Son creíbles; la persona se los cree, no los cuestiona.
4. Entran de golpe.
5. Están acompañados con frases como: debería.
6. Son catastróficos; imaginan siempre lo peor. Ejemplo, no contesta el teléfono rápido, es que está con alguien, te es infiel.
7. Son idiosincrásicos, una única forma de ver lo que ocurre.
8. Son difíciles de desviar; se cuelan en el diálogo interno, lo que dificulta desviarlo de la atención.
9. Son aprendidos, porque surgen de la interpretación de los sucesos condicionados por la familia, amigos y los medios de información.

Al dejar que estos pensamientos acaparen su atención se exageran sus emociones de ira y miedo. El agresor tiene dificultad para verbalizar sus pensamientos y sentimientos. Al no poder identificar lo que le está ocurriendo busca culpar a alguien, la mujer. Mentalmente comienza a rumiar cada incidente, imagina y prepara estrategias para agredir a la mujer. Interpreta según sus esquemas cada acto de ella.

Objetivo:

- Explicación de la influencia de las creencias en los sentimientos y conductas
- Identificar los pensamientos automáticos.

Este encuentro tiene un importante contenido psicoeducativo. Por lo tanto, lo puesto en la dinámica 1, estará plasmado en la libreta de anotaciones.

Dinámicas:

- Dinámica 1: Se llevará a cabo un ejercicio planteado por Wessler (1983), a partir de la siguiente consigna: “Con los ojos cerrados, inspiramos nuevamente, retenemos el aire por un momento...ahora vamos soltándolo lentamente por boca. Nos mantenemos relajados y livianos con los ojos cerrados. Voy a pedirles que cada uno piense en algo secreto...Quizás puede ser algo que hayas hecho en el pasado, o algo actual; como un hábito secreto. ¿estás pensando en eso? Bien, podemos abrir los ojos... ahora voy a pedir que alguno de ustedes diga en voz alta lo que está pensando y que lo describa en detalle (pausa corta).

Seleccionaré a alguien (pausa y mirada en dirección a los participantes). Ya sé a quién elegir (Pausa) Pero, antes de decir su nombre permítanme que les pregunte: ¿qué están sintiendo en este momento? ¿Qué puntaje de la escala del 1 al 10 se darían?”.

- Dinámica 2: Exposición Psicoeducativa: el psicólogo introducirá a los participantes el tema de los pensamientos automáticos.
- Dinámica 3: Realizar el ejercicio N°1. Una vez presentados los distintos tipos de distorsión se le pedirá al grupo que aporte los ejemplos de cada uno. Luego deberán elegir con los que más se identifican.
- Dinámica 4: “Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo”.

#### Materiales:

- libreta de anotaciones
- lapiceras

#### Exposición Psicoeducativa:

Tema: los pensamientos automáticos:

“vemos que es el pensamiento de hacer algo y no el hecho de hacerlo realmente lo que determina a estos sentimientos que decían sentir en este momento. Así, vemos que lo que aflige al hombre no son las cosas sino la interpretación de esas cosas. Es lo que pensamos lo que condiciona nuestros sentimientos y nuestra manera de interpretar la realidad.

Las percepciones de los eventos influyen sobre las emociones y los comportamientos. Los sentimientos no están determinados por las situaciones sino por como las personas interpretan y piensan esas situaciones.

Generalmente las personas aceptan estos pensamientos como si fuesen verdaderos sin reflexionar sobre ellos ni evaluarlos. Discutirte tus propios pensamientos es la mejor manera para mejorar tu estado de ánimo y tus emociones.

A este tipo de pensamientos los llamamos “pensamientos automáticos”. Todas las personas los tienen. Son pensamientos o cosas que nos decimos a nosotros mismos, que aparecen de pronto en nuestra mente. La mayor parte de las veces suceden tan rápido que somos más conscientes de la emoción que del pensamiento. Muchas veces estos pensamientos están distorsionados de alguna manera pero reaccionamos como si esto fuera cierto. Es importante aprender a distinguir entre pensamientos racionales e irracionales”.

El pensamiento racional es aquel que es evidente y claro. Está apoyado en datos, es verificable y lo puedo comprobar. Lo puedo defender con argumentos que se pueden verificar y por tanto influyen positivamente en las emociones. Los puedo modificar si surgen otras evidencias y ello no me causa malestar. Este tipo de pensamientos favorece una buena imagen de mí mismo a los demás, como persona centrada y sabia. No está planteado en términos de necesidad ni de vencer al que piensa distinto. Produce emociones moderadas, de poca intensidad, poca duración y esperables. Me ayuda a vivir más y más feliz.

En cambio, el pensamiento irracional es aquel que se basa en juicios de valor, deseos y creencias en lugar de en los hechos. Son aquellos pensamientos en los que me empeño en mantener a pesar de saber que estoy equivocado y a pesar de que existan evidencias que demuestren lo contrario. Defiendo a partir del autoritarismo y la imposición. Solo se aprovecha la parte de la información o los hechos que los apoyan y no aquellos que los contradicen. Exagera las consecuencias negativas de una situación o acontecimiento. No ayuda a que me consideren como una persona madura, digna de confianza. Me hace vivir fuera de la realidad y me aleja de los demás. Me generan malestar y angustia. Este tipo de pensamientos distorsionan la realidad.

A continuación, veremos que existen distintas formas distorsionadas de interpretar la realidad.

-FILTRAR: únicamente se percibe un elemento de la situación con exclusión del resto. Se resalta un simple detalle que tiñe todo el hecho.

-PENSAMIENTO DICOTÓMICO O DE EXTREMOS: se tiende a percibir los hechos de forma extremista, blanco-negro, bueno-malo, todo-nada.

-GENERALIZACIÓN: A partir de un elemento o un solo ejemplo se obtienen conclusiones generalizadas.

-LECTURA DEL PENSAMIENTO: son “adivinations” de cómo se sienten o piensan los demás dándolo por válido sin tener pruebas.

-VISIÓN CATASTRÓFICA: continuamente se espera el desastre y todo se ve de color negro.

-MINIMIZACIÓN: Lo contrario del catastrofismo. Se minusvalora el significado de los resultados.

- FIJARSE EN LO NEGATIVO DE LA SITUACIÓN / DESCALIFICAR LO POSITIVO: Es la tendencia a atender o recordar los aspectos de las situaciones típicamente negativos, a expensas de otros más positivos.
- PERSONALIZACIÓN: es la tendencia a creerse la causa de las cosas que ocurren. La persona cree que todo lo que hace o dice es una reacción hacia ella.
- RAZONAMIENTO EMOCIONAL: Consiste en creer en que algo es real porque tú lo sientes así.
- CULPABILIDAD: Cuando conviertes al otro en responsable de tus decisiones o cuando te culpas de las decisiones ajenas.
- LOS “DEBERÍA”: La persona posee una lista de normas rígidas y absolutas. Para que todo funcione tanto uno mismo como los demás deben cumplirlas.
- TENER RAZÓN: La persona nunca se equivoca, no admite pruebas en contra de su posición.
- ILUSIÓN DE CAMBIO: Cuando una persona trata de forzar a otra para que cambie, en realidad está pidiendo que los demás sean diferentes para hacerle más feliz o sentirse mejor. Supone que su bienestar depende de la forma de ser de los otros.

#### Ejercicio N°1:

Aporte los ejemplos de cada uno de las formas de interpretar la realidad. Luego deberán elegir con los que más se identifican.

- FILTRAR
- PENSAMIENTO DICOTÓMICO O DE EXTREMOS
- GENERALIZACIÓN
- LECTURA DEL PENSAMIENTO
- VISIÓN CATASTRÓFICA
- MINIMIZACIÓN
- FIJARSE EN LO NEGATIVO DE LA SITUACIÓN / DESCALIFICAR LO POSITIVO
- PERSONALIZACIÓN
- RAZONAMIENTO EMOCIONAL
- CULPABILIDAD
  - LOS “DEBERÍA”
  - TENER RAZÓN
  - ILUSIÓN DE CAMBIO

## ENCUENTRO N° 17: “Pensar los pensamientos” Parte 2

Tema: Pensamientos automáticos

Objetivo:

- Identificar los pensamientos automáticos.
- Evaluar y reaccionar frente a los pensamientos automáticos

Dinámicas:

- Dinámica 1: Vamos a cerrar los ojos y comenzaremos a recordar una situación conflictiva vivida en la pareja, nos vamos a concentrar en la situación y vamos a tratar de imaginar la situación como si estuviese pasando en este momento. Trataremos de recordar con la mayor claridad posible el acontecimiento. Nos enfocaremos en lo siguiente :

*¿Qué pasaba por mi mente en ese momento? ¿Qué cosas estaba pensando?*

Contestaremos las siguientes preguntas:

- ¿Qué pensamiento surge en ese momento?
  - ¿Cómo me sentía en ese momento?
  - ¿Qué datos tengo para pensar así? ¿Puedo demostrarlo?
  - ¿Qué otra cosa puede querer decirme esta persona?
  - ¿Dónde está la evidencia de que esto es como yo me lo digo?
  - ¿Por qué sería tan terrible? ¿Y eso es tan grave? ¿Realmente no lo voy a poder soportar?
  - ¿Me sirve de algo pensar así? ¿Qué consecuencias tiene para mí pensar de esa manera? Pensando así, ¿estoy solucionando algo? ¿Arreglo mis problemas?
  - Plantear un nuevo pensamiento.
- Dinámica 2: Compartir lo trabajado en grupo, se debate sobre lo expuesto y se concluye el tema.

- Dinámica 3: “Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo”.



### III. EMPATÍA CON LA VÍCTIMA

Objetivos:

- Desarrollar habilidades para una relación respetuosa e igualitaria, como lo son la empatía y el respeto.
- Conocer las consecuencias de los abusos cometidos hacia la pareja.

## ENCUENTRO N° 18: “El amor que daña” Parte 1

### Tema: Empatía con la víctima

No es posible que la violencia se detenga sólo con decirle al sujeto que trate de calmarse cuando no sabe en dónde está su compañera; es necesario que comprenda que no es su derecho u obligación el constatar todo el tiempo en dónde y con quién está, como la forma de asumir el papel de “controlador” que la cultura le ha asignado. Además, debe aceptar que su pareja es un ser independiente en su forma de pensar y actuar y con el mismo derecho a la libertad que él. Entendemos la empatía como la capacidad de ponerse en el lugar del otro y de comprender los *motivos, pensamientos y sentimientos* de la otra persona. No es necesario estar de acuerdo con su forma de pensar. Empatía es la capacidad de conectar de forma *correcta y sincera* con los sentimientos y emociones de la otra persona.

### Objetivos:

- Desarrollar los conceptos de víctima y empatía.

### Dinámicas:

- Dinámica 1: Lluvia de ideas sobre ¿Qué es la empatía? Luego se les ofrece la siguiente definición: “La EMPATÍA es la capacidad de ponerse en el

lugar del otro y de comprender los *motivos, pensamientos y sentimientos* de la otra persona. No es necesario estar de acuerdo con su forma de pensar. Empatía es la capacidad de conectar de forma *correcta y sincera* con los sentimientos y emociones de la otra persona”.

- Dinámica 2: Se presenta la siguiente situación para que se escriba qué le ocurre y cómo se siente el protagonista. “Una mujer embarazada he perdido al niño que esperaba”. Ponte en su lugar. Qué crees que siente y piensa. Escribe como si ella fuera la que está hablando.
  
- Dinámica 3: Lluvia de ideas sobre ¿Por qué se le llama “víctima” a una mujer golpeada? Luego se les ofrece la siguiente definición: Entendemos por VÍCTIMA, aquella persona que sufre un daño de otra persona, por culpa ajena o causa fortuita y sobre la que se ejerce una violencia física o moral que le genera una situación de indefensión, pérdida de control sobre su ambiente e incluso temor por la propia vida. Las víctimas son víctimas porque tienen el DERECHO a no ser agredidas y porque NO SON RESPONSABLES de la agresión.
  
- Dinámica 4: Intenta esforzarte y describir tu situación violenta desde el punto de vista de la mujer, es decir, como si fuera tu víctima quien lo escribiera.
  
- Dinámica 5: “Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo”.

Materiales:

- libretas de anotaciones
- lapiceras
- texto: la Empatía, la víctima.
- pizarra
- marcador

## ENCUENTRO N° 19: “El amor que daña” Parte 2

Tema: Empatía con la víctima

Objetivos:

- Analizar las consecuencias físicas y psicológicas del maltrato en la víctima.

Dinámicas:

- Dinámica 1: lluvia de ideas sobre las consecuencias de la violencia en la víctima.
- Dinámica 2: leer y explicar el siguiente texto.

Consecuencias de la violencia:

La violencia, expresada en cualquiera de sus formas, tiene consecuencias no sólo para el propio bienestar de la mujer, sino también para el de sus familias y comunidades, es decir, abarca consecuencias tanto en el plano de la salud física, psicológica y sexual como costos sociales y económicos.

En el plano de *salud física*, se encuentran consecuencias tales como:

- Enfermedades ginecológicas: dolor crónico pelviano, flujo vaginal persistente, sangrado genital de origen disfuncional.
- Abuso y dependencia de alcohol y sustancias.
- Enfermedades de transmisión sexual y SIDA.
- Daños corporales (lesiones con arma blanca) y daños más permanentes como quemaduras, mordidas o hematomas, traumatismo, heridas
- Quejas somáticas poco definidas (cefalea crónica, dolor abdominal,

pélvico y muscular, fatiga crónica).

- Cambios repentinos de peso.

- Muerte.

- Durante el embarazo: aumento del tabaquismo, aborto, control prenatal tardío, retardo de crecimiento, hemorragias del feto, muerte fetal y muerte materna.

En relación con el *ámbito psicológico*, la violencia tiene consecuencias como:

- Problemas de salud mental: trastornos del ánimo, depresiones severas, trastornos obsesivos-compulsivos, trastornos por conversión, trastornos de pánico, trastornos en la conducta alimentaria, trastornos en el sueño, episodios psicóticos, entre otros.

- Síndrome de estrés post-traumático (STPT).

- Miedo y ansiedad.

- Sentimientos de vergüenza.

- Conducta extremadamente dependiente.

- Suicidio

- Ira y resentimiento. Culpa

- Baja autoestima

En el *plano sexual*:

- Embarazos no deseados.

- Disfunciones sexuales.

- Obligación ejercida por parte del varón de la práctica de aborto.

- Prohibición del uso de anticonceptivos.

- Daños físicos y psicológicos en específico en el plano sexual.

- Abuso, acoso y violaciones.

- Fobias sexuales y de la sexualidad en general.

En el plano social:

- Aislamiento social - Absentismo laboral - Pérdida de empleo.

- Dinámica 3: Haz un listado de los daños físicos que le causaste a tu mujer ( tu compañera, tu novia)

Responde las siguientes preguntas

-¿Qué secuelas psicológicas crees que le han podido quedar?

-¿Crees que estará sufriendo?

-¿Puede tener miedo? ¿Malos recuerdos? ¿Pesadillas? ¿Vergüenza?

¿Recelo a la hora de empezar una nueva relación? ¿Desconfianza?

¿Tristeza? ¿Angustia?

-¿Qué puede pensar de ella misma?

- Dinámica 4: Escribe una carta a tu víctima como si ella pudiera leerla y dile todo lo que te gustaría que supiese de ti, de la situación por la que habéis pasado, de tus pensamientos, tus opiniones y tus sentimientos.

- Dinámica 5: "Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este

encuentro. Que aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo”.

Materiales:

-libretas de anotaciones

-lapiceras

-texto: Consecuencias de la violencia

#### **4.1.4 Módulo 4: “Agresión Sexual, Violencia Psicológica y Violencia Económica”**

Objetivos generales:

- Promover la visualización de la relación de poder impuesta por la violencia.
- Exponer las consecuencias físicas y emocionales de la violencia tanto sexual como psicológica.
- Fomentar una relación armoniosa y afectiva con la pareja.

## ENCUENTRO N° 20: “Agresión y Sexualidad”

Tema: Violencia sexual en la pareja

Objetivos:

- Comprender el comportamiento sexual inadecuado y abusivo en la pareja.
- Definir las consecuencias de las conductas sexuales abusivas dentro de las relaciones de pareja.
- Proponer formas adecuadas para el ejercicio de la sexualidad en una relación de pareja.

- Dinámica 1: Se realizara una lluvia de ideas sobre ¿Qué es el consentimiento? Luego se leerá el siguiente párrafo:

“El consentimiento sexual es un acuerdo en participar en una actividad sexual. Antes de mantener relaciones sexuales con otra persona, debes saber si esta persona está de acuerdo o no. Es importante la honestidad sobre lo que se desea hacer y lo que no se desea hacer durante la relación sexual.

Consentir y pedir consentimiento consiste en establecer límites personales y respetar los de tu pareja. Para que sea algo consensuado ambas personas deben estar de acuerdo en tener relaciones sexuales. Sin consentimiento la actividad sexual (incluido el sexo oral, penetración, tocar los genitales) es agresión sexual o violación.

Por otro lado, se considera coerción sexual a cualquier tipo de conducta que se ejerce para forzar la voluntad sexual de otra persona. Existen distintas formas de manifestarlo, entre las más destacadas podemos citar: la presión verbal, la utilización de sustancias tóxicas o uso de la fuerza”.

- Dinámica 2: Lluvia de ideas sobre ¿qué significa para ustedes el sexo? ¿Qué tan importante es? ¿Cómo lo es para tu pareja? ¿Piensas que tu pareja está satisfecha con tu vida sexual? Luego se leerá el siguiente párrafo:

“El sexo tiene distintas funciones, una de ellas es la reproducción, y otra es el placer físico. Pero también es una forma de relacionarnos afectivamente

con otra persona, es una forma de comunicación con la pareja, de expresar emociones y de conseguir un grado muy elevado de intimidad. Esto sería lo positivo del sexo. Aunque puede convertirse en algo negativo. Para algunos hombres, el sexo es una forma de agredir, de hacer daño y de humillar. También es una forma de controlar a su pareja y de tenerla sometida a sus deseos. Por lo tanto, el sexo puede tener dos caras muy distintas”.

- Dinámica 3: Los participantes han de leer el listado de conductas sexualmente coercitivas en la pareja y señalar aquellas que hayan practicado. Luego se debate en el grupo.

- \_ Obligarla a tener sexo cuando no quiere, está enferma o no está consciente (dormida, drogada, bebida, bajo efectos de medicación).
- \_ Forzarla a tener sexo oral o anal.
- \_ Penetrar su cuerpo con objetos.
- \_ Obligarla a tener sexo con otra persona.
- \_ Tocar sus órganos genitales cuando ella no lo desea.
- \_ Obligarla a ver pornografía.
- \_ Forzarla a hacer lo que aparece en películas o revistas pornográficas.
- \_ Recordarle los regalos que le habías hecho en el pasado.
- \_ Amenazarla con irte con otra mujer.
- \_ Acusarla de engañarte.
- \_ Amenazarla con quitarle cosas.
- \_ Amenazarla con pegarle.
- \_ Recordarle que es su obligación.
- \_ Amenazarla con hacer daño a alguien o algo que ella quiere.
- \_ Insistir, a pesar de que ella no quería.
- \_ Decirle que si te quería, debía tener sexo.
- \_ Recordarle que otras parejas tienen más sexo que vosotros.
- \_ Decirle que otras mujeres estaban interesadas en ti.
- \_ Decirle que ibas a buscar una amante.

- Dinámica 4: Leer el siguiente texto y luego debatir.

En una sexualidad positiva entre dos personas, deben existir las siguientes características:

1. Sucede entre dos personas a las que une una relación de afectividad.
2. Las dos personas desean tener esa relación sexual, y ninguna de ellas se siente forzada o coaccionada a tenerla.
3. Las sensaciones físicas que se derivan de ese encuentro son placenteras.
4. Las emociones que se derivan de ese encuentro son positivas para ambos.
5. Existe una preocupación en ambas personas por el bienestar y la satisfacción del otro con el encuentro sexual.

6. Sus objetivos principales son: el placer físico, comunicar emociones positivas, la intimidad con la otra persona. En definitiva: la felicidad de ambos.

- Dinámica 5: “Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo

## ENCUENTRO N° 21: “Cuando el maltrato es invisible”

Tema: Violencia psicológica en la pareja.

Se define violencia psicológica como aquella conducta, capaces de provocar en quien las recibe, deterioro o disminución de la autoestima y afectación a su estructura de personalidad. Este tipo de violencia ataca fundamentalmente la identidad del sujeto, impide o lesiona la organización psíquica de la víctima. La violencia psicológica, verbal o emocional, tiene lugar cuando se humilla desvaloriza, insulta, minimiza, ignora tendiendo a afectar la autoestima. (Ley de Violencia Familiar N° 9.283, 2006).

Hirigoyen citado por Ruiz Arias,2010, señala las características más importantes de este tipo de violencia:

“El objetivo primordial es someter y destruir a la víctima. Hablamos de asimetría, ya que hay uno que domina y otro que no tiene manera de defenderse. En una relación este tipo de violencia se da a diario, de manera constante, permanente, no hay descanso para la víctima. A su vez la mujer no sabe qué es lo que genera esa actitud en el agresor, no sabe qué es lo que hace mal. Si dice algo, se tergiversa y se usa en su contra. Es negar al otro y considerarlo como un objeto.”.

Lo que consigue es mantener el poder y el control sobre su pareja, para que quede claro que él es quien manda en la relación.

Objetivos:

- Explicar los distintos tipos de violencia psicológica.
- Explicar las consecuencias de la violencia psicológica.
- Sustituir conductas violentas por otras más adaptativas.

Dinámicas:

- Dinámica 1: lluvia de ideas sobre ¿qué es la violencia psicológica? ¿considera que la violencia psicológica debe ser penado por la ley? ¿cree que este tipo de violencia es menos dañina que la violencia física?
- Dinámica2: A continuación el terapeuta pasará a explicar todos los aspectos teóricos relacionados con la violencia psicológica (frecuencia,

características, y tipos) que aparecen desarrollados de manera extensa en la exposición psicoeducativa.

- Dinámica 3: Discuta en el grupo si se consideran violentas las siguientes acciones contra una persona:

- \_ Gritarle en frente de otras personas.
- \_ Criticar su apariencia física.
- \_ Decirle frases insultantes.
- \_ Acusarla de todo lo que sale mal.
- \_ Burlarse de sus sentimientos.
- \_ Decirle a su pareja que la casa no es de ella porque está a su nombre.
- \_ No darle a su pareja el dinero para los gastos de la casa.
- \_ Contar a otros/as las cosas privadas de esa persona.
- \_ Mentirle sobre dónde ha estado.
- \_ No ponerle atención cuando habla o cambiarle de tema.
- \_ No darle dinero para que se compre algo personal
- \_ Pedirle a un hijo o a una hija que la vigilen por usted.
- \_ Enojarse por que lleve visitas a la casa.
- \_ Pedirle perdón después de haberla maltratado.

- Dinámica 4: primero, permita que el grupo elabore una lista de las frases abusivas con las que suelen referirse a sus compañeras. Esta debe incluir los insultos y otros términos groseros que utilicen. Luego, una vez obtenida la lista, se realizan juegos de roles cortos, en donde un sujeto exprese una idea de este tipo y el otro deba guardar silencio. Pasado un minuto, explore los sentimientos y pensamientos que surgen en cada uno con los comentarios respectivos.

#### Exposición Psicoeducativa:

Se define violencia psicológica como aquella conducta, capaces de provocar en quien las recibe, deterioro o disminución de la autoestima y afectación a su estructura de personalidad. Este tipo de violencia ataca fundamentalmente la identidad del sujeto, impide o lesiona la organización psíquica de la víctima. La violencia psicológica, verbal o emocional, tiene lugar cuando se humilla desvaloriza, insulta, minimiza, ignora tendiendo a afectar la autoestima. (Ley de Violencia Familiar N° 9.283, 2006).

El objetivo primordial es someter y destruir a la víctima. Hablamos de asimetría, ya que hay uno que domina y otro que no tiene manera de defenderse. En una relación este tipo de violencia se da a diario, de manera constante, permanente, no hay descanso para la víctima. A su vez la mujer no sabe qué es lo que genera esa actitud en el agresor, no sabe qué es lo que

hace mal. Si dice algo, se tergiversa y se usa en su contra. Es negar al otro y considerarlo como un objeto.

Lo que consigue es mantener el poder y el control sobre su pareja, para que quede claro que él es quien manda en la relación.

Es una violencia negada, que nadie ve:

o El *agresor* niega que exista ningún problema. Se siente legitimado para tratar de esta manera a su pareja. Considera que él es quien sabe lo que es bueno para "su" mujer, y que sus conductas son normales para poder poner orden en su casa. Si la mujer se queja, es porque está loca.

o El *entorno* tampoco percibe nada, ya que este tipo de violencia se suele ejercer en el ámbito privado. Además, el agresor sabe manipular y evitar que estas conductas sean detectadas.

o La *víctima* tampoco percibe esta situación de manera objetiva. Al no saber qué es lo que hace mal, no entiende esa hostilidad. Se busca ella misma justificaciones y razonamientos sobre lo que está ocurriendo, llegando muchas veces a culpabilizarse para poder "darle un sentido" a la situación.

La violencia psicológica y la física no pueden analizarse de manera separada, ya que la primera suele darse antes y al mismo tiempo que la segunda. No suele haber violencia física, sin un período previo de violencia psicológica.

Existen diferentes tipos de violencia psicológica, tales como la intimidación, las amenazas y la coacción, el abuso emocional, el control social y económico, el aislamiento y la utilización de los hijos, entre otros.

La intimidación tiene como objetivo infundir miedo en la víctima. Entre otras, las siguientes conductas formarían parte de este tipo de violencia psicológica:

- Utilización de miradas, acciones, gestos y tono de voz que asustan a la mujer.
- Ataques verbales.
- Destrucción de propiedades de la mujer.
- Maltrato de animales de compañía.
- Dar portazos, romper objetos. Cuando una persona se desahoga con objetos es un tipo de violencia indirecta, le está transmitiendo a la otra persona "*mira lo que puedo hacerte y mira lo que pasa cuando me enfadas*".
- Mostrar armas.
- Cambios bruscos y desconcertantes de ánimo, estallidos emocionales intensos. Este comportamiento genera un gran estrés e incertidumbre en la

víctima ya que no puede predecir cuál será el estado de la víctima en un momento dado.

- Irritabilidad constante lo que mantiene a la víctima en un estado de alerta continuo.

Coacción y amenazas: las amenazas son conductas que infunden un miedo hacia lo que pueda pasar en el futuro. Sus consecuencias psicológicas son tan graves como el propio golpe. Además, con la amenaza se mantiene el poder sobre la víctima, ya que la mantiene en la incertidumbre de cuándo llevará a cabo la acción. Las conductas amenazantes y coactivas más frecuentes son:

- Amenaza con hacer daño a la mujer y a los hijos.
- Amenaza con abandonarla, a ella y a sus hijos.
- Amenaza con suicidarse si la mujer le abandona. Esta amenaza es muy utilizada y genera un gran sentimiento de culpa en la víctima.
- Le obliga a retirar las denuncias que le haya podido poner
- Le obliga a hacer cosas ilegales

Abuso emocional: por otro lado, hay conductas que lleva a cabo el agresor que suponen un auténtico abuso emocional sobre la mujer. Entre ellas:

- Le critica constantemente, menospreciando sus habilidades. Se expresa a través de actitudes desdeñosas, palabras hirientes, frases despectivas. Pone en tela de juicio su capacidad intelectual, su físico, sus capacidades como madre. Le hace pensar que no sabe educar y tratar a sus hijos, por lo que si éstos se comportan mal, la culpa será siempre de la mujer. También suelen criticar a su familia, a sus amigos, etc., como se describe con profundidad cuando se trata el tema del aislamiento como una conducta más de maltrato.
- Ridiculización. Se burla de la mujer en público y en privado. Cuando lo hace en público adopta un tono irónico. En privado, los ataques son mucho más fuertes.
- Le hace pensar que está loca.
- Humillación. Consiste en faltar al respeto, rebajar y ridiculizar a través del insulto. A menudo estas humillaciones tienen un contenido sexual. Estas conductas generan en la mujer una sensación de vergüenza, lo que conlleva un gran obstáculo para pedir ayuda. Esta denigración provoca una ruptura de la identidad, un desmoronamiento interior. - Le hace sentir culpable.
- Toma decisiones importantes sin consultarle, prohibiéndole dar su opinión.
- Muestra indiferencia ante las demandas afectivas: el hombre rechaza que la mujer le exprese su afecto, se muestra insensible y desatento, hace alarde de rechazo y desprecio. Ignora sus necesidades y sus sentimientos. Crea esta situación de carencia para mantener a la mujer sumida en la inseguridad.

Muchas de las conductas referidas arriba forman parte de un patrón de comunicación patológico con su pareja, basado en el uso de la violencia verbal. Otras conductas más específicas de este tipo de violencia son:

- *Rechazar la comunicación directa*: el agresor no utiliza la comunicación directa, ya que “a las cosas no se les habla”. Al no hablar abiertamente, utiliza exclusivamente ideas confusas, gestos, para comunicarse, lo cual genera en la víctima una sensación de confusión y ansiedad constante.
- *Deformar el lenguaje*: el agresor utiliza un tono de voz característico que la víctima sabe identificar. Es un tono frío y sin variaciones, el cual es suficiente para asustar a la víctima. El agresor ni siquiera tiene que levantar la voz, es el estilo en su comunicación el que provoca el miedo y la ansiedad en la mujer. Por otra parte, el contenido suele ser difuso, poco concreto, con el objetivo de confundir a la víctima y evitar el reproche. No se sabe bien qué es lo que ha dicho y lo que no, por tanto, evita comprometerse con lo que ha dicho. A veces, el agresor utiliza un lenguaje técnico, difícil de entender para la víctima, la cual siente que no sabe nada y que no debe preguntar para no quedar en evidencia. El agresor se sirve también del silencio para desestabilizar a la víctima, habla muy bajo, susurrando, para que la mujer tenga que estar pendiente de lo que dice.
- *Mentir*: al agresor no le importa si lo que ha dicho es verdad o no, sino que su objetivo es mantener su posición de poder. No suele utilizar la mentira directamente, sino que utiliza insinuaciones y técnicas indirectas por lo que la víctima se plantea si sabe realmente lo que acaba de ocurrir.
- *Utilizar el sarcasmo, la burla y el desprecio*: normalmente se utilizan aspectos propios del sexo femenino para arremeter contra la víctima (por ejemplo, sobre su físico). Algunos ejemplos son: burlarse de sus convicciones, de sus ideas políticas y de sus gustos (“¿ahora vas de que sabes de fútbol?”); dejar de dirigirle la palabra; ridiculizarla en público (“anda no aburras que te pones muy pesada”); ofenderla delante de los demás; privarle de cualquier posibilidad de expresarse; hacer guasa de sus puntos débiles (“ya estás llorando otra vez”, “ya te está tomando el pelo tu hermana pidiéndote favores”); hacer alusiones desagradables, sin llegar a aclararlas nunca; poner en tela de juicio sus capacidades de decisión.
- *Utilizar la paradoja*: A veces el agresor lo que utiliza son mensajes contradictorios, de tal forma que dice algo pero su conducta no verbal expresa lo contrario. Sin embargo, el agresor niega el segundo aspecto de esta comunicación. Es una manera de desestabilizar a la víctima muy eficaz. Por ejemplo, puede afirmar que está de acuerdo con lo que la mujer dice sobre un tema, pero luego sus gestos demuestran que ese acuerdo es sólo en apariencia. A veces el agresor puede utilizar palabras que, en un principio, pueden parecer bien intencionadas, pero que en el fondo buscan manipular a la mujer sin que sea consciente de ello.
- *Descalificar*: consiste en decir repetidas veces a la víctima que no sirve para nada, hasta que finalmente se lo crea. Al principio estas descalificaciones no se

dicen directamente, sino que se expresan a través del lenguaje no verbal y con mensajes verbales indirectos, bromas, insinuaciones, etc. Posteriormente, cuando la víctima ya está desestabilizada, se pasa a decir de manera directa, de tal forma que la víctima al oír “eres un desastre”, interpreta “soy un desastre”.

- *Imponer autoridad*: en este caso el agresor utiliza la palabra para demostrar que él es quien tiene razón, y no permite que la mujer dé su opinión. Finalmente la víctima acaba pensando que él tiene razón en todo, y que él, que es el que “realmente sabe”, debe tomar las decisiones.

Estas conductas al principio son sutiles y, por lo tanto, difíciles de detectar. Se comienza por el control sistemático del otro, luego llegan los celos y el acoso y, finalmente, las humillaciones y la denigración. Y como decíamos, con un fin, que el agresor se engrandezca, mientras empequeñece a la mujer.

## ENCUENTRO N° 22: “El aislamiento”

Tema: Aislamiento

El aislamiento se convierte en una de las formas que el maltratador tiene para controlar el comportamiento de su víctima.

El aislamiento se convierte en un elemento devastador para las víctimas maltratadas debido a que se mantiene presente a lo largo de la relación abusiva. Favorece el inicio del maltrato, contribuye a su mantenimiento y dificulta la búsqueda de ayuda fuera de la relación.

En realidad lo que subyace no es un temor del maltratador a una infidelidad por parte de la pareja sino una preocupación a perder el control sobre lo que ella decida hacer libremente.

La posibilidad de decidir, por uno mismo, las personas con las que preferimos relacionarnos, los lugares donde nos apetece acudir, las actividades que deseamos hacer y el trabajo que queremos desarrollar, se convierte en un derecho esencial de toda persona. Que otro decida por nosotros mismos no es una opción aceptada voluntariamente. En las relaciones de maltrato es habitual encontrar que el agresor intenta limitar la autonomía de decisión y actuación de la víctima y suele hacerlo de una manera indirecta, dirigiendo gran número de críticas hacia las personas que pretende alejar del círculo de relación de su pareja. Estas críticas desmedidas provocan en la mujer una carga emocional negativa que trata de eliminar evitando las situaciones que provocan las críticas de su pareja. La víctima, cuando acomoda su comportamiento a los deseos de su agresor consigue evitar la reacción de críticas, insultos, hostilidad e ira y el agresor comprueba que con su actitud y comportamiento consigue que su pareja se adapte a sus deseos. Al tratarse de formas de interacción reforzantes tienden a perpetuarse a lo largo de la relación.

Distintos tipos de aislamiento:

- Aislamiento laboral: La víctima no puede desarrollar la actividad laboral deseada. En el caso de que esté trabajando fuera del hogar recibirá continuas críticas acerca de las condiciones laborales a las que se ve sometida, del trato inadecuado del jefe o compañeros, del reducido nivel retributivo, del descuido en lo que respecta al cuidado de los hijos y de él mismo, etc

-Aislamiento social: nos estamos refiriendo a la imposibilidad que tiene la víctima de compartir espacios y vivencias con personas de su círculo de amistad.

-Aislamiento familiar La familia de la pareja se convierte en el objeto de críticas del maltratador. Se suele afirmar que el hombre que ejerce violencia de género impide que su pareja esté con su familia por miedo a perder el control sobre ella. No obstante, al igual que los otros tipos de aislamiento, el aislamiento familiar se va construyendo de una manera progresiva e indirecta. La víctima, sin apenas darse cuenta, va reduciendo los contactos con padres y hermanos porque de esta forma evita el enfado de su pareja. El agresor suele focalizar el origen de los conflictos de la pareja en la interferencia de algún miembro de la familia de la mujer

-Aislamiento personal: Como consecuencia de todo el proceso de aislamiento laboral, social y familiar se produce un autoaislamiento personal. La víctima pierde la confianza en sí misma, pierde la capacidad de disfrutar de la compañía de otras personas, pierde la ilusión por nuevos proyectos y pierde, incluso, las ganas de vivir. El maltratador, en esta situación, suele agravar el estado de sufrimiento de la víctima. Afirma con frecuencia que su pareja no sabe lo que quiere, se enfada, no quiere salir con él y lejos de tratar de apoyarla adopta una actitud de crítica y de búsqueda de alternativas de relación en otras personas.

Objetivos:

- Comprender que la autonomía de la pareja es esencial para una vida saludable en pareja.

- Conocer las consecuencias del aislamiento.

#### Dinámicas:

- Dinámica 1: Lluvia de ideas sobre ¿Qué es el aislamiento? ¿Qué situaciones de aislamientos crees que ha vivido tu pareja?
- Dinámica 2: A continuación el terapeuta pasará a explicar todos los aspectos teóricos relacionados el aislamiento (características y tipos) que aparecen desarrollados de manera extensa en la descripción del tema.
- Dinámica 3: Escribir una carta, como si fuese la víctima, explicando a su madre, amiga o compañera de trabajo los motivos por los que no puede salir o quedar con ellas.
- Dinámica 4: Hacer dos role-playing. Uno en el que ella haya salido con sus amigos y él monte en cólera por ello; otro en el que ella salga y regrese a casa contando lo bien que se lo ha pasado y que él se alegre. El objetivo de esta dinámica es que se den cuenta de lo positivo de la libertad para la relación.
- Dinámica 5: “Se invita a cada participante que anote en su libreta las emociones, sensaciones y pensamientos que hayan tenido en este encuentro. Que aprendizaje quiero destacar como importante de esta sesión. Esta instancia es personal pero si alguien decide compartir lo escrito puede hacerlo”.

#### ENCUENTRO N° 23: “El dinero es poder”

##### Tema: Violencia Económica o Patrimonial

El control económico además de actuar como un elemento facilitador de la relación de maltrato se convierte en una de las principales barreras con las que se enfrentan las mujeres que quieren salir de la relación abusiva. La dependencia económica o la pobreza (o el miedo a la pobreza), puede mantener a una mujer atrapada en una relación violenta (Gur et al., 1996). En muchos casos la mujer se encuentra sin recursos económicos propios, sin formación, sin cualificación y sin experiencia laboral. A veces, el propio maltratador manipula y engaña a la víctima y se hace con el control de sus propios bienes, de su herencia o de cosas de los familiares.

Entre los principales motivos que impiden a una víctima de violencia de género poner fin a la relación de maltrato se encuentra la dependencia económica. El control económico se convierte en una de las principales armas con la que el maltratador consigue que su víctima permanezca a su lado, pese a ser consciente que ella ha dejado de quererle.

Objetivos:

- Comprensión por parte del participante de cómo su comportamiento con el dinero era una forma de control y abuso de su pareja.
- Discusión de los pensamientos que apoyan esta conducta.

Dinámicas:

- Dinámicas 1: Lluvia de ideas ¿a que nos referimos con violencia económica? ¿en relación al dinero: que cosas hacemos para controlar a la pareja?
- Dinámica 2: Exposición psicoeducativa: el terapeuta explica la definición las causas y consecuencias de la violencia económica.
- Dinámica 3: Discuta con el grupo la veracidad de las siguientes afirmaciones:

\_ Si una persona trabaja y gana un sueldo, sólo ella puede decidir qué hacer con ese dinero.

\_ Las mujeres que se quedan en la casa en realidad no tienen un trabajo, sólo hacen oficios.

\_ Si una mujer decide sobre el dinero de su esposo, éste está perdiendo autoridad en la familia.

\_ A las mujeres les gusta gastar el dinero en cualquier cosa, sólo les importa comprar.

\_ Las mujeres deben aceptar la forma en que el hombre administra el dinero.

\_ Las propiedades sólo pertenecen a quienes están inscritos como sus dueños.

\_ Es mejor que la casa y otros bienes estén a nombre de quien puede tomar las mejores decisiones sobre ellos.

\_ Las propiedades deben estar a nombre de la persona que paga por ellas.

\_ Si un hombre y una mujer no están casados, ninguno de los dos puede decidir sobre los bienes y el dinero de la otra persona.

Exposición psicoeducativa

En muchas parejas en las que se produce maltrato, una forma de controlar y someter a la mujer es el control económico. Ese control se puede dar de muchas maneras, por ejemplo no dejando que tu mujer gaste lo que considere

oportuno, o supervisando continuamente sus gastos, o restringiendo el dinero que se le entrega si estamos enfadados.

A veces esto se disfraza como una forma de protección. Un hombre puede pensar que su pareja no es capaz de gastar bien el dinero porque no sabe, o porque la engañan. Por eso ha de llevar él las cuentas. Pero en realidad es una manera de cortarle la libertad, de hacerla aún más dependiente de él.

Frente a este estilo de control, una pareja estable que comparta sus recursos económicos se beneficia de conductas como:

1. Planificar una economía conjunta que maximice los recursos de ambos.
2. Organizar juntos los gastos y priorizar lo más importante.
3. Valorar y decidir juntos una compra importante, llegando a un acuerdo y sin que prevalezca siempre una opinión.
4. Decidir cuándo darse un capricho y aceptar que también el otro lo haga.
5. Darle al otro la suficiente autonomía y confianza para decidir sobre cuestiones económicas.
6. Reconducir la economía de pareja cuando haya cambios o problemas (paro, un nuevo crédito, subida de intereses).

El abuso económico tiene diversas formas de manifestación, destacando los siguientes comportamientos:

- Facilitar una cantidad de dinero limitada para el sostenimiento de los gastos familiares. Al suministrar poco dinero, lo justo para las compras básicas, la víctima se ve obligada a pedir de forma continuada, desencadenando un comportamiento infantilizado de la mujer. En ocasiones, no permite que tenga tarjeta de crédito.

- Criticar la forma de administración del dinero. Cuestiona el precio de los productos, su utilidad, el lugar donde efectúa las compras y la frecuencia de las mismas. En ocasiones, cuando sospecha que la mujer se gasta el dinero en otras cosas, exige que le presente los recibos de la compra.
  
- Control permanente de los productos que compra la pareja. Es habitual que cuando la mujer efectúa compras en presencia de su compañero, este supervise la calidad y el precio.
  
- Impedir que efectúe compras importantes sin su presencia. Es frecuente que cuando se pregunta al grupo de maltratadores quién administra la economía familiar la respuesta generalizada sea que *“el dinero lo maneja ella sin problemas”*. No obstante, cuando se profundiza en el argumento, encontramos que la víctima emplea el dinero en las compras rutinarias de la casa (no sin las correspondientes críticas), pero cuando hay que comprar un frigorífico, una lavadora, un lavavajillas, etc., el hombre tiene que estar presente porque desconfía de la capacidad de la mujer para tomar la decisión adecuada argumentando que *“la pueden engañar”*.
  
- Ocultar a la pareja la existencia de inversiones o propiedades. Algunos de ellos encubren viviendas, cuentas corrientes o herencias familiares. El maltratador intenta preservar estos bienes para uso exclusivo, demostrando una falta absoluta de confianza en el proyecto común de relación de pareja.
  
- Tomar importantes decisiones económicas que afectan a la economía familiar de forma aislada, sin contar con la opinión del resto de miembros. Es frecuente encontrar argumentos del tipo: *“pido un crédito para este proyecto porque es lo que más nos conviene”*, *“me compro una moto de gran*

*cilindrada porque es mi pasión”*, *“nos vamos de vacaciones a ese lugar porque es lo mejor para todos”* y *“te voy a poner un negocio para que puedas ocuparte en algo útil”*. Sin embargo, cuando la inversión económica fracasa, el maltratador traslada la responsabilidad al resto de la familia, mermando considerablemente los recursos disponibles.

- Destinar parte de los recursos económicos mensuales de la familia a actividades de ocio personal (salidas con amigos, copas, juegos, adicciones, prostitución, etc.) sin ningún tipo de pesadumbre. Si se cuestiona este comportamiento los argumentos habituales suelen ser del tipo: *“el dinero me lo gano yo, por tanto, tengo derecho a disfrutar un poco”* y *“a pesar de gastarme mucho dinero en las máquinas, mujeres o droga a mi familia nunca le ha faltado de nada”*. Esta actitud se presenta reforzada cuando el maltratador tiene un sobresueldo por actividades laborales complementarias, considerando que como es fruto de un esfuerzo adicional le pertenece de forma íntegra (*“me lo he ganado yo”*). En ningún caso valora la posibilidad de estar privando al resto de miembros de la familia de una fuente básica para el sostenimiento económico. Tener atrapada a la mujer en una empresa propia o en una empresa de la familia de él. A la dependencia económica se añade la dependencia laboral y familiar, agravando de forma extrema la imposibilidad de abandono de la relación de maltrato. En estos casos, la mujer carece de espacios propios de independencia, asumiendo el hombre el control absoluto de la relación. Comprometer a la mujer para que consiga dinero de la familia a modo de préstamo o donación con gran despliegue de chantaje emocional hacia la víctima.

- Cuando no son atendidas estas demandas económicas el maltratador propicia el enfrentamiento entre la pareja y su familia, provocando el distanciamiento y el consiguiente aislamiento familiar. Es muy frecuente que el maltratador trate de justificar sus continuos enfados y discusiones por la cuestión económica, como si esta fuese la única responsable de la problemática familiar.

#### **4.1.5 Módulo 5: “Cierre”**

Objetivos generales:

- Evitar que los pacientes tengan recaídas
- Que los participantes adquieran estrategias de solución de problemas.
- Analizar y trabajar emergentes de la finalización del programa de intervención.

## ENCUENTRO N°25: “Evitar las recaídas”

Tema: Evitar las recaídas

El modelo básico de prevención de recaídas se originó en el tratamiento del consumo de drogas y alcohol. Este modelo permitió unir los elementos conductuales con los cognitivos. Una de las premisas básicas de la terapia cognitivo-conductual es que conductas y pensamientos están fuertemente relacionados. De esta forma, el objetivo principal de la prevención de recaídas ha sido el análisis y reestructuración de estas cadenas cognitivo-conductuales.

Es una observación común en distintos campos de intervención que las personas, al terminar el tratamiento, presentan una alta probabilidad de no involucrarse de nuevo en el comportamiento problema. Pero con el tiempo se produce una progresiva reaparición de los antiguos hábitos negativos, que parecían superados, lo que aumenta las probabilidades de recaída. La prevención de recaídas es una estrategia orientada a que la persona sea consciente de los pasos que ella da, y que pueden conducirlo a una recaída, y que aprenda estrategias concretas para poner freno a este proceso. En la medida en la que la persona pueda afrontar estas amenazas a la abstinencia o

no reincidencia en la conducta de maltrato, los efectos del tratamiento serán más estables y duraderos.

Objetivos:

- Educar a los participantes en el proceso de recaídas.

Dinámicas :

- Dinámica 1: Exposición Psicoeducativa.
- Dinámica 2: Realizar el ejercicio N°1 de la libreta de anotaciones.
- Dinámica 3: Realizar el ejercicio N°2 de la libreta de anotaciones.
- Dinámica 4: Realizar el ejercicio N°3 de la libreta de anotaciones.

Exposición psicoeducativa

Ahora que están terminando el tratamiento pueden sentir muchas cosas distintas. Algunos pueden sentirse optimistas y confiados con el futuro. Ya saben en qué han fallado y no piensan que puedan volver a cometer el mismo error jamás. Otros pueden sentir que el tratamiento no ha servido de mucho, que ellos no lo necesitan, y que seguirán con su vida igual que antes. Se metieron en un lío, pero nunca volverá a pasar. Un tercer grupo puede pensar que el tratamiento ha sido útil, que les ha servido para conocerse mejor, pero que este conocimiento ha de servirles sobre todo para ser conscientes de sus vulnerabilidades, de sus puntos débiles. Si no se siguen esforzando al terminar el programa podrían retomar su antiguo estilo de vida, sus pensamientos distorsionados y sus emociones destructivas. Seguramente los que tienen más probabilidades de no recaer sean los del último grupo. El resto de posturas (ser pesimista y ser demasiado optimista con respecto al futuro) nos hace perder la perspectiva de los riesgos que encontraremos. Las personas queremos cambiar, pero nos cuesta dejar atrás nuestros antiguos hábitos, sobre todo si son cosas muy arraigadas en nosotros. Por lo tanto, todo el esfuerzo que hayan hecho durante estos meses ha de continuar en vuestra vida diaria cuando terminéis el programa.

Hay comportamientos, emociones y pensamientos que pueden favorecer que en el futuro vuelvan a ser agresivos con vuestra pareja. Básicamente son los

mismos que os hicieron serlo en el pasado. Durante esta última parte del programa vamos a ver los pasos hipotéticos que en el futuro los pueden llevar a recaer en la violencia. Las fases de un proceso de recaída son:

1. **Abstinencia:** se sienten confiados en no volver a recaer en la violencia. Han terminado el tratamiento y saben que ya no volverán a lo mismo.
2. **Decisiones aparentemente irrelevantes:** Poco a poco retoman su vida normal. Los meses de tratamiento van quedando atrás. Han vuelto a la rutina. En el día a día, es fácil hacer cosas que parece que no tienen importancia, pero que son pequeños acercamientos a los comportamientos que os trajeron aquí (por ejemplo, retomar progresivamente el consumo de alcohol, controlar lo que hace vuestra pareja). ¿Tiene alguna importancia que me tome unas cervezas con los amigos antes de ir a casa? Pensáis que no, pero en el fondo sabéis que sí la tiene. Ésas son las decisiones aparentemente irrelevantes.
3. **Situaciones de alto riesgo:** Si se acumulan las decisiones aparentemente irrelevantes, un día pueden verse envueltos  
En una situación de riesgo. Por ejemplo, pueden llegar a casa muy bebidos, enfadados por temas de trabajo, y empezar una discusión con vuestra pareja por un tema doméstico, pensar que los está humillando, y sentir que nos apetece descargar nuestra agresividad. Están a un paso de la recaída.
4. **Fallo:** Cualquier nueva agresión, amenaza o humillación a la víctima supone una recaída. El fallo lo entenderemos como un proceso mental previo a la recaída. Un fallo se produce cuando empezáis a pensar en la agresión como algo positivo. Por ejemplo, cuando empezáis a sentir ganas de insultar a vuestra pareja, o de pegarla. Puede ser una idea elaborada, o simplemente una imagen mental muy rápida acompañada de pensamientos “calientes”.
5. **Recaída:** De nuevo han repetido la conducta que los trajo al programa. Poco a poco, como sin darnos cuenta, han retomado sus hábitos destructivos.
6. **Efecto de la violación de la abstinencia:** ¿Cómo se sienten entonces? ¿qué piensan de ustedes mismos? Pueden pensar que no tienen remedio, que no valen para nada. O echarle la culpa a los demás e intentar negar lo evidente. O pensar que el tratamiento fue inútil, o que no se hizo bien. De alguna forma, la persona “tira la toalla” y piensa que “total, si ya he fallado para qué seguir intentándolo”. Un solo error supone ya el permiso para seguir haciendo las cosas mal.

Conocer este proceso es el primer paso para ser capaz de frenarlo. En cada uno de los pasos existe la posibilidad de hacer algo que evite llegar a la recaída. Muchas de esas habilidades ya las hemos trabajado durante el programa. Ahora las vamos a incluir dentro de este esquema para terminar de darles un sentido.

Hemos sido conscientes de cómo es el proceso de recaída y de los pasos y factores que aceleran ese proceso. Ahora vamos a ver nuestras propias posibilidades de autocontrol.

Se trata de desarrollar un sistema propio de alerta que permita detectar los antecedentes (o los pasos del proceso) y poner en marcha las estrategias de afrontamiento necesarias para cortarlo.

Estas respuestas adecuadas van desde las estrategias de evitación y escape hasta las más complejas como autoinstrucciones y escape. Hay que conocer la respuesta y saberla utilizar en el momento adecuado. Para ello hay que entrenar intensivamente y practicar.

Respuestas para el control de la CONDUCTA:

1. Respuestas de evitación: no ponerse en situación de alto riesgo. Son anteriores a la aparición del riesgo (evitar gastarse el dinero si hay problemas económicos, evitar problemas en el trabajo, evitar llamar por teléfono cuando estoy celoso por no saber dónde anda, evitar llegar tarde si eso suele ser motivo de discusión...)
2. Respuestas de escape: una vez que nos estamos metiendo en una situación de riesgo o ya estamos en ella, salirnos, escapar, no permanecer en ella. Tiene que ser algo rápido, inmediato. Pero son difíciles (en algunas situaciones nuestros amigos se pueden mosquear si nos vamos del bar; o si he empezado a discutir verbalmente puede ser difícil cortarlo antes de llegar al desprecio, al insulto o al golpe)
3. Respuestas de control ambiental: son cambios en el entorno. Cambiar de barrio, cambiar el camino al salir del trabajo, no comprar cerveza con alcohol.
4. Tiempo fuera: es una conducta de escape. Se emplea principalmente en discusiones, peleas y rabietas y se trata de irse físicamente del espacio en que te encuentres sin regresar hasta que no se reúnan las garantías suficientes para controlar la respuesta agresiva. Los dos miembros de la pareja tienen que conocer esta estrategia y cuando se lleve a cabo hay que comentarlo para no ofender.
5. Estilo de vida positivo: Es una estrategia a largo plazo, que incluye conductas de abandono del consumo de drogas y alcohol, control de estrés (relajación) , autoestima, solución de problemas...

Respuestas para el control de los PENSAMIENTOS:

1. Control de pensamientos automáticos: parada de pensamiento (*basta ya de acumular pensamientos negativos y distorsionados, cortarlos*), distracción cognitiva (buscar en el entorno algo que me haga no pensar en lo que me está calentando, por ejemplo, contar hacia atrás, buscar gente con gafas en el entorno, descubrir los colores diferentes de una habitación, etc), sustitución por pensamientos alternativos y adecuados, etc.
2. Autoinstrucciones: decirnos paso a paso las cosas que debemos hacer (*no tomes esta caña, no grites, respira hondo, vete a dar una vuelta...*)
3. Autorrefuerzo, cuando hagamos las cosas bien. Puede ser verbal (*muy bien dado este paso, así me gusta, has bebido sin alcohol, muy bien hecho, te has controlado a pesar de lo difícil que era, qué bien que has logrado relajarte a*

*pesar del ruido, muy bien por intentarlo aunque no lo hayas conseguido del todo...).* Hay que reforzar los intentos no sólo los resultados. Y no sólo puede ser con frases para uno mismo, también te puedes dar premios materiales.

Respuestas para el control FISIOLÓGICO:

- Relajación y respiración, principalmente.

Todo ello ayuda a controlar las emociones. Recuerden cómo las emociones (y respuestas fisiológicas), conductas y pensamientos se interrelacionan.

No hay que olvidar que la empatía es fundamental para reducir la probabilidad de conflictos. Si soy capaz de ponerme en el lugar del otro y entiendo lo que quiere decir mi mujer cuando me dice, por ejemplo, “no conduzcas tan rápido”, no montaré en cólera. Si creo que ella me quiere controlar y siempre me tiene que decir lo que tengo que hacer y creo que ella debería comportarse de otra manera, tengo el enfado asegurado. Si soy capaz de ver que lo que le pasa es que está preocupada, no me ofenderé por su frase. Como vemos, empatizar es clave.

Ejercicio N°1:

Elabora un esquema hipotético de tu propia recaída:

- Abstinencia:
- Decisiones aparentemente irrelevantes:
- Situaciones de alto riesgo:
- Fallo:
- Recaída:
- Efecto de la violación de la abstinencia:

Ejercicio N°2:

- Piensa en aquellos lugares, situaciones, personas o cosas que crees es más conveniente que evites a partir de ahora para evitar recaer en tu conducta agresiva.

Por ejemplo ¿qué cosas no debes de tener en casa? ¿A qué lugares no debes de ir? ¿Con qué personas es mejor que no te juntes? ¿De qué situaciones es mejor que salgas rápido?

-¿Qué pensamientos pueden hacerte recaer, qué pensamientos te ayudan a ser más agresivo con tu pareja? ¿Por qué otros pensamientos podrías sustituirlos?

-¿Qué pensamientos te ayudan a NO recaer? Escríbelos en una tarjeta que llevarás siempre contigo.

-¿Qué emociones pueden hacerte volver a ser agresivo con tu pareja?  
¿Cómo podrías controlarlas?

Ejercicio N°3:

Imagina la forma de afrontar cada paso en tu proceso de recaída para poder detenerlo a tiempo. Se practicarán en vivo durante la sesión.

## CAPÍTULO 5: PROPUESTA DE IMPACTO

### 5.1 Fase de evaluación pre-tratamiento

La evaluación es fundamental para el proceso de intervención ya que permite tener información específica sobre el perfil del hombre que ingresa al programa, de sus necesidades, pensamientos, fortalezas, el grado de motivación para el cambio, forma de ejercer violencia contra su pareja y el modo de relacionarse con la misma, el grado de peligrosidad actual de la conducta violenta, antecedentes delictivos, peligrosidad hacia la pareja.

Una evaluación completa también es necesaria para clarificar los criterios de intervención y filtrar información en función de la pertinencia de su inclusión o exclusión al tratamiento, como por ejemplo evaluar aspectos relacionados con drogodependencias y trastornos mentales.

Para esto se propone realizar en el comienzo, un encuentro individual de evaluación con el agresor, dicho encuentro durara dos horas, en el cual se aplicaran los siguientes instrumentos:

-**Entrevista de la violencia en la pareja y otros factores asociados:** esta entrevista permitirá recoger datos significativos como la violencia en la familia de origen, en la pareja actual, en parejas anteriores; datos personales, laborales; por último información sobre antecedentes penales, relación con el consumo de drogas, y la influencia de la violencia a otros miembros de la familia.

- **Escala de Evaluación para el Cambio (McConaughy, Prochaska, y Velicer, 1983) (URICA):** La escala URICA consta de un total de 32 ítems que se refieren a creencias y disposiciones que puede tener el individuo sobre el problema que experimenta y la motivación de querer resolverlo. Los participantes tienen que valorar, en una escala de 1 a 5 puntos, su grado de desacuerdo/acuerdo con el contenido de cada afirmación o ítem. Cada uno de los ítems se encuentra relacionado con los diferentes estadios de cambio del

modelo de Prochaska y DiClemente. El sistema de corrección básico, es aquel donde después de realizar el sumatorio de los ítems se obtiene una puntuación de los cuatro estadios de cambio. Este Modelo del cambio hace notar que la motivación no es una cualidad estática, sino más bien un recurso psicológico dinámico, que puede incrementarse a medida que la persona toma conciencia de su problema (Tejero, 2001). Los estadios evolutivos de cambio son los siguientes: Precontemplación: Negar el problema. Sin intención de cambiar el comportamiento violento. Contemplación: Mostrar ambivalencia (dudar entre cambiar o no) Interés en cambiar, pero sin desarrollar un compromiso firme de cambio. Preparación: Estar motivado para cambiar Compromiso de cambiar y toma de decisiones sobre cómo facilitar el proceso de cambio. Acción: Modificar sus conductas violentas por otras más adaptativas. Cambio en la conducta o en las condiciones ambientales que afectan al problema con el fin de superarlo. Mantenimiento: Presentar un estilo de vida desvinculado de las conductas violentas. Eliminación con éxito de la conducta problemática y esfuerzos para prevenir la recaída y consolidar las ganancias obtenidas.

**-Inventario de Pensamientos sobre la Mujer y la Violencia (Echeburúa y Fernández Montalvo, 1997):** El inventario es un listado de 29 ítems binarios que están dirigidos a detectar los pensamientos irracionales del hombre agresor en la relación de pareja y que de alguna manera propician la aparición de conductas violentas. El participante ha de señalar qué ideas expresadas en el inventario corresponden a su forma habitual de pensar. El instrumento consta de dos sub-escalas. La primera recoge los primeros 13 ítems respecto a distorsiones cognitivas que presenta el sujeto en relación con la mujer. La segunda recoge información respecto a cuándo utilizaría la violencia como una forma de resolver conflictos.

**-Escala de autoestima de Hudson (1974):**

. Esta escala tiene por objetivo evaluar el sentimiento de satisfacción que una persona tiene consigo misma. Consta de 24 ítems que puntúan de 1 a 4 en una escala tipo Likert. El rango del cuestionario es de 25 a 80. A mayor puntuación más bajo el nivel de insatisfacción consigo mismo, o sea, más baja la autoestima.

**-Cuestionario de Variables Dependientes del Maltrato (Echeburúa y Fernández Montalvo, 1997)** es utilizado para determinar la variación en la frecuencia, duración, intensidad de los episodios violentos. También indica la percepción que tiene el maltratador sobre la gravedad de las consecuencias psicológicas y físicas que su comportamiento ha provocado en la víctima.

## 5.2 Fase de evaluación post-tratamiento

Una vez finalizado el taller, en el próximo encuentro, se realizará una entrevista individual, para evaluar su grado de modificación o cese de comportamiento violento, modificación de los patrones cognitivos-conductuales, grado de satisfacción con el tratamiento. Se busca así, identificar la eficacia de la aplicación del mismo, entendiendo que los cambios son a consecuencia del tratamiento recibido.

En esta entrevista, se utilizan las mismas pruebas que al comienzo y además se sumaran los siguientes instrumentos de medición:

- **Cuestionario de satisfacción con el tratamiento(Larsen, Attkinson,Hargreaves y Nguyen, 1979)** consta de 8 ítems. Cada uno con una puntuación de 1 a 3.

Cinco de los ítems están formulados en forma positiva y tres en forma negativa para el control del consentimiento.

Finalmente, destacar que además en la escala URICA se incluyeron dos preguntas de autovaloración de los individuos. En la primera de ellas se pide a los sujetos que valoren su grado de reincidencia en las mismas conductas, donde los sujetos tienen que responder en un rango de 0 (ningún riesgo) a 10 (un alto riesgo de reincidir). Por último, con la segunda pregunta se pide a los sujetos que valoren en una escala de 0 (no ha mejorado nada) a 7 (ha mejorado mucho) en qué grado consideran que han mejorado globalmente como consecuencia del tratamiento recibido.

Seguimiento una vez terminado el tratamiento:

**Primer entrevista:** A los 2 meses se sugiere citar al sujeto. Se realizará una entrevista similar a la de admisión en donde se apliquen las evaluaciones correspondientes:

- Cuestionario de variables dependientes del maltrato.
- Escala de autoestima de Hudson.

De esta manera, se apela a conocer con que grado de estabilidad se han mantenido los cambios en el tiempo

**Segunda entrevista:** Al los cinco meses. Podrá ser vía telefónica o en persona. Será una pequeña entrevista con el agresor en dónde se le preguntará si ha habido reincidencia de comportamientos violentos.

## BIBLIOGRAFÍA

Beck, A. y Wright, J. (1999) *Terapia Cognitiva*, capítulo 31. *Manual de Psiquiatría* disponible en <http://es.scribd.com/doc/42543199/Terapia-Cognitiva>.

Beck J. (2000). *Terapia cognitiva: conceptos básicos y profundización*. Barcelona: Gedisa.

Bittar, C; Capellino, M; y Ceballos, M. (2008). *Creencias adictivas presentes en el inicio al consumo y en el consumo habitual de alcohol en adolescentes de la ciudad de*

Bonino, L.(2008). *Hombres y violencia de género. Más allá de los maltratadores y de los factores de riesgo*. [eBook PDF de acceso online]. Ministerio de Igualdad, Colección "Contra la violencia de género".[http://www.vilafranca.cat/doc/doc\\_20537404\\_1.pdf](http://www.vilafranca.cat/doc/doc_20537404_1.pdf)  
Córdoba. (Tesis de grado). UNC. Facultad de psicología. Córdoba Argentina.

Caballo, V.E. (2000).*Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. España: ed. Siglo XXI de España Editores, S. A.

Calvete, E. y Cardeñoso, O. (2001). *Creencias, Resolución de Problemas Sociales y Correlatos Psicológicos* [versión electrónica]. *Psicothema*. 13 (1): 95-100.

Casa El Aljibe - Senaf - Gobierno de la Provincia de Córdoba

[senaf.cba.gov.ar/index.php/2012/10/28/casa-el-aljibe/index.html](http://senaf.cba.gov.ar/index.php/2012/10/28/casa-el-aljibe/index.html)

Cohen Imach, S.(2013).*Mujeres maltratadas en la actualidad: Apuntes desde la clínica y diagnóstico*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.

Conferencias de las Naciones Unidas sobre la Mujer (1995). Declaración y plataforma de acción de Beijing.  
[http://www.unwomen.org/~media/headquarters/attachments/sections/csw/bpa\\_s\\_final\\_web.pdf](http://www.unwomen.org/~media/headquarters/attachments/sections/csw/bpa_s_final_web.pdf). Acceso el 15 de enero de 2015.

Dohmen,M(2004).*Violencia masculina en la pareja. Una aproximación al diagnóstico y a los modelos de intervención*". Buenos Aires, Argentina: Paidós.

Duje, P.H y Zarate, M.N (2010). *Contrato violencia y poder en la pareja*. Córdoba, Argentina: Trejo.

Dutton, D.G. y Golant, S.K. (2012). *El golpeador. Un perfil psicológico*. Buenos Aires. Paidós.

Echeburúa, E. y Corral, P. (1998). *Manual de violencia familiar*. Madrid: Siglo XXI.

Echeburúa, Enrique; de Corral, Paz; Fernández Montalvo, Javier; Amor, Pedro J. *¿Se puede y debe tratar psicológicamente a los hombres violentos contra la pareja?*

Papeles del Psicólogo, vol. 25, núm. 88, mayo-agosto, 2004, pp. 10-18

Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos Madrid, España

Recuperado el 20 de marzo de 2016 de

<http://www.redalyc.org/pdf/778/77808802.pdf>

Echeburúa, E. y Amor, P.J. (2010) "Perfil psicopatológico e intervención terapéutica con los agresores contra la pareja". En *Revista Española de Medicina Legal*. 2010; 36(3): 117-121

Echeburúa E., Sarasua, B.; de Corral, P. (2009) "Evaluación de la eficacia de un tratamiento cognitivo-conductual para hombres violentos contra la pareja en un marco comunitario: una experiencia de 10 años" en *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 9 (2), 199- 217.

Entel, R(2002). *Mujeres en situación de violencia familiar*. Buenos Aires, Argentina: Espacio.

Escobar, J., y Bonilla-Jimenez, F.I. (2009). GRUPOS FOCALES: UNA GUÍA CONCEPTUAL Y METODOLÓGICA [versión electrónica]. CUADERNOS HISPANOAMERICANOS DE PSICOLOGÍA, Vol. 9 No. 1, 51-67. Universidad El Bosque

Espinosa, R.(2013). La matriz de análisis DAFO (FODA)[versión electrónica] In *Estrategia, Marketing* <http://robertoepinosa.es/2013/07/29/la-matriz-de-analisis-dafo-foda/>

Ferreira, G.(1992). *Hombres violentos, mujeres golpeadas*. Buenos Aires, Argentina: Sudamericana.

Geldschlager, H., Beckmann, S., Jungnitz, L., Puchert, R., Stabingis, A. J., Dully, C., Kraus, H., Logar, R., Dotterud, P. K., Lorentzen, J. & Schweier, S. (2010). *Programas europeos de intervenci3n para hombres que ejercen violencia de g3nero: panorámica y criterios de calidad*. *Intervenci3n Psicosocial*, 19, 181-190.

González Gavaldón, Blanca, Los estereotipos como factor de socialización en el género Comunicar [en línea] 1999, (marzo) : [Fecha de consulta: 27 de septiembre de 2017] Disponible en:<<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15801212>> ISSN 1134-3478

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. & Baptista Lucio, M., (2010). Metodología de la Investigación ,5° ed. Pdf[https://www.esup.edu.pe/descargas/dep\\_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf](https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf)

Kalbermatter, M.C. (2015). Violencia ¿esencia o construcción?. Córdoba: Brujas.  
Ley provincial de Violencia Familiar 9.283 (2006) sancionada por el gobierno de la provincia de Córdoba.

Puente de Camaño, O., Lopez, A. (2010). *Prácticas y reflexiones para la prevención de la violencia*. Córdoba: Encuentro Grupo Editor.

Ruiz, Sergio et al. (2010): Documentos penitenciarios 7. Violencia de género. Programa de intervención para agresores (PRIA). Madrid. Ministerio de Interior. Secretaría General Técnica.

Vargas Sánchez, Juan. *Psicología del hombre que ejerce violencia contra la pareja y la familia*. El Cotidiano, núm. 164, noviembre-diciembre, 2010, pp. 53-60

Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Azcapotzalco Distrito Federal, México. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=32515894008>

Vieytes, R. (2004). *Metodología de la investigación en organizaciones, mercado y sociedad: epistemología y técnicas*. Buenos Aires, Argentina: De las ciencias.  
Violencia familiar – Ministerio de Justicia Córdoba. Recuperado de <http://www.justiciacordoba.gob.ar/cepj/index.aspx>

Arce-Rodríguez, M. B. *Genero y Violencia*. Agricultura, Sociedad y Desarrollo, vol. 3, núm. 1, enero-junio, 2006, pp. 77-90. Colegio de Postgraduados. Texcoco, Estado de México, México. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=360533075005>

Schongut Grollmus, Nicolas, La construcción social de la masculinidad: poder, hegemonía y violencia. *Psicología, Conocimiento y Sociedad* [en línea] 2012, 2 (Noviembre-Sin mes) : [Fecha de consulta: 4 de marzo de 2018] Disponible en:<<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=475847408003>> ISSN

## ANEXO 1 : "INSTRUMENTOS DE EVALUACION A ADMINISTRAR"

## ENTREVISTA DE LA VIOLENCIA EN LA PAREJA Y OTROS FACTORES ASOCIADOS (Elaboración propia)

Nombre: \_\_\_\_\_  
: \_\_\_\_\_

Fecha

- ¿Cuál es su estado civil actual?
- Si se convive con la pareja ¿desde cuándo?
- Si está separado ¿desde cuándo?
- ¿Tiene usted hijos/as? ¿Cuántos?
- ¿Cuántos hijos varones tiene?
- ¿Cuántas hijas mujeres tiene?
- ¿Qué edad tiene el o la mayor de sus hijos/as?
- ¿Qué edad tiene el o la menor de sus hijos/as?
- ¿Tiene usted una actividad o un trabajo por el que recibe dinero?
- ¿Aporta usted dinero para el sostenimiento de su hogar?
- ¿Cuál es su grado de satisfacción con la relación actual?

Muy bajo	Bajo	Moderado	Alto	Muy alto

Explíquelo:

- ¿En sus relaciones anteriores había violencia?  
En caso afirmativo explíquelo
- ¿Se considera una persona celosa o controladora?
- ¿Cree que su pareja atrae excesivamente la atención de otros hombres?
- ¿Cree que su pareja le es infiel? En caso afirmativo ¿en que basa su creencia?
- ¿Cuándo se produjo el primer episodio de violencia con su pareja? Relate lo que ocurrió

-Describa de la mejor forma que pueda el último episodio de violencia que haya tenido.

-Señale si hay alguna de estas conductas en su relación:

- Abofetear     Sujetar     Empujar     Pegar con el puño     Dar patadas  
 Morder     Estrangular     Tirar al suelo     Tirar del pelo     Amenazar de suicidio     Atacar con un instrumento o arma     Forzar a tener relaciones sexuales o llevar a cabo conductas sexuales que ella no desea     Amenazar con pegar     Amenazar con violar     Amenazar con hacer algo con los hijos/as     Amenazar con matar     Burlarse de su esposa, humillarla, insultarla, gritarle, burlarse de su sexualidad.

-¿Ha necesitado su esposa atención médica o psicológica como resultado de la violencia?

-¿Cree usted que la violencia en la casa y en la familia es un problema?

-¿Siente remordimientos después de cada episodio de violencia?

-¿Tiene dificultad para identificar y describir sus sentimientos?

- ¿Piensa ud. que su humor es cambiante (puede variar de un momento a otro)?

-¿Alguna vez los episodios de violencia han ocurrido cuando usted está bajo los efectos del alcohol o de otra droga? Explicar

-¿Podría describirme con detalles como fue su historia con su pareja? Desde que se conocieron hasta el presente.

-¿Considera que la violencia ha aumentado en la relación?

-¿Cuáles son los temas de discusión más frecuentes?

Hijos/as	Cuidado de la casa	Celos	Dinero	Familiares	Amistades	Relaciones sexuales	otros

-¿Qué recuerdos tienes de tu padre?

-¿A que se dedicaba tu padre?

-¿Qué recuerdos tienes de tu madre?

-¿Cómo describirías la relación con tus padres?

-¿Consideras que tu padre te maltrató física o mentalmente?

-¿Consideras que tu madre te maltrató física o mentalmente?

-¿Alguno de tus hermanos(as) u otro familiar sufrió maltrato físico, sexual o psicológico cuando era niño?

- ¿Alguno de tus padres u otro familiar tiene o a tenido problemas de consumo de alcohol, drogas, problemas físicos o mentales?
- ¿Observaste a tu padre agredir a tu madre física, sexual o emocionalmente?
- ¿Agrediste a algún compañero de clases cuando eras niño o adolescente?
- ¿Agrediste alguna vez a algún miembro cercano de tu familia de origen: padre, madre, etc.?
- ¿Tuviste problemas con la justicia? ¿Cuáles? (si ha tenido delitos que especifique el tipo, fecha, condena, etc.)

En el caso de tener hijos:

- ¿Los hijos han presenciado los episodios de violencia?
- ¿Te has comportado violentamente hacia tus hijos?
- ¿Alguno de tus hijos se ha tornado violento contigo?
- ¿Alguno de tus hijos tiene problemas de conducta en casa?
- ¿Alguno de tus hijos tiene problemas de conducta en la escuela?

## VERSIÓN PARA APLICACIÓN ESCALA URICA CENTRO

FECHA:

GRUPO:

EVALUACIÓN: (1) Inicial (2) Pre (3) Durante (4) Post

Indique hasta qué punto está de acuerdo o en desacuerdo con cada una de las siguientes afirmaciones. Base su respuesta en cómo se siente y se comporta en la actualidad.

- 1= Completamente en desacuerdo
- 2= En desacuerdo
- 3= No tengo opinión
- 4= De acuerdo
- 5= Completamente de acuerdo

1. Que yo sepa, no tengo ningún problema que necesite cambiar	1	2	3	4	5
2. Creo que puedo estar preparado para mejorar algo de mí mismo	1	2	3	4	5
3. Estoy empezando a poner remedio a los problemas que me han estado	1	2	3	4	5
4. Puede valer la pena que me esfuerce para solucionar mi problema	1	2	3	4	5
5. No soy una persona que tenga problemas. No tiene ningún sentido que yo esté aquí	1	2	3	4	5
6. Me preocupa recaer en un problema que ya he	1	2	3	4	5

solucionado, por eso estoy aquí para pedir ayuda					
7. Por fin estoy haciendo algo para resolver mis problemas.	1	2	3	4	5
8. He estado pensando que tal vez quiera cambiar algo de mí mismo	1	2	3	4	5
9. He conseguido solucionar mi problema, pero no estoy seguro de poder mantener el esfuerzo por mí mismo	1	2	3	4	5
10. A veces mi problema es difícil, pero sigo esforzándome para solucionarlo	1	2	3	4	5
11. Estar aquí es casi una pérdida de tiempo ya que el problema no tiene que ver conmigo	1	2	3	4	5
12. Espero que aquí me ayuden a comprenderme mejor a mí mismo	1	2	3	4	5
13. Supongo que tengo defectos, pero no hay nada que realmente yo necesite cambiar	1	2	3	4	5
14. Estoy haciendo un gran esfuerzo para cambiar	1	2	3	4	5
15. Tengo un problema y creo que debería intentar solucionarlo	1	2	3	4	5
16. No me siento capaz de mantener los cambios que he logrado, y estoy aquí para prevenir una recaída en mi problema	1	2	3	4	5
17. Aunque no siempre consigo el mejor resultado, al menos lo estoy intentando	1	2	3	4	5
18. Pensaba que una vez que hubiera resuelto mi problema me sentiría liberado, pero a veces aún me encuentro luchando con él	1	2	3	4	5
19. Desearía tener más ideas sobre cómo resolver mi problema	1	2	3	4	5
20. He empezado a hacer frente a mis problemas, pero me gustaría que me ayudaran	1	2	3	4	5
21. Quizás en este lugar me puedan ayudar	1	2	3	4	5
22. Puede que ahora necesite un empuje para ayudarme a mantener los cambios que he conseguido	1	2	3	4	5
23. Puede que yo sea parte del problema, pero no todo el problema	1	2	3	4	5
24. Espero que alguien de aquí me pueda dar un buen consejo	1	2	3	4	5
25. Cualquiera puede hablar sobre cambiar; pero yo estoy haciendo algo al respecto	1	2	3	4	5
26. Toda esta charla psicológica es aburrida. ¿Por qué no puede la gente simplemente olvidar sus problemas?	1	2	3	4	5
27. Estoy aquí para prevenir la posibilidad de recaer en mi problema	1	2	3	4	5
28. Es frustrante, pero siento que podría reaparecer	1	2	3	4	5

un problema que creía tener ya resuelto					
29. Tengo tantas preocupaciones como cualquier otra persona. ¿Por qué perder el tiempo pensando en ellas?	1	2	3	4	5
30. Estoy trabajando activamente para solucionar mi problema	1	2	3	4	5
31. Preferiría convivir con mis defectos antes que intentar cambiarlos	1	2	3	4	5
32. Después de todo lo que he hecho para intentar solucionar mi problema, reaparece una y otra vez	1	2	3	4	5

Mirándome a mí mismo con absoluta sinceridad, considero que el riesgo existente de recaer en mi problema nuevamente es, en una escala de 0 a 10 puntos, de..... PUNTOS, siendo 0 un riesgo nulo y 10 un riesgo máximo.

CONTESTE A LO SIGUIENTE, SÓLO SI HA PARTICIPADO EN EL PROGRAMA Indique en qué grado del 1 al 7 (siendo 1 nada y 7 mucho) confía ha mejorado globalmente como consecuencia del tratamiento recibido:

## Inventario de Pensamientos sobre la Mujer y la Violencia

(Echeburúa y Fernández Montalvo, 1997)

PENSAMIENTOS SOBRE LA MUJER	SI	NO
1. Las mujeres son inferiores a los hombres.		
2. La mujer debe estar sometida a su marido porque es el varón el que aporta el dinero en casa.		
3. El marido es el responsable de la familia, por lo que la mujer debe obedecer.		
4. La mujer debe tener el almuerzo y la comida lista para cuando el marido vuelva a casa.		
5. La obligación de una mujer es complacer sexualmente a su marido, aunque en ese momento ella no lo desee.		
6. Una mujer no debe llevar la contraria a su marido		
7. Una mujer que permanece conviviendo con un hombre violento debe tener un serio problema psicológico.		
8. Para muchas mujeres, el maltrato por parte de sus maridos es una muestra de su preocupación por ellas.		
9. Cuando un hombre golpea a su mujer, ella ya sabrá por qué.		
10. Si las mujeres realmente quisieran, sabrían cómo prevenir que el marido no las agreda nuevamente.		
11. Muchas mujeres provocan deliberadamente a sus maridos para que éstos pierdan el control y les golpeen.		
12. Si una mujer tiene dinero, no tiene por qué soportar una relación con un hombre violento.		
13. Las mujeres no llaman a la policía cuando están siendo golpeadas porque quieren proteger a su marido.		

<b>PENSAMIENTOS SOBRE LA VIOLENCIA</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
14. Si un niño le pega a tu hijo, éste debe responder de la misma forma.		
15. Los maestros hacen bien en castigar físico a los niños que son repetidamente desobedientes y rebeldes.		
16. Los niños no se dan cuenta cuando papi pega a mami, a no ser que sean testigos de la pelea.		
17. Las bofetadas son a veces necesarias.		
18. Para maltratar a una mujer hay que odiarla.		
19. La mayoría de los hombres que agreden a sus mujeres creen tener excusa razonable para hacerlo.		
20. La mayoría de los hombres que agreden a sus parejas se sienten avergonzados y culpables por ello		
21. Los golpes en el trasero, es decir, una nalgada (a un niño) son a veces necesarios.		
22. Lo que ocurre en una familia es problema únicamente de la familia.		
23. Muy pocas mujeres se quedan con marcas físicas o mentales a causa de la violencia por el marido.		
24. Si las mujeres no fastidiaran tanto a sus maridos, seguramente no serían maltratadas.		
25. La mayoría de los maltratadores son personas fracasadas o "perdedores".		
26. Las mujeres a menudo lesionan (hacen daño) también a sus maridos.		
27. Cuando tus vecinos se están pegando, es responsabilidad tuya intervenir.		
28. Siempre es un delito que un hombre pegue a una mujer, aunque sea su esposa.		
29. Los agresores son personas con graves problemas psicológicos que a menudo no saben lo que hacen.		

**CUESTIONARIO DE VARIABLES DEPENDIENTES DEL MALTRATO**

NOMBRE: \_\_\_\_\_ FECHA: \_\_\_\_\_

Durante el último mes, ¿con qué frecuencia ha tenido episodios violentos con su pareja?

Ninguna vez	1 vez	2 veces	Entre 3 y 5	Más de 6

Considera que esta frecuencia es:

Muy grande	Grande	Mediana	Pequeña	Nula

Especifique la duración de los episodios violentos:

0 min	Menos de 15 min	Entre 15y30 min	Entre 30y60 min	Más de 60 min

Considera que esta duración es:

Muy grande	Grande	Mediana	Pequeña	Nula

Especifique la intensidad de los episodios violentos:

Muy grande	Grande	Mediana	Pequeña	Nula

Considera que las consecuencias físicas que le han ocasionado sus episodios violentos a su pareja han sido:

Muy grandes	Grandes	Mediana	Pequeña	Nula

Considera que las consecuencias psicológicas que le han ocasionado sus episodios violentos a su pareja han sido:

Muy grandes	Grandes	Medianas	Pequeñas	Nulas

**ESCALA DE AUTOESTIMA HUDSON**

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

Estamos interesados en conocer qué piensas de tí mismo. La alternativa que elijas para cada frase las que aquí aparecen, te ayudará a conocerte mejor. Favor de colocar una X en el espacio en blanco que aparece debajo de la alternativa que seleccionaste.

ASEVERACIONES	TOTALMEN TE DE ACUERDO	DE ACUER DO	EN DESACUER DO	TOTALMEN TE EN DESACUER
---------------	------------------------------	-------------------	----------------------	-------------------------------

				DO
1. Siento que yo no le agradaría a la gente si realmente me conocieran bien.				
2. Siento que otras personas se llevan mejor con otros que yo				
3. Siento que soy una persona atractiva				
4. Cuando estoy con la gente siento que a ellos les agrada compartir conmigo				
5. Siento que a la gente le gusta realmente hablar conmigo				
6. Siento que puedo enfrentar con éxito gran parte de las situaciones que se me presentan en el diario vivir.				
7. Siento que causo una buena impresión en los demás.				
8. Siento que necesito tener más confianza en mí mismo (a).				
9. Cuando estoy entre extraños, me siento nervioso (a).				
10. Siento que soy una persona torpe.				
11. Me siento que soy feo (a).				
12. Siento que otros se divierten más que yo.				
13. Siento que aburro a las personas.				
14. Pienso que mis amigos me				

hallan interesante.				
15. Pienso que tengo un gran sentido .				
16. Me siento incómodo (a) cuando estoy entre extraños				
17. Siento que si yo fuera como otras personas estaría hecho (a).				
18. Siento que la gente pasa un buen rato cuando están conmigo.				
19. Cuando asisto a las actividades me siento pintado en la pared o como cero a la izquierda.				
20. Siento que la gente me fastidia más que a otros.				
21. Siento que soy, digamos, una persona agradable.				
22. Siento que le caigo bien a la gente.				
23. Siento que soy una persona simpática.				
24. Temo parecer un(a)				

tonto(a) ante los demás.				
25. Mis amigos piensan muy bien acerca de mí.				

**CUESTIONARIO DE SATISFACCION CON EL TRATAMIENTO (Larsen 1979)**

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

Por favor, ayúdanos a mejorar nuestro programa contestando algunas preguntas acerca de los servicios que has recibido. Estamos interesados en sus opiniones sinceras, ya sean positivas o negativas. Por favor, conteste todas las preguntas señalando con una X la respuesta elegida.

1. ¿Cómo calificaría la calidad del servicio que ha recibido?  
Excelente Buena Regular Mala
2. ¿Encontró la clase de servicio que buscaba?  
No Sí, parcialmente Sí, en general Sí, totalmente
3. ¿En qué medida nuestro programa ha satisfecho sus necesidades?  
Totalmente En general Parcialmente Ninguna
4. Si un amigo o amiga necesitara ayuda similar, ¿le recomendaría nuestro programa?  
No Probablemente No Probablemente sí Sí
5. ¿En qué medida está satisfecho con el tipo de ayuda recibida?  
Muchísimo Mucho Bastante Poco
6. ¿Le han ayudado los servicios que ha recibido a hacer frente más eficazmente a sus problemas?  
Mucho Bastante Poco Nada
7. En conjunto, ¿ en qué medida está satisfecho con el servicio recibido?  
Mucho Bastante Poco Nada
8. Si tuviera que buscar ayuda otra vez, ¿volvería a nuestro programa?  
No Probablemente No Probablemente sí Sí

## **ANEXO 2: “ENTREVISTAS DEL DIAGNOSTICO INSTITUCIONAL”**

### **ENTREVISTA A LOS PSICOLOGOS DEL AREA COMUNITARIA Y LABORAL Y LA COORDINADORA DE LOS TALLERES**

#### **¿Qué servicios brinda la institución?**

Psi: Este es un espacio de la secretaria de niñez, adolescencia y familia, con inserción territorial donde se trabaja la línea de fortalecimiento familiar y fortalecimiento comunitario, dentro de estas dos líneas las tareas que hay son diferentes talleres donde la gente acude acá a desarrollar algún tipo de habilidad y después esta otro espacio para jóvenes donde se los acompaña en la inclusión laboral. A su vez se forma parte del espacio de una red barrial donde trabajamos con problemáticas que se presentan en el territorio y después se acompaña a la familia con todo lo que tiene que ver con vulneración de derechos

Coord: Los talleres...tenemos un taller de costura, uno de paschwork, de dibujo y pintura, de tejido y un taller de yoga, es compartir. Los profes vienen ad honorem, los cursos duran dos horas y comparten los que ellos saben, hay talleres en los que no tenemos profes, entre ellas, las mujeres que más saben comparten con las que se suman o que les cuesta un poco más. Son los talleres en los que se pueden trabajar distintas temáticas que surgen , se tiran consignas, en algún momento dentro del taller, entonces todas responden, se trabaja el círculo, esto de escucharse, este tema de estar atenta a lo que le está pasando al otro, de la importancia que tiene el otro, como par, como compañero, eso se pone de manifiesto todo el tiempo, de ahí también que las mujeres empiezan a ver que no solo a ellas le esta ese problema, sino que al resto también le puede estar pasando o le pudo haber pasado o algún familiar o algún amigo, y aportan ideas cuando alguna viene con una problemática específica ... “yo hice tal cosa o a mí me sirvió tal otra” y se va armando ese círculo fraternal, se ha logrado que se encuentren fuera del espacio, que construyan grupos, entonces la que quiere, la que puede, tiene casa masomenos grande o no están las familias durante la tarde se juntan o a tejer, a tomar mate, salen, van al bowling juntas, van a comer pizza, eso todavía no se ha logrado que se den en todos los talleres, y que es el objetivo

Psic.: Eso es un objetivo, por eso dentro de la línea de fortalecimiento comunitario tiene que ver con que estos espacios que se dan dentro de la institución fortalezcan las redes y los vínculos comunitarios, ese es el objetivo de estos espacios. No solamente se fortalece la persona, porque también hemos encontrado diferentes procesos dentro del espacio que eso impacta a nivel familia sino que también a nivel de vínculos con otros vecinos que están en la comunidad

Coord: Que se encuentran muchas veces estos vecinos, se ven o viven en la misma zona barrial y se encuentran acá y empiezan a construir la relación. Y de esta manera se van armando las redes. Han armado un micro emprendimiento, en esto de compartir saberes, accedieron a un crédito social, y después ellas se juntan y van a las ferias a vender sus productos.

### **¿Cuál es el rol del psicólogo dentro de la institución?**

Desde acá acompaño con lo que tiene que ver con el fortalecimiento familiar y también intervengo en lo que tiene que ver con el fortalecimiento comunitario, desde el fortalecimiento familiar nos encontramos como con dos situaciones: tiene que ver con el acceso al derecho o con dinámicas familiares que se dan donde uno articula con otros espacios para que acompañen a esa familia o algún actor de esa familia. Acá la Senaf no hace atención clínica, no da respuestas a lo que tiene que ver con el derecho a la salud, sino que tiene que garantizar el acceso de la familia a los dispositivos que tienen los diferentes espacios provinciales, municipales o inclusive privados, para que puedan acceder a ese derecho.

El trabajo es el acompañamiento a la familia, trabajar con lo que tiene que ver con el fortalecimiento comunitario, en la promoción de la mesa de trabajo que es un espacio donde están todas las instituciones de la comunidad, promoviendo todo lo que tiene que ver con la corresponsabilidad, a la protección a los derechos de los niños , adolescentes y familia.

Los adolescentes vienen por los talleres de inclusión laboral, vienen y hacen el taller, piensan las problemáticas que pueden surgen en el momento de conseguir trabajo o inclusive cuando y está adentro, después nosotros articulamos son las escuelas primarias y secundarias y después en ese acompañamiento que hacemos a las familias hay niños y adolescentes, no hay un dispositivo concreto porque lo que uno busca es fortalecer a la familia para que sea la familias quien proteja ese derecho y que el pibe pueda estar incluido en otros espacios, no todos acá porque no podemos dar respuestas a todas las necesidades sino que uno facilita que se incluya, si necesita hacer un deporte a un espacio público o una beca para que pueda incluirse en ese espacio, si necesita apoyo escolar que institución hay apoyo escolar entonces se incluye en ese espacio, uno va viendo cual es la necesidad o el derecho a cubrir y se busca en el territorio que es lo que hay.

### **¿Cómo está compuesta y organizada la institución? ¿Cómo son los rangos?**

Acá somos siete compañeras, hay una referente. La dinámica es bastante horizontal y nos vamos dividiendo en función a las tareas. Anita es quien coordina los talleres y lo que tiene que ver con el acompañamiento familiar; hay

otra compañera que se encarga en el acompañamiento laboral de los jóvenes; otra compañera que está en lo comunitario y lo familiar también. Y todo lo hablamos y lo debatimos, tenemos reuniones de equipo semanales, todo ponemos sobre la mesa, estrategias, recursos, proyectos. Acá hay educadoras sociales, psicólogas, fonoaudiólogas, historiadoras. No hay trabajadoras sociales ni abogados.

### **¿Qué áreas cree ud. que necesitan más refuerzo?**

El fortalecimiento familiar es algo que te chupa muchísimo porque uno acompaña familia por familia con problemáticas sociales complejas que le tenés que dedicar mucho tiempo. Lo que nosotros también hacemos en esta mesa de trabajo también es trabajar para que se instituya el abordaje en red, una familia que viene acá, también va al dispensario, también va a la escuela. Todos nosotros que estamos acompañando a estas familias nos juntamos a pensar entre todos cual es la red que se hace alrededor de ellos para acompañarlos, desde la Senaf se busca que eso se valla como instalando y es algo que cuesta porque las instituciones están como acostumbradas a trabajar como fragmentado. La falta de lo intersectorial, lo fragmentado, por ejemplo, el dispensario puede trabajar con enfermeras, psicólogas, pediatras, pero desde el dispensario digamos, cuesta laburar con otras instituciones y ni hablar que pongan en cuestión tu intervención, entonces construir eso es todo un trabajo y eso es la función de este espacio, apuntamos a eso, a convocar a los otros a ese acompañamiento. Trabajar con la escuela y que entienda que si hay un pibe que no está alfabetizado, ellos tienen responsabilidad en esto y que no lo depositen en la Senaf sino que lo tiene que pensar en que hacen ahí, cuál es su función y que tienen responsabilidad en eso.

### **¿Cómo cree ud que es el clima laboral?**

Se ha trabajado y se seguirá trabajando para que el clima sea bueno, se cuida mucho eso porque trabajamos con problemáticas muy duras, estamos atentas a que el clima se mantenga. Porque si uno ya trabaja con cosas duras y venís a un lugar donde no te sentís bien, acompañada y en equipo es como mucho más difícil, entonces es necesario en este tipo de trabajo hacerlo en un buen clima laboral.

### **¿Existe en la institución espacios para la capacitación de los profesionales?**

Si en la Senaf hay un área dedicada a esto que lo garantiza, en esta gestión se le da más importancia a esto.

### **¿Cree ud que existen recursos humanos y técnicos p abordar la problemática de violencia?**

Como esto surge en los talleres, empezamos a pensar en el equipo cómo se puede fortalecer a los actores de la comunidad en el acompañamiento a sus pares, vecinos, compañeras, amigas y demás en esta situación. Entonces empezamos a generar un espacio de encuentro donde están los referentes barriales, nosotras y hay otras instituciones que también trabajan con la problemática y articulamos con personal del polo de la mujer, con ellas hemos estado pensando en la problemática, capacitándonos entre nosotras, evaluando los prejuicios, empapándonos de la temática para poder pensar

cómo hacer ese acompañamiento a nivel territorial para evitar que se llegue al polo o para gestionar que la persona llegue acompañada al polo de la mujer.

**¿Qué cree usted que puede favorecer a la institución la realización de un taller con los hombres que ejercen violencia?**

Si muchísimo, es una necesidad a repensar como abordarlo para trabajarlo y sería muy interesante, y una necesidad a retomar.

**¿Qué características le parecen que hacen fuerte a la institución?**

Todas las personas que estamos acá elegimos estar acá, elegimos trabajar en esta problemática, hay mucho compromiso. El estar en el territorio te posibilita el poder hacer otro tipo de trabajo que es necesario y te permite alcanzar logros, que si estas en la Casa Central no lo puedes hacer, no puedes conocer la problemática, conocer la vida diaria, no tenes vínculos con los actores territoriales, con la familia; es decir, estar inserto en el territorio es una potencialidad para todo lo que tiene que ver con el acompañamiento familiar, la inclusión de los pibes y lo que tiene que ver con el fortalecimiento comunitario, y después que el equipo tiene compromiso por ejemplo en las capacitaciones ,estamos constantemente capacitándonos, supervisando la práctica, pero como algo personal y de decisión propia.

**¿Existe disponibilidad física en el caso de concretar un proyecto profesional en la institución?**

Si, cualquier sala se podría usar.

PRIMERA ENTREVISTA A LA DIRECTORA

**¿Cómo se funda esta institución?**

Esta institución pertenece la secretaria de Niñez, Adolescencia y Familia. Esta casa en particular era un centro que se llamaba "Admisión de varones" con la ley anterior que los chicos estaban bajo la tutela hasta los 21 años, acá había jóvenes de 18 a 21 años. No necesariamente por cuestiones penales sino también más bien en la parte prevencional. Chicos de esa edad que no tenían cuidados parentales, entonces el estado se hacía cargo ayudarlos a hacer un proceso que lo sacara de la situación en la que estaban. Después cambia la ley 26061 donde la mayoría de edad es hasta los 18, entonces estos chicos ya no quedan bajo la tutela del estado, entonces la casa se cierra y cómo queda el espacio en ese momento se pensó en hacer algo que fuera de apoyo externo a las residencias donde estaban estos chicos internados. Se empezó a ser apoyo escolar. Una cosa que fue encontrando su identidad a medida que fue caminando, hasta que finalmente se llegó a donde estamos, que más que nada promover el fortalecimiento familiar comunitario desde la zona en la que estamos, porque el principio recibíamos chico de toda Córdoba, después nos dimos cuenta que es muy difícil trabajar con chicos que estaban muy lejos. Porque también la idea es que cada uno se inserte en su comunidad. Entonces si el chico es de José Ignacio Díaz y vos no sabes qué recurso hay en ese

barrio, es difícil que se puede asesorar, reinsertar en esa en su realidad escolar, de salud, recreativa. Entonces empezamos a circunscribirnos a estos barrios que son Cupani, Observatorio, Güemes. Trabajando desde lo que se llama Interés superior del niño, restitución del derecho, fortalecimiento familiar y comunitario; empezar a trabajar con otras instancias de la comunidad, en donde todo apuntamos a lo mismo ,porque después te vas dando cuenta que hay una institución a 5 cuadras de aquí y que tienen un recurso similar al tuyo y cada uno está trabajando de acuerdo a su miradita o desde su espacio, entonces también optimizar los recursos, se acá a 3 cuadras hay un centro de la municipalidad que hace algo parecido, la idea es ir hacer red, compartir y potenciar a lo que cada uno trabaje. A nosotros no nos interesa lo partidario sino justamente se trata de que todos tengamos la misma mirada, compartir una política de estado, respecto a la restitución de derechos, a que todos los niños puedan ser escolarizado, por ejemplo. Ofrecer servicios e información. No toda la información que hay, o todo lo que se ofrece en los centros del gobierno, la gente lo conoce o tiene acceso. Ahora todo se hace a través de internet que es un colador, porque si tengo internet no tenés impresora o no lo sabe usar.

### **¿Cómo está compuesta la organización?**

Esta área no tiene mucho organigrama. Yo soy la responsable, desde el punto de vista administrativo, soy la que firmo, pero después todo lo que sea salir afuera o que otra institución venga a trabajar, todo eso lo vamos charlando con las chicas. En particular esta casa funciona muy transversal, muy horizontal y nos sentamos hablamos, se ve lo que hay, lo que surge, discutimos. Después tenemos un área que trabaja lo comunitario, otra área que trabaja lo laboral especialmente estos planes de los primeros pasos. Simultáneamente ofrecemos a los chicos de la comunidad que conocemos, la posibilidad de ingresar al programa, tratamos de acompañarlo en una pre formación a la vida laboral. La mayoría no sabe armar un currículum, no sabe dónde ir a buscar trabajo, competencias básicas que necesitan para empezar a trabajar ...que es importante ser puntual y conocer la autoridad, qué es importante ser responsable. Todo eso se va trabajando en talleres una vez por semana, teóricos-prácticos. Después a la tarde hay talleres comunitarios donde se acercan muchas mujeres vecinas que se interesan una por la otra, donde no se conocían y se arma y se genera una red, un tramado y surgen cosas. El sábado pasado armaron un equipo de fútbol aquí en la plaza y juegan al futbol, después están las que tejen, las que cosen. Son gotas que uno va formando.

### **¿Qué áreas cree Ud. que necesitan más refuerzos?**

Si, ahora estamos con poco personal. Sería lindo tener una trabajadora social que ahora no tenemos. Alguien que dé una mano en la parte laboral contactar empresas, poder seguir los chicos más de cerca. Teníamos un espacio de mujeres, hicimos un taller laboral solamente para mujeres de más de 20 años que fue muy lindo y sería bueno poder conseguirles a ellas un lugar.

Una psicopedagoga también nos vendría bien, porque las escuelas nos consultan, pero más que nos consultan medio que nos derivan los niños, como

qué este niño tiene problemas y por ahí es algo que la misma escuela podría solucionar.

Acá toda la gente trabaja en los talleres son ad honorem. Y sería bueno que puedan recibir una remuneración económica porque también dan su tiempo y hace 4 o 5 años que están sosteniendo este espacio.

### **¿Qué características le parecen que hacen fuerte a la institución?**

Esta institución en particular lo que hace fuerte que todas tenemos la misma mirada también con nuestras diferencias general hay un consenso de cómo trabajar, qué ideas base nos sustentan. Eso ha sido una construcción con esfuerzo, pero es lo que nos ayuda a qué podemos funcionar hoy en día inclusive con poco personal y frente a tantas realidades difíciles que vemos a diario.

### **¿Cuáles cree usted que serían los puntos débiles de la institución?**

Hoy en día, como somos una institución del estado, estamos sujeto a las mismas realidades difíciles que atraviesan al estado. Se nota cierta desorganización y algunos recursos se desperdician o no se le da el uso a los cuales estrictamente fueron pensados. Lo que pasa que somos institución dentro de otra institución Y tenemos cierta autonomía, en algunas cosas sí y en otras no. Tratamos de no quedarnos, si no hay recursos tratamos de ir más allá. Por ejemplo, si no hay movilidad, no hay autos, nos tomamos un taxi y cubrimos con otros recursos para la movilidad, si nos parece importante... lo hacemos. También podremos comprar pintura que nos hace falta.

### **¿Creo que existen recursos técnicos y humanos para abordar la problemática de violencia?**

Si, se supone que a nivel gobierno con todo esto que se ha implementado, y acá cuando trabajamos con los equipos técnicos esta situación pensamos que hay que salirse del protocolo y de la burocracia porque uno va a buscar ayuda, habla con los profesionales y todo eso se cumple pero después llegar al fondo de la necesidad de la otra persona, de la escucha, del acompañamiento, del sostenimiento porque mucha gente en el fragor del momento va y busca ayuda pero después no porque yo hablé con dos veces con una psicóloga logro algo, no es la solución. Hay que encontrar la forma que eso se sostenga en el tiempo y que uno pueda acompañar a que el cambio sea sustancial y real. muchas mujeres acuden y después cuando baja un poco el nivel de presión vuelven a lo mismo. A nosotros nos pasa a veces con lo escolar, vienen las madres desesperada y dicen que el niño quedó libre y bueno se habla con la escuela para que se lo reincorpore y después el tiempito vuelve a producirse lo mismo, el chico empieza a faltar de nuevo y la familia no logra sostener esta presencia del chico en la escuela entonces a veces hay que arremangarse y remarla en el tiempo no solamente cuando está la urgencia.

**¿Cree usted que puede beneficiar a la institución la realización de un taller para hombres golpeadores?**

Si, aunque acá paradójicamente trabajamos todas mujeres. Y nos ha frenado el saber que nos hace falta la figura de un hombre para que también haya una mayor cercanía y se sientan más identificados, porque somos todas mujeres y eso genera mayor dificultad para que haya una confianza, una cercanía para que vengan a contar su problemática. Pero es importante que se los incluya a los varones para poder responder y erradicar la violencia, q es uno de los objetivos más difíciles, donde hoy en día recibimos casos cada vez más complejos y cada vez hay más casos.

**¿Qué cree usted que haga falta en relación a la asistencia masculina?**

Y le hace falta un espacio de reunión, donde compartir sus cosas, charlar de sus realidades, porque el hombre en general habla de otras cosas menos de lo que le está pasando, pero si se generan los espacios adecuados donde se muestre que hay escucha que lo que él dice se tiene en cuenta y que puede ayudarlo, a lo mejor se acercarán más. Yo creo que son necesarios y sería lindo que hubiera más.

SEGUNDA ENTREVISTA A LA DIRECTORA

**¿Cuántas denuncias de violencia hay en la institución?**

En este último mes hemos tenido aproximadamente 7 situaciones de violencia, en las que nosotros seguimos y asesoramos. En relación a las situaciones de violencia se acercan las mujeres a pedir ayuda tanto para ella como para su familia incluido el hombre. Se los acompaña a los lugares que tienen que ir como el Polo de la mujer, penal juvenil, o al centro para hombres La mayoría de las denuncias que hemos tenido se les ha hecho el acompañamiento y se los ha derivado al Polo. Este tipo de relaciones violento va en alza, por lo que nosotros podemos vivenciar, ya que cada vez tenemos más mujeres que se acercan por este tema.

**¿Qué relación tiene este espacio con otros organismos que participan en la asistencia del agresor?**

Siempre se trata de trabajar en red y trabajar la corresponsabilidad. Son situaciones que deben tratarlas desde varios ángulos, entonces vamos generando relaciones interinstitucionales, a veces de uno mismo, a veces desde una instancia superior a nosotros. A veces hay que recurrir al "102" y a toda el área de medidas institucionales. En este espacio se trata de trabajar

conjuntamente con colegios, dispensarios, hospitales y hasta con la justicia de ser necesario.

### **¿Usted piensa que sería conveniente desarrollar un dispositivo para hombre violentos?**

Todo lo que se realiza acá es hablado previamente en el equipo. Si, se podrían hacer talleres para hombres que los ayuden a entenderse a ellos y a sus parejas, ya que hasta ahora hemos tenido situaciones donde se los deriva al polo y ellos ahí los ayudan, pero sería bueno acercarle un espacio desde este lugar para poder contener y ayudar. Desde este espacio se planea empezar algo con los hombres, abrirles un espacio de contención que no encuentran en otras instituciones.

### **¿Desde este espacio se plantea contención a la víctima?**

Con las mujeres víctimas que trabajamos, siempre se trata de contenerlas, acompañarlas en el proceso que van haciendo generalmente se las acompaña mucho con la realidad de los niños, a veces quedan como paralizadas, después les cuesta armar la vida de todos los días. Tenemos talleres de mujeres donde se habla de todo esto y tratamos de buscarle una salida laboral. Nos faltaría poder armar algo con los hombres.

### **¿Cómo convocarían a los hombres a participar de un taller terapéutico?**

Para empezar yo no le pondría la palabra “violencia” en el título. Acá cuando hicimos los talleres de mujeres el título era “¿Y yo mujer para cuando?”, para que la mujer pueda verse a si misma, no solo del rol materno sino desde otro espacio. Yo buscaría un nombre amplio que los convocara, los temas irían surgiendo después.

Se podría aunar redes con los dispensarios, los colegios, los hospitales. Habría que repensarlo, pero sería importante trabajar la convocatoria excluyendo la participación de la justicia como quien dice, sino hacer algo más personal, una convocatoria voluntaria, barrial comunitaria.

### **¿Cuáles son las principales dificultades que tiene este espacio para la asistencia del agresor?**

Acá lo arduo es la convocatoria y la continuidad, si vos logras que algo dure tres meses es bueno. Los programas que armamos acá duran eso.

Los hombres tienen otras características, no están acostumbrados a reunirse, salvo para jugar al fútbol o tomarse una cerveza entre amigos. Creo que un espacio terapéutico abocado a ellos y a la problemática de violencia sería algo beneficioso para que ellos puedan sentirse contenidos.

En esta institución estamos dispuestos a aceptar todo tipo de proyectos que sean para beneficios hacia la comunidad.

En el último mes hemos recibido por lo menos siete denuncias. Nosotros sabemos que en las familias se viven situaciones de violencia, hablamos con ellos para poder ayudarlos pero no nos queda más que derivar al polo, allí los obligan a hacer el tratamiento y sabemos de situaciones en las que se ha revertido.

### **¿Con que beneficios se encontraría el hombre al llegar a la institución?**

Por el momento nosotros acompañamos y luego derivamos, nosotros estamos trabajando asociados a otras instituciones.

Los hombres no tienen muchos espacios para hablar de sus cosas, lo que les pasa, y es sumamente importante que se encuentren con estos espacios, ya que en los dispensarios o en los centros vecinales no existen estos dispositivos.

### FOCUS GROUP

Participantes: la coordinadora (C) y siete mujeres que asisten al taller de tejido (M)

### **¿Qué piensan de la violencia actual?**

M1: Hay violencia en todos lados, desde un grito hasta un mal gesto. La discriminación también es violencia. La pobreza, que no te alcance el dinero. El bulling en las escuelas.

M2: En el colectivo, por ejemplo apenas miras ya te contestan provocando, o te empujan.

### **¿Piensan que siempre fue así?**

M1: Yo creo que antes había más pero se tapaba. La mujer era callada y sumisa. Ahora se está intentando cambiar. Hoy los hombres si están más violentos al punto de llegar a matar a sus mujeres, hijos.

M2: Las mujeres tienen más libertad y eso a los hombres les molesta demasiado y creo que ahí empieza parte del problema. Son celosos y controladores, empiezan a impedir que las mujeres se realicen en su vida, en la cotidianeidad. Hasta llegan a prohibirle el derecho al trabajo, teniéndolas así sometidas.

### **¿Qué piensan que se podría hacer para disminuir la violencia en el hogar?**

M1: Creo que es importante que los hombres tomen conciencia del daño que hacen porque llegan a perder una familia, y la familia los pierde a ellos.

C: Los hombres no encuentran mucha contención en la sociedad, no hay lugares donde ellos puedan acudir. Creo que sería de mucha utilidad ofrecer un espacio donde los varones puedan hacer un reconocimiento de la violencia, trabajar en ello, un espacio donde puedan hablar y trabajar la violencia.

M2: Deben tener en cuenta que en los casos de violencia hay toda una familia que sufre, hay niños, hay mujeres. Estos niños son los que después repiten la historia. Acá la mayoría de nosotras hemos vivenciado casos de violencia, en nuestros hogares, en la familia, nuestros vecinos.

M3: Creo que el dialogo y el respeto en la pareja es fundamental, para lograr un acuerdo dentro de la familia. Trabajar el buen trato, por ahí pensamos que estamos haciendo las cosas bien y no es así, porque esta tan naturalizada la violencia.

M4: No hacer lo que no te gusta que te hagan, mirar al otro como te miras a vos, sentir que el otro es parte tuya porque si lastimas al otro también te lastimas a vos.

### **¿Qué tipo de violencia conocen?**

M1: La verbal, la psicológica, la económica.

C: No solo es física la violencia, sino esta la otra, que parece un misil, que va aniquilando a la persona, la descalificación, el maltrato. Sin siquiera levantar la voz. Ponerla en un lugar de inutilidad todo el tiempo a la mujer.

El tema de estar controlando todo el tiempo, la manipulación, la degradación.

La desigualdad. El principio machista que nos han puesto en un lugar de sometimiento. A veces no es tan fácil encontrar un equilibrio, a veces las mujeres gritamos, peleamos pero nos estamos defendiendo. Usamos las mismas armas.

M2: Hay mujeres violentas o que se acostumbran y naturalizan la situación, por ejemplo a mi me paso que mi ex pareja me pegaba, con el tiempo armo otra pareja y un día le pregunto porque no me pegaba, si era porque no me quería. Claro, yo estaba acostumbrada a los golpes y eso era amor para mí, estaba naturalizada la violencia en mis relaciones.

M3: Ahora hay que buscar un equilibrio porque por años el hombre era el que decía que hacer con el dinero, el hombre debe ser capaz de reconocer a las mujeres valores que él creía que eran propios y que la mujer también es capaz de salir a trabajar, estudiar, de aportar dinero a la casa.

C: También el lugar donde socialmente esta puesto el hombre... si llora es mal visto, si se lamenta y se queja está mal visto, si muestra debilidad, si dice que

no puede, sino te puede cuidar con cuestiones que tienen que ver con el entorno, con el afuera, está mal visto. Si gana menos que la mujer está mal visto, no sirve, es un inútil.

El hombre nunca puede reconocer que tiene ganas de llorar, que no da más, que no le gusta lo que le está pasando, que ese lugar de fuerza él no lo eligió y tampoco quiere ese lugar, ese lugar y rol del hombre también es muy difícil, entonces yo creo que todo se da por la desigualdad, desigualdad económica, de género.

La transformación va a empezar el día que se pueda entender que dos personas tienen el mismo objetivo, que comparten la lucha.

No pasa por las leyes sino por una transformación cultural. Los roles culturales están muy atrasados, hoy las mujeres somos jardineras, cortamos el pasto, hacemos albañilería y eso no quita feminidad, al contrario le aportas.

M4: Hay que enseñar desde niños que todos deben hacer las tareas de la casa.

### **¿Creen que es necesario el tratamiento para hombres golpeadores?**

M1: Sí , yo creo que sí, porque se enferman los dos, en realidad toda la familia.

M2: Se repiten las historias que han vivido desde chicos, y se necesita cortar con todos esos mandatos. Ellos deben reconocer que tienen un problema y que son parte de la solución.

C: Acá se ven muchos casos de violencia, las mujeres hablan de sus experiencias, desde este grupo tratamos de contenerlas y acompañarlas. La violencia se da en todas las clases sociales no solo en las más vulnerables como se piensa.

Estos hombres necesitan descargar todas las tensiones que vienen sufriendo, ellos también necesitan un lugar donde poder expresarse. Creo que las mujeres tienen más acceso a estos espacios. Ellos deben tener las mismas posibilidades y oportunidades de apoyo.

M3: Una vez que salí con mis amigas y demore en llegar a casa unos 30 minutos no más que eso, entro y estaba mi ex pareja regando las plantas en el patio y me dio con la manguera en la piernas, esa fue una de las secuencias de violencia que me toco vivir. Yo no sé si el habrá hecho algo con eso en su vida pero yo por suerte pude verlo y decidir separarme. Hay mujeres que nos sentimos culpables por estos actos y otras mujeres que no reconocen la violencia.

### **¿Piensa Ud. que la justicia actúa de manera correcta frente a los casos de femicidio?**

M1: No, cuanto más visibilidad se les da en las noticias, mas casos aparecen. Hay que dar la noticia, informar, pero no decir como llevan el acto mismo sino es como que se les enseña cómo llevar a cabo un femicidio.

C: Creo que el desafío mayor es cambiar la concepción social que se tiene sobre la mujer, habría que trabajar la deconstrucción de las relaciones desiguales.

Hay que instalar en la sociedad el tema de la violencia familiar, abrir espacio donde se puedan plantear. Y si es necesario ir casa por casa para conocer las situaciones familiares y saber para poder intervenir.

Consentimiento Informado

Acepto participar voluntariamente en esta investigación conducida por Nieva, Carolina; alumna de la Universidad Empresarial Siglo 21.

He sido informado/a de que la meta de este estudio es la realización de un Taller para de hombres que ejercen violencia en la pareja.

Accedo a participar en este estudio, y a responder preguntas en una entrevista (o completar una encuesta, o lo que fuera según el caso) lo que tomará aproximadamente 45 minutos. Entiendo que lo que conversemos durante estas sesiones se grabará, de modo que el investigador pueda transcribir después las ideas que haya expresado y que las respuestas al cuestionario y a la entrevista serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de este estudio sin mi consentimiento.

He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mí o persona. de tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a Nieva, Carolina al mail: caroetelnieva@outlook.com.ar

Desde ya le agradecemos su participación.

Nieva, Carolina Etel.

ANNA FAVEHA



23/09/16

Nombre del participante

Firma del participante

Fecha

Consentimiento Informado

Acepto participar voluntariamente en esta investigación conducida por Nieva, Carolina; alumna de la Universidad Empresarial Siglo 21.  
He sido informado/a de que la meta de este estudio es la realización de un Taller para de hombres que ejercen violencia en la pareja.

Accedo a participar en este estudio, y a responder preguntas en una entrevista (o completar una encuesta, o lo que fuera según el caso) lo que tomará aproximadamente 45 minutos. Entiendo que lo que conversemos durante estas sesiones se grabará, de modo que el investigador pueda transcribir después las ideas que haya expresado y que las respuestas al cuestionario y a la entrevista serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de este estudio sin mi consentimiento.

He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona. de tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a Nieva, Carolina al mail: [caroetelnieva@outlook.com.ar](mailto:caroetelnieva@outlook.com.ar)

Desde ya le agradecemos su participación.

Nieva, Carolina Etel.

Diego Nieva

[Firma manuscrita]

20/09/2016

Nombre del participante

Firma del participante

Fecha