

**“GRUPO DE PARES DE REFLEXIÓN Y AYUDA MUTUA” COMO UNA
PROPUESTA PARA EMPODERAR A MUJERES VÍCTIMA DE LA VIOLENCIA
INTRAFAMILIAR EN LA LOCALIDAD DE SUBA- BOGOTÁ D.C.**

Proyecto Social Aplicado
Para alcanzar el título de
Magister en Psicología Comunitaria

Autora
Luz Miriam Vargas Soler

Asesora
María del Pilar Triana Giraldo

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD
Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades
Maestría en Psicología Comunitaria

Bogotá D.C Abril de 2018

Tabla de contenido

RESUMEN.....	4
DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA	6
JUSTIFICACIÓN.....	7
OBJETIVOS.....	10
Objetivo general.....	10
Objetivos específicos.....	11
MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL.....	11
Antecedentes de violencia intrafamiliar	12
Violencia Intrafamiliar	14
Violencia de género.....	15
Grupos de apoyo y grupos de autoayuda	16
La comunicación	17
El autoconcepto	19
Empoderamiento	20
Derechos Humanos	21
Liderazgo	21
Psicología Comunitaria	22
Consideraciones éticas de intervención comunitaria.....	23
Grupo de Pares de Reflexión y Ayuda Mutua (GPRAM)	26
METODOLOGIA	27
Fase 1: Diagnóstico de la comunidad.....	28
Fase 2: Características del Grupo.....	29
Grupo de intervención.....	30
Criterios de inclusión de las participantes.....	31
Fase 3: Evaluación de las necesidades del grupo	32
Fase 4: Diseño y Planificación de la Intervención	34
Definición de indicadores y resultados esperados.....	33
Recursos para la aplicación del proyecto	36
Plan de Acción.....	36

Cronograma de actividades	42
Fase 5: Evaluación Inicial	42
Fase 6: Ejecución e implementación	42
Fase 7: Evaluación final	48
Análisis de resultados	48
Impacto del proyecto	60
CONCLUSIONES.....	65
BIBLIOGRAFÍA.....	67
ANEXOS.....	72

LISTADO DE TABLAS

Tabla No.1: Definición de indicadores y resultados esperados	33
Tabla No.2: Recursos y presupuesto para la aplicación del proyecto	36
Tabla No. 3 Plan de Acción	36
Tabla No. 4: Cronograma de actividades	42
Tabla No. 5: Impacto del proyecto	60

RESUMEN

Los índices de violencia hacia la mujer al interior de las familias en Colombia son muy altos, siendo Bogotá una de las ciudades donde existen mayores reportes de denuncias. El proyecto se desarrolla en la Unidad de Planeamiento Zonal El Rincón de la localidad de Suba, una de las localidades con mayor población de la ciudad de Bogotá y entre las que se registran mayores reportes de violencia intrafamiliar.

El proyecto se realizó con la colaboración de la Corporación Casa de la mujer de Suba ante la necesidad expuesta por mujeres de la localidad que acuden en busca de orientación y apoyo dentro del programa de Salud; se inició con un grupo de seis (6) mujeres de estrato dos (2) con edades entre los treinta y cinco (35) y los ochenta y cinco (85) años; el proyecto inició como una alternativa de atención al problema de violencia de género dentro de las familias en el que las víctimas desconocían los tipos de violencias y los organismos a los que podían acudir para hacer valer sus derechos.

La metodología elegida fue el Modelo Emergente de Atención Comunitaria “Grupo de Pares de Reflexión y Ayuda Mutua” enfocado al empoderamiento femenino a través de la estructuración de un grupo que ofreciera escucha, contención, respeto y solidaridad entre mujeres víctima de violencia dentro de sus familias.

El programa se desarrolló en ocho (8) sesiones durante 3 meses mediante las cuales se logró la conformación del primer “Grupo de Pares de Reflexión y Ayuda Mutua” con énfasis hacia el empoderamiento femenino, veinte mujeres víctimas de violencia intrafamiliar se vincularon durante el proceso, logrando que ellas tuvieran una percepción

diferente sobre sus vidas, con la identificación de las situaciones que las hace estar violentadas y reconocer diferentes estrategias para hacer valer sus derechos humanos, haciendo uso de su autonomía con el acompañamiento del Grupo de Pares y redes de apoyo reconocidas en el entorno.

Palabras Clave: Grupo de Pares, Violencia intrafamiliar, empoderamiento, redes de apoyo, Derechos Humanos.

SUMMARY

The rates of violence against women within families in Colombia are very high, with Bogotá being one of the cities with the highest reports of complaints. The project is carried out in the El Rincon Zone Planning Unit in the town of Suba, one of the towns with the highest population in the city of Bogotá, and among which there are more reports of intrafamily violence.

The project was carried out with the collaboration of the Casa de la Mujer de Suba Corporation in response to the need expressed by local women who come for guidance and support within the Health program; it began with a group of six (6) women of stratum two (2) with ages between thirty-five (35) and eighty-five (85) years; the project began as an alternative to address the problem of gender violence within families in which the victims were unaware of the types of violence and the bodies they could go to to assert their rights.

The chosen methodology was the Emerging Model of Community Care "Group of Peers of Reflection and Mutual Help" focused on women's empowerment through the structuring of a group that offered listening, restraint, respect and solidarity among women victims of violence within their families.

The program was developed in eight (8) sessions during 3 months through which the creation of the first "Group of Peers of Reflection and Mutual Aid" with emphasis on female empowerment, twenty women victims of intrafamily violence were linked during the process, making them have a different perception of their lives, with the identification of the situations that cause them to be violated and recognize different strategies to enforce their human rights, making use of their autonomy with the support of the Peer Group and support networks recognized in the environment.

Keywords: Peer group, intrafamily violence, empowerment, support networks, Human Rights

DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Suba es la localidad No. 11 del Distrito Capital, tiene una población de 1.162.700 (2015 DANE) con una superficie de 100.56 Km², ubicada en el noroccidente de la ciudad de Bogotá, en ella se encuentran todos los estratos socioeconómicos, predominando los estratos medios y bajos en la parte occidental y en la parte oriental se ubican los estratos 4, 5 y 6; la localidad se divide en doce (12) Unidades de Planeamiento Zonal (UPZ) y éstas están divididas en barrios.

La UPZ el Rincón, es una de las más pobladas y extensas de la localidad, está ubicada en el occidente de la localidad y dentro de ella se encuentra el barrio Rincón Escuela que corresponde a la clase socioeconómica 2; donde funcionaba la Casa de La Mujer de Suba durante los años 2016 y 2017 (2018 Suba Centro), es una corporación sin ánimo de lucro que trabaja desde 1991 en la Promoción y Defensa de los derechos de las mujeres en situación de violencia, brinda oportunidades en diferentes áreas.

A la corporación Casa de la Mujer acuden mujeres con distintas problemáticas e intereses y la corporación les ofrece algunos servicios en salud, emprendimiento, entre otras; es así como en el área de salud se han identificado diferentes problemáticas que padece la mujer especialmente dentro del entorno de sus familias, siendo una de las principales la violencia intrafamiliar, donde la mayoría de ellas sufren agresiones por parte de diferentes miembros de la familia y ellas guardan silencio por vergüenza, o por desconocimiento sobre lo que significa e involucra esos tipos de violencia y las instituciones a las que pueden acudir para hacer respetar sus derechos, por lo que en muchas ocasiones prefieren soportar de manera solitaria el problema, generando en ellas sentimientos de impotencia, tristeza, resentimientos y en algunos casos deseos de morir por parte de las víctimas esto sucede porque las mujeres no cuentan con herramientas básicas, ni toma de conciencia sobre la situación que les permita emprender acciones que pongan freno a la problemática. ¿Cómo empoderar a mujeres víctima de violencia intrafamiliar en la localidad de Suba?

JUSTIFICACIÓN

Es urgente atender de manera incluyente los casos de VIF en mujeres desde su etapa inicial, valorar los casos aunque no sean repetitivos para evitar posibles desenlaces fatales; por ello éste proyecto se enfocó en la organización y puesta en marcha de un grupo de mujeres, población en la que se presentan mayores casos de VIF, con el fin de buscar el empoderamiento de las mismas a nivel individual y grupal.

Según estudios realizados por (Escudero, Royo y Silvestre, 2014 p. 413) en casos de intervención de mujeres con problemas de violencia de género una herramienta eficaz ha sido la incorporación a espacios grupales en el que puedan sentirse acompañadas en el proceso por otras mujeres con las que comparten muchas situaciones comunes, ya que esto permite incrementar la capacidad para conseguir un cambio con mejores resultados, donde cada mujer comunica sus logros obtenidos en sus vivencias y junto a las otras comparte el rol de maestra y alumna que les permite fortalecer su autoestima de manera progresiva; de esa manera los grupos son un gran soporte para esas mujeres que desean transformar su realidad, además que permiten crear conocimientos y herramientas que llevan a comprender mejor la situación particular.

De otra parte y teniendo en cuenta los diferentes estudios sobre VIF en Colombia, es evidente que se hacía necesario que la víctima identificara el factor que la hacía más vulnerable a la violencia y de esa manera tomar iniciativas de transformación de esa realidad para poder superarla.

Se hacía necesario que las mujeres tomaran conciencia de su situación particular que las hace vulnerables a la VIF y se empoderaran, desarrollando estrategias de afrontamiento y transformación que les ayude a encontrar mecanismos de auto sostenimiento de acuerdo a las habilidades y recursos propios o de su entorno, a través de estrategias de comunicación y/o dialogo con redes de apoyo, redes de mujeres que han vivido situaciones semejantes; por ello fue importante la organización de grupos de pares que brindaran soporte escucha, contención y dialogo concientizador hacia la búsqueda autogestiva de estrategias de afrontamiento y superación.

Para que las mujeres lograran empoderarse fue necesario que aumentaran la confianza en ellas mismas, así como la capacidad de tomar decisiones importantes para su vida y su desarrollo integral, el empoderamiento debía convertirse en herramienta de poder para su transformación integral; en donde cada una asumiera la responsabilidad que tenía en la reconstrucción de su propia vida y la de su familia. “Empoderar es el poder concebido como la capacidad de materializar deseos, producir cambios y cubrir necesidades” (Silvestre, Royo & Escudero 2014 p. 35).

La intervención de tipo cualitativo buscó poner en contexto del grupo la voz de mujeres que se había pretendido silenciar y reflexionar desde el dialogo grupal sobre las situaciones particulares que les había afectado. “En concordancia, Correa (1999) atribuye que no es un asunto puramente teórico sino que como dice Carrasco va con la filosofía y la historia privada de cada cual, sobre su concepción del mundo y en definitiva en su ideología” citado por (Silvestre, M., Royo, R. & Escudero, 2014 p. 31).

A la Corporación casa de la mujer de Suba se acercaban mujeres a pedir apoyo y orientación en diferentes situaciones y una de ella era la de Violencia Intrafamiliar, problemática presente en todos los rincones de la localidad, por lo que se vio la necesidad de trabajar de manera articulada con la Corporación Casa de la Mujer y un grupo de mujeres víctima de violencias de género en el entorno familiar mediante la conformación de un “Grupo de Pares de Atención de Ayuda Mutua” con el fin de valorar los casos de VIF aunque no hayan sido repetitivas y así evitar posibles desenlaces fatales.

Era necesario impulsar un proyecto con énfasis hacia el empoderamiento femenino que llevara a la participación en la toma de decisiones individuales y colectivas hacia la transformación de su realidad, en la que ellas como mujeres víctimas lideran procesos de

visibilización y de atención integral acordes a la realidad de sus comunidades, para que éstas paulatinamente puedan ser tenidas en cuenta en las políticas públicas locales, regionales y nacionales relacionadas con la prevención y atención de la problemática; para ello fue importante que el grupo de mujeres identificaran los factores protectores que sirvieron como herramientas indispensables para ponerle freno a la violencia y tomar decisiones que ayudaran a mejorar su situación.

Para la psicología comunitaria es importante desarrollar proyectos aplicados relacionados con la violencia intrafamiliar, en tanto que permite la visibilización de una problemática que a través del tiempo se ha mantenido en el ámbito de lo privado, generando graves problemas en la salud mental de las mujeres. Además, permite ampliar los derechos políticos a través de espacios participativos en los que las mujeres pueden ser oídas, entendidas y apoyadas para que en la medida que interactúen con otras mujeres y grupos, obtengan herramientas que les permite salir de la opresión de sus victimarios, potencializar su desarrollo individual y grupal, generando cambios en las personas y en el ambiente para que las mujeres desarrollen una vida sana.

OBJETIVOS

Objetivo General GPRAM

Crear el Grupo de Pares de Reflexión y Ayuda Mutua con mujeres que hayan sido víctima de violencia intrafamiliar y de Género en la localidad de Suba, con énfasis en el empoderamiento femenino.

Objetivos específicos

- Potenciar en el grupo de apoyo la identificación de las clases de violencia hacia las mujeres al interior de las familias.
- Promover la construcción de redes comunitarias de mujeres que puedan brindar escucha y solidaridad a otras mujeres víctima de violencia de género dentro de las familias, explorando procesos de autogestión en el que las mujeres puedan expandir la estrategia de apoyo a otras mujeres sin necesidad de un profesional a cargo, generando dinámicas respetuosas y equitativas donde el punto clave sea compartir y no enseñar.
- Mejorar los procesos comunicativos entre las mujeres a través del diálogo, la escucha, el respeto hacia la opinión de sus pares, el cumplimiento de las normas de participación y el liderazgo.

MARCO CONCEPTUAL Y TEÓRICO

El presente marco conceptual contiene información relacionada con algunas cifras de antecedentes de la violencia intrafamiliar en Colombia y Bogotá en el que se muestra que las mujeres son las principales víctimas, las consideraciones éticas de intervención comunitaria aplicadas y conceptos relacionados con las categorías usadas en el proyecto social aplicado como: violencia intrafamiliar, redes de apoyo, comunicación, liderazgo, autoconcepto, psicología comunitaria, empoderamiento, derechos humanos; además contiene la descripción del modelo de intervención comunitaria GPRAM (Grupo de Pares de Reflexión y ayuda Mutua)

Antecedentes de violencia intrafamiliar

Estudios realizados en Bogotá dejan ver que tanto hombres como mujeres se sienten víctimas y agresores (Benavides, 2016). Según datos de Medicina legal y Ciencias Forenses “de los 48.849 casos de violencia contra la pareja registrados durante el año 2014, el 85% corresponde a violencia contra la mujer (41.802; casos tasa por 100.000 habitantes: 210); por cada hombre víctima de violencia de pareja se presentan seis mujeres”; datos del mismo organismo señalan que para el año 2015 y 2016, el día de la madre es la fecha en que mayores casos de violencia intrafamiliar se presentó. “En cuanto a la violencia intrafamiliar, 614 personas fueron víctimas de esta manera de violencia en 2015 y 497 en 2016. La violencia de pareja registró, en ambos años, el más alto número de casos: 420 en 2015 y 350 en 2016” (Medicina legal)

Bogotá es la ciudad de Colombia con el más alto índice de violencia intrafamiliar; según la secretaria de integridad social para el 15 de septiembre de 2016 las Comisarías de Familia habían recibido un total de 85.318 casos de violencia intrafamiliar y sexual, mientras que durante el 2015 se atendieron 88.820 casos; según la misma entidad las localidades que en el año 2016 reportaron más casos de violencia intrafamiliar son en su orden: Kennedy, Ciudad Bolívar, Bosa, Suba y Engativá (Secretaría de integración Social Bogotá).

Una situación que desfavorece a las víctimas de la VIF han sido algunas acciones tomadas por las políticas estatales en las cuales se ha dado pie a que se den interpretaciones diferentes a la ley, por diferentes motivos, así en el año 2000 y con el propósito de descongestionar los despachos judiciales, la Ley 575 que modifica la anterior, traslada de los juzgados a las Comisarías de Familia las competencias para dictar medidas de

protección a las víctimas de VIF. Este paso de las instancias judiciales a las administrativas responde a la consideración de la VIF como un delito menor (Rico et al., 2003; Pineda y Otero, 2004; Hurtado, 2006) citado por (Mateus et al, 2009 p. 33) y es así como lo consideran los comisarios y por lo tanto catalogan a la mayoría de los casos de violencia intrafamiliar como conflicto con el fin de distribuir la carga laboral entre los diferentes funcionarios de la comisaría (trabajadores sociales, psicólogos y abogados)

“La regulación de la violencia intrafamiliar ha creado sistemas de incentivos que contradicen el objetivo inicial de la protección de los derechos de las mujeres” (Cáceres, 2012; p. 6)

Una situación relevante de la investigación realizada en las comisarías de la localidad de suba en el año 2012 es aquella donde los funcionarios encargados de la atención de Víctimas de la violencia intrafamiliar aseguran que “es posible afirmar que los hechos de violencia importan, pero importa muchísimo más que sean repetitivos y graves” (Cáceres, et al. 2012 p: 11), sin embargo aunque algunos funcionarios lo denoten de esa manera por la carga laboral, falta de personal u otras situaciones, es preciso señalar que no se puede seguir esperando a que la situación sea resuelta sólo por el estado donde se hace necesario que los hechos sean repetitivos y graves para tomar acciones.

Colombia cuenta con la ley 1257 de 2008, una norma importante en la garantía de derechos a las mujeres que tiene como objeto la adopción de normas que permitan garantizar a todas las mujeres del país una vida libre de violencias, tanto en el ámbito público como en el privado, sin embargo cuando la víctima desconoce la norma no puede referirse a ella, siendo una de las causas que las ha hecho vulnerables.

Violencia intrafamiliar

La violencia intrafamiliar es una problemática de orden psicosocial que afecta de manera significativa a todos los miembros de la familia que la padecen, es un problema social presente a nivel mundial que afecta a familias de todos los estratos sociales. “Ha sido reconocida como una forma especialmente insidiosa de ejercer el control sobre miembros de la familia y de practicar violencia privada” (Cáceres, et al. 2012 p: 4). De esa manera “la conducta violenta, entendida como el uso de la fuerza para la resolución de conflictos personales, surge cuando existe un desequilibrio de poder, permanente o momentáneo, en el cual se establece una relación de abuso (Paredes & Ventura, 2010), son varios los factores relacionados con la problemática, trastornos mentales y psicosociales han sido considerados como una de las posibles causas o efectos en estas relaciones problemáticas en Colombia (Sánchez, 2014).

En Colombia se le da manejo a la violencia doméstica con la conciliación la cual tiene algunos problemas por su diseño que afecta a las víctimas, puesto que la VIF es una violación a los derechos humanos y no se soluciona totalmente con negociación, además ésta no tiene en cuenta las diferentes causas de la VIF y no reconoce el poder que ejerce el victimario sobre la víctima, por lo que la última puede sentir temor a represalias posteriores a la conciliación y en ciertos casos se hace necesario la medida de protección (Lemaitre, 2002) citado por (Niño, 2014 p. 7).

Un gran problema que se presenta en la atención a la violencia intrafamiliar por parte de las comisarías es que no existe un proceso de seguimiento adecuado. De otra parte; éstas tratan la VIF como un conflicto entre pares, sin tener en cuenta que lo que mayormente sucede son casos de mujeres maltratadas debido al poder del victimario y la

subordinación de la víctima, lo que quiere decir que existe una violencia de género (Castillo, 2008; Carrillo, León y Mayorga, 2004) citado por (Niño, 2014) “dichos entes administrativos no tratan a las mujeres maltratadas desde una perspectiva de género, es decir, desde un enfoque que reconozca las diferencias de poder y subordinación entre el agresor y la víctima, sino desde una situación problemática entre pares” (p. 11)

De otra parte en muchos casos existe re victimización por parte de normas y funcionarios que atienden el problema de VIF cuando no se dictan las medidas de protección suficiente haciendo que las mujeres se sientan vulneradas y más grave cuando la violencia es legitimada por las instituciones (Castillo, 2008; Gaona, 2002) citado por (Niño M, 2014 p. 25). Aquí se puede precisar que en muchas ocasiones las mujeres además de padecer violencia privada al interior de los hogares, también sufren de violencia institucional a la hora de buscar restablecer sus derechos.

Violencia de género

La violencia de género según la ONU

“Violencia de género es todo acto de violencia basada en el género que tiene como resultado posible o real un daño físico, sexual o psicológico incluidas las amenazas, la coacción o la privación arbitraria de libertad, ya sea que ocurra en la vía pública o en la vida privada” citado por Silvestre, Royo, & Escudero, (2014, p. 20).

Se relaciona con el poder que ejerce el hombre sobre la mujer y en esa medida la violencia de género se presenta

«como manifestación de la discriminación, la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres, se ejerce sobre ellas por parte de quienes sean o hayan sido sus cónyuges o de quienes estén o hayan estado ligado a ellas por relaciones similares de afectividad, aún sin convivencia » y «comprende todo acto de violencia física y psicológica, incluidas las agresiones a la libertad sexual, las amenazas, las coacciones o la privación arbitraria de libertad» Ley de

medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género citado por Silvestre, Royo, & Escudero, (2014).

Grupos de apoyo y grupos de autoayuda

“Los grupos de apoyo y autoayuda son sistemas informales de ayuda” Ochoa, Herrero, Cantera & Montenegro (2004, p. 132), los mismos autores señalan que dichos grupos presentan algunas condiciones que los hacen diferentes de los sistemas de ayuda naturales como la familia y los amigos:

- Todos sus miembros comparen un problema común que les hace iguales a unos y otros.
- El estatus de los miembros es de igual a igual, por lo que no existen jerarquías y si las hay son rotatorias y abiertas a cualquier miembro.
- Los miembros reciben y proporcionan apoyo, lo que permite aumentar la confianza de las personas en sí mismas por la percepción de ser útiles para los demás.
- Son intencionales y sus actividades son guiadas hacia un objetivo definido, basados en el cumplimiento de normas que permiten alcanzar metas.
- Su funcionamiento es autónomo

Existe una diferencia entre los grupos de autoayuda y el grupo de apoyo, el primero no tiene ninguna referencia profesional, los miembros guardan el control sobre el grupo por lo que tienen mayor autonomía y hay colaboración de profesionales si es solicitado por el grupo. De otra parte; el grupo de apoyo generalmente es supervisado por un profesional quien forma al grupo de personas con una problemática común para que éstas compartan experiencias y de esa manera logren aprender mutuamente, en estos grupos el profesional cumple el rol de facilitador y hace parte del grupo, es el quien define los objetivos y dirige el funcionamiento (Ochoa, Herrero, Cantera & Montenegro, 2004; pp. 132-133)

Dentro de la atención a mujeres víctima de violencia se puede mencionar que los grupos o redes de apoyo social ejercen un papel protector hacia la repetición de la violencia, así lo señalan (Plazaola-Castaño, Ruiz-Perez, Montero-Piñar, GEV, 2008) el cual

hace referencia en que las mujeres que perciben mayor apoyo social experimentan menos maltrato que quienes no lo reciben, éstas mujeres tienen menos sentimientos de culpa; además el estudio señala que “las mujeres que en el pasado fueron maltratadas y recibieron apoyo social tienen menos probabilidad de volver a ser maltratadas por una pareja diferente” Citado por (Ochoa, Castillo, Margain, García-Zapiraín & Méndez 2013; p. 265). Dentro de estos grupos o redes se pueden mencionar aquellos grupos organizados entre pares que aportan solidaridad y contención a sus miembros, ya que permiten adquirir nuevos conocimientos de otras personas que viven situaciones semejantes, lo que las hace sentirse escuchadas y comprendidas.

De otra parte, es importante que las mujeres conozcan sobre el conjunto de instrumentos jurídicos, organismos e instituciones gubernamentales y no gubernamentales a los cuales pueden acceder para hacer respetar sus derechos y los programas de atención dispuestos para las mujeres, ya que éstos constituyen factores protectores frente a la discriminación de la mujer en diferentes ámbitos (López, 2012). Otros factores de protección que reducen el riesgo de violencia física, emocional, económica y sexual es el empoderamiento que les permita tener poder de decisión y autonomía, es así que “se evidencia como factores protectores comunes para los cuatro tipos de violencia: que la mujer decida cuando tener relaciones sexuales y que pueda decidir si trabaja o no” (Castro & Casique, 2008; p. 247). Cuando hay empoderamiento hay “toma de conciencia y reforzamiento de las propias fortalezas” (Chávez, Macías & Klein, 2012).

La comunicación

La comunicación juega un papel importante en las relaciones personales y familiares, las comunicaciones disfuncionales- familias con problemáticas y las

comunicaciones asertivas, familias más armónicas, de esa manera una comunicación adecuada es aquella en la que “el interlocutor solicita algo de manera clara y directa” (Satir, 2002), donde la retroalimentación es posible y generalmente “la intención y el resultado de la comunicación concuerdan y, en caso contrario, es posible recurrir a la aclaración”, (Satir, 2002), de esa manera se puede inferir que una comunicación clara y directa se convertiría en un factor protector de las mujeres víctima de violencia intrafamiliar, en la medida que ellas comuniquen oportunamente o planteen posiciones firmes respecto a ciertas conductas de otros miembros de la familia que vulneren sus derechos; porque en las familias con problemáticas de violencia generalmente existe una comunicación incongruente o disfuncional, la cual está compuesta por cuatro posturas: “la aplacadora, la acusadora o inculpadora, la superrazonable y la irrelevante”, las personas a través de estas posturas suelen ocultar la realidad de los sentimientos ante sí mismo y los demás; “estas situaciones impiden una comunicación clara de la situaciones o cuestionamientos íntimos” (Satir, 2002; p.187 – 189), la misma autora señala que en éstas familias la comunicación es indirecta, poco clara y rara vez es aclarada; dichas situaciones pueden crear ambientes inadecuado dentro del contexto de la familia al no poderse decir las cosas como son y cómo se sienten.

La comunicación deficiente genera graves problemas en las personas, en los grupos, en las familias y en la sociedad; puede provocar diferentes tipos de problemas mentales y emocionales, es un factor que puede conducir a: tensiones, hábitos negativos, disociación familiar, adicciones y violencia física y verbal, de allí la importancia de mantener una buena comunicación como un mecanismo de unión familiar (Aguilar, 2002). De otra parte

“una comunicación adecuada implica saber cuándo hablar y cuando callar” Wiemann (2011, p. 16)

El autoconcepto

El autoconcepto es un factor fundamental en la identidad social de las personas, teniendo en cuenta que las creencias como actitudes de sí mismo permiten que se tome una determinada postura frente a diversas situaciones de la vida cotidiana, como por ejemplo el que tiene que ver con la violencia intrafamiliar o de género; “el autoconcepto hace referencia a la identidad propia de la persona” y se entiende a través de una vertiente descriptiva o autoimagen, la cual se relaciona cómo percibimos que somos y a una vertiente valorativa o autoestima, relacionada con el autoconcepto ideal (la forma como se valora la autoimagen) Viqueira (2016, p. 115)

Una de las consecuencias de la violencia intrafamiliar en las mujeres es la baja autoestima “los eventos negativos en la vida de las personas provocan consecuencias negativas en la autoestima”, se entiende a la autoestima “como un proceso evaluativo en el que una persona aprende a valorarse positiva o negativamente” (Viqueira, 2016) los factores que influyen en este aprendizaje son varios, sin embargo los tres principales son:

- **Retroalimentación social:** se refiere a la retroalimentación que se recibe de los demás y un mecanismo para proteger la autoestima es asignar mayor importancia a las evaluaciones positivas que a las negativas.
- **Comparación social:** Las personas se juzgan así mismas de acuerdo a las comparaciones sociales de los demás. Existen dos comparaciones:

- ✓ Comparación social a la baja en la se realiza una comparación con personas peores a sí mismas en relación a alguna característica en específica.
- ✓ Comparación social a la alza: Comparaciones con personas mejores en relación a alguna característica específica.

Al respecto cabe señalar que al usar comparaciones con personas peores que uno, se aumenta la autoestima y cuando la comparación se hace con alguien mejor ésta disminuye.

- Resultados conductuales: Hace énfasis al hecho de que los éxitos o conductas exitosas tienden a aumentar la autoestima, pero el fracaso la reduce. Generalmente las personas atribuye los éxitos a factores internos, controlables y estables y el fracaso a factores externos, no controlables e inestables; dicha estrategia ayuda a proteger la autoestima. Viqueira (2016, p. 116)

El empoderamiento

Para Sánchez Pilonieta (2002:41) el empoderamiento “supone desarrollar el sentido del yo, de la confianza y la capacidad individual, y deshacer los efectos de la opresión interiorizada” citado por Chávez, Macías & Klein (2012). Lo que quiere decir que una mujer empoderada desarrolla mayor confianza en sus habilidades y potencialidades y hace uso de éstas para ponerse metas y conseguir logros que permiten convencerse de que tiene las capacidades para el logro de metas propuestas y le permitan liberarse de la sumisión o dominación de su victimario.

La violencia contra la mujer que sucede en el contexto de la familia, se relaciona en muchas ocasiones debido a la dependencia emocional o económica de su pareja, por ello es importante que las mujeres puedan encontrar la manera de generar recursos propios que las

haga más independientes de sus compañeros, lo que podríamos llamar como empoderamiento de las mujeres.

Derechos Humanos

Es importante que las mujeres adquieran conocimientos sobre sus derechos de igualdad ante la ley y la sociedad, porque “La violencia intrafamiliar implica además una restricción a la libertad, la dignidad y el libre movimiento y, a la vez, una violación directa a la integridad de la persona. Muchas de las manifestaciones de la violencia intrafamiliar son, de hecho formas de tortura, de encarcelamiento en la casa, de terrorismo sexual o de esclavitud. Desde esta perspectiva, la violencia intrafamiliar representa una violación de los derechos humanos de las mujeres afectadas”; “Los procesos de educación en derechos han mostrado su efectividad como herramienta de movilización individual y colectiva” Rioseco (2005, p. 53), el conocimiento de derechos es un mecanismo que permite la toma de conciencia en cuanto a la exigencia al estado de políticas encaminadas a la protección de los derechos de las mujeres en condiciones de equidad y justicia. Es importante tener conocimiento de todos los derechos especialmente de los ‘Derechos Fundamentales’. Además, “el respeto de los derechos humanos garantiza la integridad física, psíquica y emocional del individuo, pero también la solidez de la estructura social y de un modelo de convivencia viable” De la Corte, Blanco & Sabucedo (2004; p. 11)

Liderazgo

El liderazgo es una actitud que se toma ante diversas situaciones de la vida para dirigir un asunto de interés común, por eso es importante que dentro de grupos o redes de mujeres se trabaje el liderazgo como mecanismo de emprender nuevos retos para la superación

personal y colectiva de la salud integral de las víctimas; es definido como el “Arte de influenciar en otras personas para alcanzar sus anheladas metas” Vaca (2012, p. 49). Para ello es importante el esfuerzo, el sacrificio y el desarrollo continuo de nuevas habilidades como herramientas para trabajar con actitud hacia el logro de metas y objetivos que beneficien a un grupo o comunidad, en el caso de interés que promueva el interés y el trabajo constante por los derechos de las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar o de género.

Psicología Comunitaria

Es “la rama de la psicología cuyo objeto es el estudio de los factores psicosociales que permiten desarrollar, fomentar y mantener el control y poder que los individuos pueden ejercer sobre su ambiente individual y social, para solucionar problemas que los aquejan y lograr cambios en esos ambientes y en la estructura social” (Montero, 1984; p. 390). “El valor añadido de la Psicología comunitaria con respecto al movimientos como el de la salud mental comunitaria es su énfasis en la importancia del cambio, no sólo de la persona para adaptarse mejor a su ambiente, sino de todo el ambiente insano, para que las personas puedan desarrollar una vida sana” (Cantera, 2015; p 46)

El modelo psicosocial comunitario tiene como objeto el entorno social y la interacción de la persona con su ambiente, cuyo objetivo es la prevención primaria de problemáticas sociales, así como la promoción del bienestar y la calidad de vida, mediante un modelo proactivo mediado por acciones orientadas al fortalecimiento y desarrollo en individuos y grupos, “de la capacidad de autoafirmación positiva y de control efectivo de su entorno”, desde una investigación e intervención participativa que comprende una posición horizontal en el que se comparte el poder y el saber entre los profesionales y los

participantes, en una relación bidireccional o simétrica de sujeto a sujeto con personas y colectivos activos y autónomos (Cantera, 2015 p. 47)

La psicología comunitaria se relaciona con el apoyo social en la medida que potencializa el desarrollo humano; dentro de su quehacer es importante ampliar los derechos políticos de las personas a través de la participación e inclusión de sus ideas en la elaboración y ejecución de proyectos y políticas que los afecten de alguna manera. *“Para la Psicología comunitaria, el desarrollo humano se relaciona en gran medida con la posibilidad de redensificar la vida social mediante el fortalecimiento del sujeto político, a través de la promoción de estructuras de relaciones que hagan posible la participación democrática. Se trataría de generar nuevos sujetos sociales, nuevos agentes colectivos y nuevas estructuras en las relaciones entre ellos, que permitan enfrentar situaciones de interés colectivo”* (Montero, 2005 citado por Zambrano y Berroeta, 2012, p. 30). De esa manera se logra dentro del proyecto compromiso de los sujetos que conforman la comunidad, lo cual permite desarrollar las potencialidades y capacidades de la comunidad.

Consideraciones éticas de intervención comunitaria

En el proyecto social aplicado es importante tener en cuenta las consideraciones éticas básicas de la psicología comunitaria para estos procesos, con el fin de brindar coherencia entre la realidad del contexto y los objetivos del proyecto, por ello es fundamental tener en cuenta puntos como:

- Considerar la particularidad de la población vulnerable, mujeres víctima de violencia de género dentro de las familias que se encuentran en la experiencia de un sufrimiento a causa de su situación, donde se reconocen los múltiples contextos sociales, políticos, culturales en los cuales están insertos para hacer una

intervención respetuosa con estas dimensiones incorporando, necesariamente, estos elementos para generar un proceso de acompañamiento integral (Villa, 2012).

- Durante el proceso se debe respetar la individualidad de cada persona, en la medida que se pueda aceptar al otro en su condición única como sujeto diferente, con sus particularidades, que es igual al uno en derechos, obligaciones, perspectivas, metas, etc.; se puede avanzar a una ontología incluyente de la relación. *“Por relación se entiende la conexión, correspondencia o asociación que existe entre las personas o entre las personas y las cosas”* (Montero, 2010).
- La importancia del reconocimiento del otro, ya que el ser reside en los nexos creados en las relaciones entre personas y entre las personas y las cosas; es esas relaciones que se presenta el carácter social donde el uno reconoce al otro sin abandonar su particularidad única sino que forma nuevos conocimientos favorables para las unidades en relación gracias a las cualidades de su interdependencia relacional y no a la cantidad de unidades, es decir que lo relevante no es la relación con una gran cantidad de unidades, sino la clase de relación que se logra con el otro. *“El ser no reside en las unidades que entran en la relación, sino en los nexos que esas unidades crean entre ellas, que a la vez les dan existencia. El carácter social no está entonces en la cantidad de unidades sino en la cualidad de su interdependencia. Esto significa que el Uno es con el otro, sin dejar de ser singular, mientras está y es en la relación”* (Montero, 2010)
- Establecimiento de la importancia de una liberación de sí mismo mediante la aceptación del otro en su singularidad, librándolo de la sujeción a la cual había sido sometido y lo reconoce como igual a sí mismo, asimilando su otredad, es decir su

particularidad diferente al uno que permite reconocer al otro externo y reconocerse a sí mismo como el otro del otro externo. “La liberación para el sí mismo (uno) sólo se da cuando se acepta al otro en su otredad, es decir cuando el uno libera al otro de la sujeción a la cual había sido sometido a fin de asimilarlo a sí mismo. Este es un acto de justicia tanto para el otro distinto, externo, desconocido, como para el otro dentro del uno mismo” (Montero, 2010).

- El proyecto debe beneficiar de alguna manera a las personas involucradas en el proceso, pensando en el bienestar común por encima del interés particular. “Una ética fundamentada en la relación supone una forma de expresión de la rectitud que va más allá del derecho a la afirmación del propio interés, para pasar a considerar el interés común por encima del bienestar individual” (Montero, 2010).
- Dentro del proyecto el profesional o interventor no es visto como sujeto ajeno o extraño, puesto que se sumerge en esa realidad de interés con su conocimiento de la misma para poder interpretarla adecuadamente “En términos epistemológicos implica una opción que privilegia una mirada en la que el sujeto que conoce e interviene no debe ser el “ajeno” o “extraño”, que no se separa y se asume de manera “neutral” y “objetiva” frente a la realidad que acompaña; puesto que o bien, hace parte de esa realidad, o bien, debe “insertarse” en el marco de esa realidad para comprenderla desde adentro, desde sus propias determinaciones y actuar, conocer, investigar e interactuar desde las categorías, saberes y dinámicas de ese espacio social, que implica a unos sujetos y a una colectividad (Martín Baró, 1985; Martín Beristain y Doná, 1997; Martín Beristain, et. Al, 1999) citado por Villa (2012).

GPRAM (Grupo de Pares de Reflexión y Ayuda Mutua)

“Es un grupo pequeño (de cinco 5 a doce 12 miembros), de pares (personas en la misma etapa de la vida), homogéneo y voluntario Katz y Bender (1976)” citado por (Nieto, 2008 p. 37), el grupo *“tiene su fundamento en una estructura que pretende favorecer la emergencia de un grupo primario y autogestivo, capaz de ofrecer escucha, contención, respeto, comprensión y solidaridad a personas con una problemática común”* (Nieto, 2008 p. 37)

Principios básicos del dispositivo grupal

- *“El anonimato, la participación por acción y convicción propias, el hablar desde la propia experiencia, no interpelar al que habla, la autosuficiencia económica del grupo, el incremento de la responsabilidad y disminución de la culpa y las consignas”* (Nieto, 2008 p.37)

- Carácter no religioso del grupo
- Disposición de trabajo en círculo, dentro de una dinámica respetuosa y equitativa.
- Participación de sus integrantes a través del *“modelo de rondas de Besell y Palomares (1974), que consiste en que cada persona habla sólo en su turno pero con la libertad de no hacerlo si así lo decide; de esta manera todos tienen un momento específico para hablar pero no es obligatorio ni persecutorio”*. (Nieto, 2008 p. 37)

Estructura del GPRAM

- Encuadre: Debe ser claro y definido en la primera reunión mediante acuerdos consensuados sobre lugar, día y hora de la sesión, duración de sesión y de grupo, fechas de

interrupción de la sesión y tiempo de uso de la palabra de cada participante. (Nieto O, 2008 p. 38)

- Tarea: El grupo define su objetivo, su tarea relacionada con el tema de VIF y “*podrá modificarla durante el proceso de acuerdo a la necesidad*” (Nieto, 2008 p. 38). En este punto es importante mencionar que en la sesión cuatro se tenía previsto una sesión de dinámica grupal, pero ese día llegó una nueva integrante que deseaba que el grupo la escuchara en una problemática de violencia por parte de sus hijos y el grupo decide cambiar la temática, en la sesión nueve se tenía previsto realizar un taller grupal de evaluación sobre conocimientos de la violencia intrafamiliar, pero por decisión del grupo se aplazó para la última sesión, con el fin de escuchar a una nueva integrante que deseaba ser aceptada dentro del grupo, la cual presentaba graves problemas de violencias; entonces se cambió el tema de la sesión y el grupo brindó escucha apoyo, contención y solidaridad a la nueva integrante.

- Funciones: Las funciones previstas se rotarán en cada sesión entre los participantes; éstas son: Moderador, Secretario, Auxiliar, Sintetizador, Tesorero y Monitor. (Nieto O, 2008)

METODOLOGÍA

Se usó una metodología de intervención comunitaria, basada en técnicas cualitativas y participativas, las cuales se llevaron en siete fases a saber: 1. Diagnóstico de la comunidad, 2. Características del grupo, 3. Evaluación de necesidades del grupo, 4. Diseño y

planificación de la intervención, 5. Evaluación Inicial, 6. Ejecución e implementación y 7. Evaluación final.

La técnica participativa de implementación fue la metodología emergente de intervención comunitaria Grupo de Pares de Reflexión y Ayuda Mutua (GPRAM).

Fase 1: Diagnóstico de la comunidad

- Etapa 1 Evaluación preliminar: Durante ésta etapa se hace uso de la técnica de revisión de archivos, para conocer datos y estudios relacionados con la violencia intrafamiliar en Colombia y Bogotá.
- Etapa 2 diagnóstico participativo: Se establecen contactos con directivas y voluntarias de la Corporación Casa de la mujer de suba y mediante la técnica de análisis crítico se establecen prioridades de atención a mujeres víctima de violencia intrafamiliar.

Revisado el estado de arte sobre cifras de violencia contra la mujer en el entorno de la familia en Colombia como en Bogotá, se procedió a un acercamiento con la corporación casa de la mujer para exponer el interés de trabajar dentro del marco de uno de los proyectos o programas que tenían definidos, de esa manera se logró identificar necesidades de atención gratuita en las mujeres que acudían a solicitar apoyo en temas relacionados con la Violencia al interior de las familias, por ello se coordinó con la corporación Casa de la mujer de Suba la implementación de un proyecto social aplicado, con énfasis en el empoderamiento femenino a través de la conformación de un Grupo de Pares de Reflexión y Ayuda Mutua de mujeres mayores de 18 años que hubieran sido víctima de Violencia al interior de las familias.

Es importante mencionar que profesionales de la corporación Casa de la Mujer que han acompañado a mujeres víctimas de violencia intrafamiliar describieron que en audiencias realizadas en instituciones estatales han sido testigos de la violencia psicológica y verbal en contra de las mujeres frente a los funcionarios y éstos guardan silencio ante la situación, lo que dejaba ver que hacía falta mayores compromisos y solidaridad hacia las mujeres por parte de entidades y de la sociedad en general.

Fase 2: Características del Grupo

El proyecto se desarrolló con el apoyo de la Corporación Casa de la Mujer de Suba, una organización no gubernamental, con 26 años de trayectoria, para el año 2017 funcionaba en horario de la mañana de Lunes – Viernes 9:00 am – 12:00 m, en las instalaciones de la Casa de la Cultura ubicada en la Calle 128C# 96-57 del Barrio el Rincón Escuela, UPZ Rincón – Localidad de Suba; su misión es “Trabajar en la promoción y defensa de los derechos humanos de las mujeres con equidad social y de género, visibilizando la situación de vulnerabilidad en lo socio económico, político y cultural, logrando a través de la participación en planes, programas y proyectos respuestas que promuevan la igualdad de oportunidades y acceso a derechos de las mujeres” (Página oficial)

Las áreas de trabajo de la Corporación casa de la mujer son: Área de Salud, el cual actualmente atiende asesoría jurídica, asesoría psicológica y vacunación; Área de Desarrollo Económico, Área de Organización, Área de Investigación, Participación y Democracia; de esa manera se organizan y apoyan programas sociales en beneficio de la comunidad a un precio asequible a la población o de manera gratuita, especialmente a las mujeres de todos los estratos de la localidad de Suba.

Grupo de Intervención

Grupo de mujeres estrato 2 entre los 35y los 85 años de edad que habían vivido de cerca problemas de violencia de género en el entorno de sus familias y allegados, que desconocían en gran parte lo que significaba la violencia privada y lo que ésta encerraba; era un grupo de mujeres que deseaban profundizar en temas relacionados con los tipos de violencia Intrafamiliar, los mecanismos de denuncia y los organismos encargados de su recepción, la manera de enfrentar la situación cuando se presenta el problema y las maneras de prevenir la problemática, así como las normas contempladas para la protección de sus derechos.

Es un grupo de mujeres residentes en la UPZ Rincón de la localidad de Suba en su mayoría del barrio el Rincón Escuela, en la ciudad de Bogotá; el grupo se organizó en torno a la intervención relacionada con la Violencia Intrafamiliar (VIF), tenían interés de mantenerse unido para compartir experiencias de vida y brindar contención a integrantes del grupo y a otras mujeres que necesitaran ayuda u orientación.

Es importante mencionar que algunas de las participantes ya no viven con sus parejas que las agredían, sin embargo presentaban secuelas de la violencia vivida y en otras los victimarios eran sus hijos e hijas.

El grupo se reunió de manera formal el día 17 de Octubre del año 2017, con seis (6) mujeres residentes en la localidad de suba, todas pertenecían al estrato socioeconómico dos (2), con edades entre los 49 y los 83 años, con el siguiente nivel educativo: una (1) técnico profesional, tres (3) Bachilleres, dos (2) básica primaria y una (1) analfabeta; de las cuales cuatro (4) se dedican al hogar (amas de casa), una (1) es esteticista y una (1) es vendedora (Ver anexo: Evaluación inicial) Con éste grupo se realiza una evaluación inicial, se

socializa el interés del proyecto, se aclaran dudas sobre la participación del proyecto, se acuerda con el grupo el tiempo de ejecución, la voluntariedad de la participación, se aclaran las dudas de las participantes, se establece de manera conjunta los datos que quedarán en el documento de consentimiento informado y se pacta la firma del mismo. Además se llegan a acuerdos sobre la metodología a usar, sus normas, la forma en que funcionará el grupo, el lugar, horarios, fechas y temáticas de interés.

Es de anotar que durante la ejecución del proyecto fueron veinticinco (25) las mujeres que manifestaron el deseo de participar y que se inscribieron al grupo (Ver anexo: Formato de inscripción), sin embargo las que acudieron a por lo menos una de las sesiones programadas fueron veinte (20) mujeres, todas mayores de 35 años y de éstas sólo ocho (8) firmaron consentimiento informado (Ver anexo: consentimiento Informado) y asistieron a más de dos sesiones, cuatro (4) mujeres participaron de la actividad de cierre (tres del grupo inicial y una más) (Ver anexos: Evaluación de impacto-Identificación de violencia de Género y Evaluación de impacto – Autoevaluación de cambios generados a partir de la participación del Grupo de Pares de Reflexión y Ayuda Mutua).

Criterios de inclusión de las participantes

1. Persona de género femenino mayor a 35 años
2. Residentes en la UPZ Rincón de la localidad 11 de suba- Bogotá.
3. Estrato socioeconómico igual o menor a tres.
4. Que según criterio propio viva o haya vivido alguna situación de violencia intrafamiliar o de género.
5. Que esté interesada en participar de manera voluntaria en la intervención, sin recibir ninguna remuneración monetaria.

6. Que cuente con disponibilidad de tiempo en horarios de la mañana para asistir a las convocatorias del grupo en la sede de la Corporación Casa de la mujer.
7. Que esté dispuesta a compartir de manera voluntaria sus vivencias relacionadas con violencias de género dentro del entorno familiar o fuera de ellas.
8. Con interés en compartir sus aprendizajes con otras mujeres.
9. Que se comprometa a cumplir las normas internas establecidas por el grupo, como la confidencialidad de los temas tratados y sus participantes, participar sin vincular asuntos políticos o religiosos específicos, entre otras establecidas en formato establecido por el grupo.

Fase 3: Evaluación de las necesidades del grupo

Mediante la técnica de observación se identificó un grupo poblacional que acudía a la corporación a buscar orientación y en reunión de lideresas del sector se definió como una de las principales problemáticas la violencia contra la mujer en el contexto de la familia, donde éstas no contaban con herramientas básicas, ni toma de conciencia sobre la situación que les permitiera emprender acciones que pusieran freno a la problemática; se socializó la idea del proyecto con el grupo de mujeres lideresas que asistían a la corporación Casa de la Mujer a capacitación sobre emprendimiento y fueron ellas quienes mostraron interés en hacer extensiva la invitación en sus comunidades, para que otras mujeres interesadas se vincularan.

Fase 4: Diseño y Planificación de la Intervención

En esta fase se realiza la estructuración de la intervención, de esa manera se plantearon los criterios que se seguirían con la ejecución, se incluyeron los siguientes elementos:

1. Justificación
2. Objetivos
3. Metas

Tabla No.1: Definición de indicadores y resultados esperados

Resultados esperados	Indicador	Beneficiario
Consolidación de Grupo de Pares de Reflexión y Ayuda Mutua con mujeres víctima de violencia intrafamiliar	Conformación y puesta en marcha del grupo	Mujeres víctima VIF que hacen parte del GPRAM, en barrio Rincón Escuela de la localidad de Suba- Bogotá.
Percepción de mejora en procesos de Reflexión sobre la VIF.	Autoevaluación de la perspectiva de la violencia hacia las mujeres.	
Apoyo y solidaridad entre pares en temas relacionados con la violencia intrafamiliar y/o de género.	Autoevaluación de situaciones en las que las mujeres sintieron apoyo y solidaridad	
Las mujeres se sienten escuchadas	Manifestación escrita, sobre las principales situaciones en la que se sintieron escuchadas	
Liberación de situaciones agobiantes compartidas en grupo	Manifestación de situaciones que causaban malestar	
Reconocimiento de tipos de violencia intrafamiliar.	Autoevaluación de identificación de violencias.	
Claridad sobre organismos, grupos y redes de apoyo para denunciar la violencia intrafamiliar.	Autoevaluación sobre identificación de grupos o redes de apoyo.	
Las mujeres reconocen sus derechos y están dispuestas a hacerlos respetar.	Autoevaluación de reconocimiento de derechos de las mujeres.	
Mujeres más abiertas al dialogo y la escucha.	Autoevaluación de reconocimiento del grupo en procesos de dialogo y escucha	

Mejoría en procesos participativos y de liderazgo a través de la invitación a otras mujeres al grupo.	Ingreso de nuevas mujeres al grupo, por invitación de las participantes iniciales.	
Reconocimiento de la importancia del respeto por la opinión ajena.	Autoevaluación de importancia del respeto en la participación grupal.	
Pensamiento positivo de sí mismas.	Autoevaluación sobre importancia del pensamiento positivo.	
Reconocimiento de errores propios y perdón así mismas.	Autoevaluación sobre importancia del perdón así mismas.	
Optimismo hacia metas realistas	Planteamiento de idea de proyecto.	
Dedicación de tiempo para sí mismas	Autoevaluación sobre importancia de espacios de tiempo para sí mismas.	

4. Sistema de Evaluación

La evaluación de los indicadores se llevó a cabo, mediante observación de campo (diarios de campo) y autoevaluación grupal escrita en la que las participantes plasman con sus palabras el impacto del proyecto de acuerdo a cada indicador propuesto.

Taller de identificación de violencias hacia las mujeres presentadas a través de Historias en las que el grupo reconoce la importancia de redes de apoyo, propuestas de ayuda a otras víctimas

5. Sistema Monitoreo: Se establece la estructura del diario de campo para recopilar la información observada durante el proceso.

6. Consideraciones éticas: Las consideraciones éticas planteadas y que se tuvieron en cuenta en el proyecto social aplicado son consideraciones éticas básicas de la psicología comunitaria para estos procesos, con el fin de brindar coherencia entre la realidad del contexto y los objetivos del proyecto, se tuvo en cuenta puntos clave como:

- Se consideró la particularidad de la población vulnerable, mujeres víctima de violencia de género dentro de las familias.
- Durante la ejecución del proyecto se respetó la individualidad de cada persona.
- Se tuvo en cuenta la importancia del ser en los nexos creados en las relaciones entre las personas y las cosas
- Dentro del proceso se estableció la importancia de una liberación de sí mismo mediante la aceptación del otro en su singularidad, librándolo de la sujeción a la cual había sido sometido y lo reconoce como igual a sí mismo.
- El proyecto aplicado benefició de alguna manera a las personas involucradas en el proceso.
- Dentro del proyecto el profesional o interventor no fue visto como sujeto ajeno o extraño, puesto que se sumergió en esa realidad de interés con su conocimiento de la misma para poder interpretarla adecuadamente.
- Se firmó el Consentimiento informado: Respecto a este apartado es importante aclarar que antes de la firma del consentimiento por parte de las participantes, se socializó conjuntamente el interés del proyecto, se resolvieron dudas, se aclararon las normas de participación y se acordaron los beneficios del proyecto para las participantes.
- Es importante señalar que durante todo el proceso de digitación y análisis del proyecto se protegió la identidad de las participantes (artículo 8 de la resolución número 8430 de 1993) , motivo por el cual en ningún apartado aparecen sus nombres; además se les explicó a las participantes que tenían la libertad de retirarse en cualquier momento del proyecto, ofreciéndole la garantía de su autonomía y

brindando las garantías de hacerlo libremente, aún si se afectara el proceso del proyecto.

- Durante la ejecución del proyecto se reconocieron los valores socio comunitarios que giran en torno a la justicia social y la solidaridad, generando compromiso, responsabilidad social, a través de la diversidad, el desarrollo humano, el empoderamiento, la participación y la organización de las participantes (Sánchez Vidal, 2015). Además del manejo adecuado de la información recolectada durante el proceso, tal como lo señala la Sentencia C-538 de 1997 citado por Opazo, (2011)

7. Recursos

8. Presupuesto

Tabla No.2: Recursos y presupuesto para la aplicación del proyecto

RUBROS	DESCRIPCIÓN	PRESUPUESTO
Equipo humano	Maestrante comunitaria Psicología	12.000.000
Equipo y software	Computador	1.500.000
Viajes y salidas de campo	Transporte y almuerzo compartido	200.000
Materiales y suministros	Papelería, lapiceros, fotocopias,	200.000
Bibliografía	Consulta base de datos universidad	1.000.000
TOTAL		\$15'100.000

9. Plan de Acción

Tabla No. 3 Plan de Acción Ejecución de las sesiones 2- 7

No. Sesión/ Fecha	Actividad	Objetivos	Procedimiento	Técnica	Materiales	Tiempo	Observaciones
Sesión 1. 17/10/17	Socialización proyecto	Aclarar dudas y llegar a acuerdos con el grupo	Se realiza convoca reunión con las inscritas al proyecto, en la reunión se socializa el proyecto y su metodología, se aclaran las dudas que surgen y se llegan a cuerdos sobre temáticas, horarios y fechas	Participativas	Proyecto de intervención escrito. Hojas con las normas de participación de acuerdo a metodología	60 minutos	El grupo llega a acuerdos de horarios, fechas, metodología y normas de participación
	Evaluación inicial	Evaluar conocimiento inicial del grupo respecto a la VIF	A cada participante se Le entrega un esfero y una hoja con preguntas abiertas relacionadas con el tema de la violencia intrafamiliar y para que sean contestadas individualmente	Encuesta escrita	Hojas, esferos, sillas y mesas	30 minutos	Una de las participantes era analfabeta, por lo tanto necesitó apoyo para leer y plasmar por escrito las respuestas que ella daba a cada pregunta.
	Presentación de integrantes del grupo	Conocer los miembros del grupo	Las participantes se colocan en círculo, se presentan ante el grupo	Participativas	Sillas	30 minutos	Algunas mujeres expresaron sus problemáticas de VIF, dejando ver emociones notables como llanto.
Sesión 2 24/10/17	Firma de consentimiento informado	Participar de manera voluntaria y cumplir con normas éticas de intervención	La monitora entrega el documento y aclara que si hay dudas se resuelven inmediatamente antes de la firma, además enfatiza en que la participación es voluntaria y que las participantes pueden retirarse en cualquier momento si no desean seguir participando	Documento escrito	Hojas, lapiceros	20 minutos	No hubo solicitudes de aclaraciones, en tanto que el documento había sido socializado en la sesión anterior
	Definición del concepto violencia intrafamiliar	Aclarar dudas sobre lo que es violencia intrafamiliar	Durante estas sesiones una participante (voluntaria) leyó las normas de interacción y participación y la monitora hizo una introducción de las temáticas acordadas en cada reunión y posteriormente se procede a la participación libre y voluntaria relacionada con la temática, en la	Participativas	Sillas, mesas, portátil	40 minutos	Flexibilidad del grupo para aceptar la participación de nuevas mujeres. Se expresa que la viudez fue un remedio para ponerle fin a la violencia ejercida por sus parejas
	Clases de Violencia	Identificar las clases de Violencia y				60 minutos	Las mujeres dan ejemplos de todos los tipos de violencias, de las cuales fueron víctima

		algunos ejemplos	que las participantes ponen en contexto las situaciones de violencia relacionadas con la temática				
Sesión 3 01/11/17	Normatividad sobre derechos de las mujeres	Conocer las principales normas creadas para salvaguardar los derechos de las mujeres	Se leen las normas de participación y la monitora hace una introducción de la importancia de la normatividad internacional y nacional respecto a los derechos de las mujeres, se aborda la ruta de atención de la violencia intrafamiliar, se nombran y definen las funciones de los organismos gubernamentales encargados, se identifican las líneas telefónicas de atención, se enfatiza sobre la importancia de la solidaridad de la ciudadanía en la denuncia de la violencia y posteriormente se procede a la participación libre y voluntaria relacionada con la temática, en la que las participantes ponen en contexto las situaciones relacionadas	Participativas	Sillas, mesas, portátil	120 minutos	Flexibilidad del grupo para aceptar la participación de nuevas mujeres. Flexibilidad en cambio de espacio por situaciones no previstas
	Rutas de atención de la violencia Intrafamiliar en Colombia	Identificar las rutas de atención de la violencia intrafamiliar					La mayoría de las participantes no creen ni confían en los organismos o instituciones que están para ofrecerles garantías de sus derechos, aseguraban que son corruptos y que pondrían en riesgo sus vidas.
Sesión 4 07/11/17	Hijos y Violencia intrafamiliar	Reconocer el rol de los hijos en la violencia intrafamiliar	Se recuerdan las normas de participación, se hace una introducción de la temática por parte de la monitora y se sede la participación de las mujeres, donde reflexionan sobre cómo sus hijos han tenido un papel favorable o desfavorable en la violencia ejercidas sobre ellas en la familia.	Participativas	Sillas	120 minutos	Falta de cumplimiento en horario de llegada de las participantes, escasa asistencia; llegada de nueva participante que sin presentarse empieza su relato de la problemática que la agobia y luego de ser escuchada sale con afán y abandona el grupo sin definir si sigue participando o sólo lo hizo por un momento de desesperación.
Sesión 5 14/11/17	Autoestima y su relación con la violencia intrafamiliar	Evaluar la importancia de la autoestima	Se recuerdan las normas de participación, se hace una introducción de la temática por parte de la monitora y se sede la	Participativas	Sillas	120 minutos	Flexibilidad en ingreso de nuevas participantes que quieren compartir sólo una sesión.

		frente a la violencia intrafamiliar	participación de las mujeres mediante rondas de participación de manera voluntaria, se inicia con la definición del concepto autoestima por parte de una participante y luego se avanza con reflexiones sobre la importancia de la autoestima y experiencias vividas por las asistentes que se relacionan con la temática				Flexibilidad en compartir temáticas diferentes a las previstas, que requieran atención hacia alguna participante que requiera ser escuchada. La sesión sólo dura 90 minutos por acuerdos del grupo atendiendo necesidad de tiempo para otras actividades
Sesión 6 21/11/17	Taller Autoestima	Identificar factores importantes en la autoestima de las participantes	Cada participante del grupo escribe cinco (5) características positivas de sí mismas, en una hoja color amarillo, luego comparte a sus compañeras cómo se identifica con esas características. Cada participante corta en tiras las características positivas escritas y los coloca en el centro de una mesa, se revuelven todas las tiras de papel del grupo El grupo toma un pliego de cartulina y dibuja un árbol que las representa como mujer, allí entre todas discuten y acuerdan el lugar del árbol donde debe ir cada característica y la pegan. Al final en grupo discute y reflexiona sobre esas características importantes que deben tener y que hacen falta en sus vidas y las escriben en papel de color blanco, y en grupo las ubican en un lugar del árbol.	Participativas	Sillas, mesas, cartulinas de colores, tijeras, marcadores, pegante, lapiceros	120 minutos	Llegada de dos mujeres nuevas, madre e hija que han sido afectadas por la violencia que ejerció el esposo sobre la madre y de la cual manifiestan las dos han sido afectadas, sin embargo la madre reconoce que hubo voluntad por parte del agresor para acudir a terapia de pareja, lo cual permitió mejorar la relación, razón por la cual aún conviven. Reconocimiento de cualidades positivas en cada una de las participantes, aceptación de dificultades, errores y metas realizables para mejorar. La mayoría de las participantes mostraron que le han dado mayor importancia al tiempo y actividades dedicadas para los demás, especialmente para la familia y no le habían dado importancia al tiempo para sí mismas.
Sesión 7 28/11/17	Taller auto evaluativo sobre identificación de violencias de género	Identificar la violencia de género en el contexto de la familia y la	Se organizan grupos de cuatro integrantes, a quienes se les entrega un taller para completar, basado en historias, con el fin de identificar la violencia de género y la importancia	Participativo	Hojas y lapiceros	120 minutos	No se realizó en la fecha programada, puesto que el grupo lo aplazó con el fin de brindar escucha y apoyo a una mujer que se acercó al grupo y solicitó posibilidad de ingreso para ser

		importancia de las redes de apoyo cercanas a su entorno	de la comunicación, el liderazgo, la solidaridad y la autoestima.				escuchada en diferentes situaciones que la estaban agobiando; el grupo dio prioridad a su solicitud, posponiendo la actividad programada para la última sesión.
	Solidaridad y escucha hacia nueva integrante que solicita sea incluida	Brindar soporte y contención a mujer con necesidades afectivas y de apoyo con problemáticas de violencia en la familia	El grupo da la bienvenida a la nueva participante, le explican el objetivo primordial del grupo y le dan la palabra, con el fin de que ella exprese libremente todo lo que desea compartir y que la ha llevado a buscar al grupo, las mujeres escuchan atentamente y al final cada participante extiende un mensaje de apoyo y propuestas para que analice y que pueda emprender para que le ayuden a mejorar su situación.	Participativas	Sillas	90 minutos	Participante con necesidades inmensas de apoyo y colaboración debido a las diferentes problemáticas graves que la han afectado y que se le están presentando en la actualidad. El grupo reconoce que muchas veces se quejan por situaciones irrelevantes, comparadas con problemas tan graves que tienen otras personas; identifican como importante poder regalarse tiempo y buscar ayuda ya que encerradas no podrían ver otras posibilidades.
	Organización Cierre de actividades	Organizar el último encuentro	El grupo había propuesto una salida para finalizar sesiones, por lo que el grupo asume algunos compromisos de disponibilidad de tiempo y colaboración con insumos alimenticios para compartir en salida a parque Mirador de los Nevados que estaba programado para el 07/12/17, donde se realizaría el cierre de las actividades, sin embargo por reunión general del grupo de voluntarias de la casa de la mujer en esa fecha, se requiere cambiarla para el primero de diciembre.	Participativa	Sillas, hojas y lapiceros	30 minutos	El grupo acordó horarios de encuentro y compromisos de colaboración de alimentos y bebidas para compartir, siete participantes confirman asistencia
Sesión 8 01/12/17	Taller auto evaluativo sobre identificación de violencias de género	Identificar la violencia de género en el contexto de la familia y la	El grupo se reúne en el Parque Mirador de los Nevados Se organizan grupos de cuatro integrantes, a quienes se les entrega un taller para completar, basado en	Participativo	Hojas y lapiceros	120 minutos	Inasistencia de 3 participantes que habían confirmado asistencia. Se realiza el taller que había sido aplazado en la sesión 7, debido al poco tiempo con el que se contaba y que

	importancia de las redes de apoyo cercanas a su entorno	historias, con el fin de identificar la violencia de género y la importancia de la comunicación, el liderazgo, la solidaridad y la autoestima.				sólo acudieron 4 participantes, sólo se resuelven los interrogantes planteados para dos de las historias propuestas (eran 4 historias)
Almuerzo compartido	Compartir un almuerzo y afianzar la amistad en el grupo	El grupo se reúne en el Parque Mirador de los Nevados, busca un lugar cómodo y acogedor, allí se colocan en círculo y en el centro se depositan los alimentos que cada participante aportó, de acuerdo a sus capacidades, a nadie se le exigió dinero o especies, cada una aportó de acuerdo a lo que poseía, el grupo se dispone a comentar anécdotas personales relacionadas con las vivencias dentro del grupo y fuera de él, de manera que puedan interactuar sobre otras expectativas de interés, mientras comparten los alimentos.	Participativo	Snacks, masato, pollo, carne, yuca, papa, arroz, aguacates, plátanos	120 minutos	Inasistencia de 3 participantes que habían confirmado asistencia. Se muestran rostros de satisfacción por poder compartir espacios abiertos con otras personas y cambiar de ambiente. Las participantes intercambiaron teléfonos de contacto para continuar con el grupo o por lo menos interactuando en otros espacios.
Cierre de actividades y autoevaluación del proyecto	Autoevaluar el proceso de intervención	Se diseña un taller auto evaluativo para ser respondido en grupos de cuatro participantes, con el fin de identificar los aspectos relevantes que tuvo el proyecto en sus vidas, dicho taller se organiza de acuerdo a los indicadores propuestos, para que sea completado por el grupo, en la jornada de la tarde luego de realizar un almuerzo compartido.	Participativa	Hojas y lapiceros	120 minutos	Inasistencia de 3 participantes que habían confirmado asistencia. Reconocimiento esporádico y de manera natural en comentarios de las participantes de los cambios notados entre ellas mismas, de las señales de cambios generales en las participantes teniendo en cuenta las condiciones percibidas cuando llegaron al grupo y las que se ven hoy con sólo dos meses de participación.

10. Cronograma de Actividades

Tabla No. 4: Cronograma de actividades

ACTIVIDADES/ FASES	MESES AÑO 2017				
	8/17	9/17	10/17	11/17	12/17
Fase 1: Diagnóstico: Etapa 1: Evaluación preliminar, etapa 2: Diagnóstico participativo					
Fase 2: Características del grupo.					
Fase 3: Evaluación de las necesidades del grupo					
Fase 4: Diseño y planificación de la intervención					
Fase 5: Evaluación inicial					
Fase 6: Ejecución e implementación					
Fase 7: Evaluación final					
Fase 8: Diseminación de los resultados					

Fase 5: Evaluación Inicial

Con un grupo de seis mujeres se realizó un diagnóstico inicial mediante evaluación escrita con preguntas abiertas a fin de observar su conocimiento respecto a la problemática, encontrándose que existía desconocimiento sobre lo que significaba e involucraba la Violencia Intrafamiliar, además creían que acudir ante un organismo a reclamar era perder el tiempo porque no eran escuchadas por lo que preferían soportar de manera solitaria el problema, generando en ellas sentimientos de impotencia, tristeza, resentimientos y en algunos casos deseos de morir (evaluación inicial).

Fase 6: Ejecución e implementación

Socialización del proyecto, aclaración de dudas y encuadre del grupo.

Se procedió con la explicación de la metodología a aplicar durante los encuentros grupales

Introducción y organización

El primer momento de la primera reunión se utilizó para preparar la sesión, ordenar asuntos administrativos, aclarar dudas, dar explicaciones e ir creando el ambiente propicio para la reunión.

Para iniciar el grupo el Monitor (maestrante) indicó que pasaran a sentarse en las sillas colocadas en círculo, hizo una presentación de sí mismo y pidió a las demás que se presentaran. De igual forma, explicó por qué era indispensable que se guarde la confidencialidad en el grupo y que no haya jerarquías; se pretendía hacer un grupo de iguales, de pares. Dio una explicación de lo que es el GPRAM, sus objetivos, forma de trabajo y concretizó con el grupo la tarea del mismo. Definió por consenso cada uno de los puntos del encuadre y señaló la trascendencia de respetarlo. Expuso el desarrollo y los momentos de la sesión, así como los distintos roles que requería el grupo y manifestó que asumiría el papel de Moderador temporal. El Monitor desempeñaría esta función sin participar en forma personal, ya que no iba a formar parte del grupo; su función era únicamente promover la consolidación del mismo. De igual forma, solicitó voluntarios para las funciones necesarias a desempeñar (Nieto O, 2008)

Revisión de normas y recomendaciones para la interacción.

En la primera sesión el Moderador explicó la importancia de las normas para el buen funcionamiento del grupo, se entregaron por escrito, se leyeron en voz alta y se dio tiempo suficiente para aclararlas y comentarlas; posteriormente en cada una de las sesiones

se leían y se comentaba sólo una de ellas con el objeto de recordarlas y de que el grupo pudiera ir haciéndolas propias. (Nieto O, 2008)

Normas y recomendaciones para la interacción

1. Asisto al grupo solamente por interés y voluntad propia. Permanezco en él porque tiene sentido para mí.
2. Reconozco que trabajar solo(a) es difícil y acudo al grupo sabiendo que encuentro información, comprensión y apoyo. Sé que el grupo me da una mayor fortaleza para lograr lo que me propongo pero que no hace las cosas por mí.
3. Yo valgo como persona, por lo tanto el grupo me reconoce e identifica sólo por mi nombre.
4. Compartimos un objetivo común que nos une y nos permite comprendernos mutuamente. Tenemos una misma tarea: hacer lo que sí está en nuestras manos para lograr lo que queremos.
5. En la sesión tengo un turno para hablar que puedo tomarlo o no. Sólo hablo cuando es mi turno y escucho a los demás con atención como me gusta que me escuchen.
6. Hablo de lo que me pasa hoy y de lo que siento. Hablo desde mí y de mí.
7. No interrumpo al que está hablando. Si tengo algo que decir cuando sea mi turno compartiré mi experiencia.
- 8 No juzgo, critico o doy consejos. Los sentimientos de los otros son muy respetables aunque no los entienda. Mi más valiosa aportación es escuchar con atención.

9. Cada vez que participo con autenticidad construyo al grupo y enriquezco a mis compañeros como me sucede cuando escucho a los demás.
10. Mi verdad tiene valor porque es mía y la expreso con honestidad y valentía. En esto reside la confianza que voy logrando en mí mismo y en mi grupo.
11. Si no me atrevo a hablar me llevo las cosas dentro y no aprovecho la oportunidad de ser escuchado y sentirme mejor. Lo que no digo, corro el riesgo de expresarlo afuera y de una manera que no me beneficia.
12. Soy responsable de mí mismo ante el grupo y afuera de él. El grupo me ayuda a hacerme consciente, a quitarme la culpa que me paraliza y a asumir la responsabilidad que me hace crecer.
13. Todo lo que escucho y ocurre en el grupo, concierne únicamente al grupo y no debo relatarlo fuera de la sesión a nadie, como a mí no me gusta que comenten lo que dije.
14. Lo que me ocurre con otros compañeros fuera de los tiempos y lugares del grupo, debo relatarlo en el marco de la sesión.
15. El bienestar del grupo tiene prioridad sobre el bienestar individual. El progreso de cada uno depende de la unión del grupo.
16. El grupo es autónomo e independiente, sus decisiones se acuerdan con la participación de todos.
17. El grupo no tiene una cuota de participación pero para ser autosuficientes debemos cubrir las necesidades con nuestra aportación voluntaria. No se aceptan aportaciones externas.

18. El grupo no se afilia a ningún partido político, religión u organización alguna, no interviene en debates y controversias ni hace declaraciones sobre ningún asunto ajeno al mismo.

19. La sesión del grupo es exclusivamente para sus fines, no se puede utilizar su espacio para tratar ningún otro asunto o negocio. (Nieto O, 2008)

Participación personal

“El Moderador invitó a la participación, recordando que cada una tenía su turno para hacer uso de la palabra y que podía tomarlo o no, que se debía hablar de uno mismo y respetando el tiempo acordado para la participación individual. Se hizo hincapié en la importancia de escuchar con atención y sin interrupciones. La primera persona que quería hablar tomaba la palabra y cuando terminaba definía si la ronda seguía hacia su derecha o hacia su izquierda, luego participaba la siguiente y así sucesivamente. En este espacio las personas expresaban lo que les pasaba, lo que sentían, lo que les preocupaba” (Nieto O, 2008).

De esa manera se socializó el proyecto, se aclararon las dudas, se definieron horarios y fechas de sesiones, se acordó la firma de consentimiento informado con su contenido aprobado por el grupo y se procedió a la presentación de las participantes donde cada una comentó de manera general su problemática en torno a la violencia al interior del hogar o violencia de género. (Ver anexo: Diarios de Campo – Sesión 1)

Reflexión y resumen individual

El Moderador pide un momento de silencio e invita a los miembros del grupo a que se concentren y mediten sobre la experiencia que acaban de tener, Posteriormente se hace una

ronda para que cada uno pueda expresar la conclusión de su reflexión, siguiendo la misma dinámica que en el tercer momento. (Nieto O, 2008)

Cierre y despedida

El Moderador hace un comentario breve sobre lo acontecido, utilizar una consigna “el éxito del grupo depende de la participación responsable de sus miembros”, el grupo ratifica la temática a tratar en la próxima sesión así como el horario y fecha del próximo encuentro.

- *Firma de consentimiento informado*

En sesión programada y realizada el día 24 de Octubre de 2017, se inicia con la presentación de nuevas integrantes que ingresan al grupo, se vuelve a explicar el interés del proyecto y sus normas y se procede a la firma del consentimiento informado (Ver anexo: Consentimiento informado)

Ejecución de las sesiones 2- 7

Durante las sesiones 2-7 una participante (voluntaria) lee las normas de interacción y participación y la monitora hace una introducción de las temáticas acordadas en cada reunión y posteriormente se procede a la participación libre y voluntaria relacionada con la temática.

En la sesión No. 8 se realiza el cierre de la actividad en un ambiente abierto (Parque Mirador de los Nevados de Suba) con dos talleres de autoevaluación y un almuerzo compartido por el grupo.

Fase 7: Evaluación final

Se realizó la sistematización de datos de evaluación inicial, la cual fue realizada a través de una encuesta individual (ver anexo consolidación de información encuesta inicial) sistematización de diarios de Campo (Ver anexo consolidación diarios de campo), la sistematización de las actividades de cierre (Ver anexo autoevaluación de impacto, Ver anexo Identificación de violencia)

Mediante la técnica de análisis de Contenido, se realizó una matriz por herramienta de recolección de datos y al final se realizó una matriz de evaluación general por categorías con la información de las matrices diseñadas por herramienta. (**Ver anexos:** Matriz General Evaluación de Impacto GPRAM, Anexo Matriz análisis Diarios de Campo, Anexo análisis actividad identificación de violencia, Anexo análisis autoevaluación de impacto).

Al final se hizo la triangulación de la información con los datos conceptuales y teóricos propuestos y se analizaron los resultados del proyecto por categorías, posteriormente se hizo un análisis del cumplimiento de los indicadores de impacto propuestos.

Análisis de Resultados

Categoría Violencia intrafamiliar

El grupo logró la identificación de la violencia intrafamiliar contra la mujer y las clases de violencia: psicológica, verbal, física, económica y sexual, reconociendo sus victimarios, entre ellos: la pareja: una participante mencionó que ha tenido problemas de violencia con su esposo a causa del alcohol, *“pero él ha cambiado, cuando está tomado lo dejo solo y no le pongo cuidado, por lo demás no me quejo ya que nunca ha faltado nada en el hogar”*,

otra participante afirma que sufrió violencia emocional por parte de su compañero quien la maltrataba con palabras como *“usted es una Zorra, puta, entre otras”*; otros victimarios son los jefes en el trabajo y una mujer describe que los jefes querían propasarse con ella con insultos pero *“no me importaba si eran ingenieros o lo que sea me paraba en mi sitio y me hacía respetar”*; puede verse que en el contexto familiar como en el trabajo se presenta el uso de la fuerza para resolución de conflictos por desequilibrio de poder (Paredes & Ventura, 2010), generándose acoso en el seno del hogar por al menos un miembro de la familia contra otro (Espinosa Morales, Alazales Javiqué, Madrazo Hernández, García Socarrás, & Presno Labrador, 2011), las mujeres indicaron que la violencia intrafamiliar hacia las mujeres se presenta con señales, como golpes, palabras, desprecios, abusos sexuales, chantajes, acoso y humillaciones por dependencia económica; una participante relató *“es que cada una tenemos una situación particular por ejemplo yo sufrí de violencias de mi esposo y no era capaz de separarme porque a pesar de que trabajaba, lo que ganaba no me alcanzaba para mantener a mis 5 hijos”*, de esa manera se hizo evidente que la violencia intrafamiliar es la forma de ejercer control sobre miembros de la familia y de practicar violencia privada” (Cáceres Monroy, 2012), el ejemplo dejó en evidencia que algunas mujeres soportaron la violencia por dependencia económica..

Se evidenció que las participantes a través del trabajo e interacción grupal y mediadas por un proceso cognitivo interno pudieron mejorar procesos de reflexión en torno a la VIF logrando empoderamiento para tomar decisiones y hacer valer sus derechos; situación que las ayudó a sentirse mejor consigo mismas y a futuro les permite mediar situaciones de violencia; por ejemplo una participante en diálogo con sus pares comentó *“mi compañera ha logrado cambios porque decidió darse tiempo para sí misma y dejar de vivir solo por sus hijos y sus nietos”* mientras tanto otra reflexionó en torno a sus pares y

mencionó *“yo he visto cambios importantes en mis tres compañeras que asistieron hoy, por lo menos en la que tenía problemas con su hija y sus nietos la veo totalmente diferente hablando del tema y de lo que ahora hace por sí misma (reclama sus derechos de manera decidida), de la compañera que aún tiene diferencias con sus hijas (por reclamar derechos como madre y viuda), le veo que su rostro ha cambiado, su forma de hablar, de interactuar ‘La veo más tranquila’, en la otra compañera a pesar de que sólo asistió a las dos últimas sesiones, hoy la noto diferente, yo creo que haber salido de su encierro, haber compartido en el grupo todos sus problemas y vivencias y el que hoy este aquí muestra que ella quiere darse la oportunidad de seguir adelante, ese primer día la vi muy mal y hoy ya se le ve muy diferente”* además señalaron *“compartir con el grupo, escuchar sus problemas, nos permitió reflexionar que no es posible que nos ahogemos en un vaso de agua cuando otras mujeres han podido salir de situaciones realmente graves”*; de esa manera pudo verse que las participantes reconocieron la importancia de la interacción grupal como soporte importante para aprender a identificar las violencias y de esa manera poder reclamar ante las autoridades y organismos competentes la restitución de sus derechos.

- El grupo logró identificar los tipos de violencias de los cuales son víctima las mujeres, identificando de manera clara cuando están siendo violentadas, lo que les permite tomar acciones que conlleven al restablecimiento de sus derechos humanos con equidad y justicia.
- Las integrantes del grupo manifestaron que los hechos de maltrato privado no deben quedarse en lo privado, más bien deben darse a conocer a las redes y organismos competentes para que tengan un manejo acorde a sus necesidades. Además reconocieron que situaciones que eran tomadas como naturales dentro de la

familia (violencias) tienen un nombre y se deben tomar acciones para ponerle freno de manera oportuna, dicha situación se logró a través de la sensibilización generada mediante la socialización e intercambio de historias de vida lo cual les permitió la identificación de diferentes alternativas de contención y apoyo para encontrar soluciones a las situaciones que las ponen en riesgo.

Categoría Derechos humanos

Una participante relató su situación de violencia por parte de sus hijas y compartió al grupo que ha tenido dificultades en la reclamación de derechos como persona pero que a pesar de todo seguirá con su proceso para que sus hijas le *“reconozcan ante la ley los derechos a los que tengo como madre, como viuda y como mujer”* el grupo reconoció organismos e instituciones gubernamentales y no gubernamentales a los cuales pueden acceder para hacer respetar sus derechos y buscar asesoría sobre los programas de atención dispuestos para las mujeres, ya que éstos constituyen factores protectores frente a la discriminación de la mujer en diferentes ámbitos. López (2012). Así mismo, una integrante del grupo manifestó que ella desde el primer encuentro con el grupo *“sentí que puedo seguir adelante”*. Las participantes reconocieron organismos a los que se puede acudir para denunciar y hacer respetar sus derechos como: Comisaría de familia, bienestar familiar, policía, fiscalía y personería, las cuales hacen parte de siguiente categoría.

- Las mujeres reconocen que tienen unos derechos fundamentales que se les debe respetar y que en caso de que éstos sean vulnerados pueden solicitar la restitución de los mismos ante los organismos competentes, para que estos establezcan medidas preventivas, de protección y de atención que sean necesarias. El grupo reconoció la importancia de la identificación de organismos encargados de trabajar en apoyo u

orientación para hacer respetar sus derechos y se mostraron convencidas de que hacer valer sus derechos es fundamental para la buena salud física y emocional y que de esa manera se logra una mejor calidad de vida.

Categoría Redes de apoyo

Dentro de la atención a mujeres víctima de violencia se mencionó que los grupos o redes de apoyo social ejercen un papel protector hacia la repetición de la violencia y así lo señalan (Plazaola-Castaño, Ruiz-Perez, Montero-Piñar, GEV, 2008), en ese sentido el grupo identificó y reconoció la importancia de las redes de apoyo como mecanismo de soporte y de garantía para hacer cumplir sus derechos como mujeres.

Entre las redes de apoyo se mencionaron redes cercanas como la Corporación Casa de la mujer y la casa de igualdad; sitios en los cuales se puede solicitar orientación y asesoría ante situaciones de violencia intrafamiliar y/o de género en contra de las mujeres. Investigaciones señalan que “las mujeres que en el pasado fueron maltratadas y recibieron apoyo social tienen menos probabilidad de volver a ser maltratadas por una pareja diferente” Citado por Ochoa, Castillo, Margain, García-Zapiraín & Méndez, (2013, p. 265).

Dentro de estos grupos o redes se reconoció el GPRAM creado, ya que permitió interactuar con sus pares y brindar solidaridad y contención a sus miembros, aportando nuevos conocimientos compartidos por otras personas que han vivido situaciones semejantes, lo que las hizo sentirse escuchadas y comprendidas.

Otras redes de contención identificadas son la familia, los grupo de pares, amigos y conocidos con los que se puede compartir, aprender, enseñar, crear nuevos lazos de amistad que brinden apoyo en situaciones de interés; sin embargo el grupo tubo claridad sobre cómo estos grupos pueden influir de manera positiva o negativa en la violencia hacia

las mujeres, debido a la presión que ejercen sobre la víctima o el victimario, así lo señaló una mujer *“mi anécdota (sonríe), yo estaba recién casada era muy pequeña en edad, mi esposo me golpeo en plena calle, en eso pasó una patrulla de la policía, yo lo denuncie y lo llevaron a la comisaria de familia, lo dejaron allá, yo llegue a mi casa con los ojos golpeados y mi papá me dijo ¿Qué pasó? Yo le dije lo que me había sucedido y que a mi esposo lo tenían encerrado, entonces me dice(en voz fuerte ella lo relata)”* ¿y a usted como se le ocurre de haberlo hecho encerrar?, eso no se hace, ¿no le da pena que la gente sepa que él está preso?, usted tiene que ir y desistir para que lo saquen y, como en ese tiempo se podía desistir yo le hice caso porque él estaba bravo y eso me pasó con mi papi”, en el caso mencionado puede verse que a pesar que la víctima acudió a reclamar sus derechos el abuso de poder por parte de su padre la llevo a declinar su denuncia, siendo él otro victimario que aprovecha su rol para violar sus derechos como mujer.

- ✓ Claridad sobre organismos, grupos y redes de apoyo para denunciar la violencia intrafamiliar: A través de la interacción entre pares las mujeres lograron identificar las redes de apoyo cercanas a las que pueden acudir para el acompañamiento y apoyo en situaciones de vulnerabilidad y violencias, lo que conlleva a que puedan tomar acciones en casos particulares y sean ellas mismas apoyo para otras mujeres cercanas o del entorno que lo requieran.
- ✓ Apoyo y solidaridad: Todas las participantes lograron apoyo y solidaridad de sus compañeras en temas relacionados con la violencia intrafamiliar y/o de género, situaciones que les devuelve la confianza para que en caso de que se presenten nuevas situaciones de violencia puedan acudir a sus pares para solicitar su apoyo, saben que existen redes de contención que generan confianza.

Para el caso del indicador de apoyo y solidaridad entre pares en el tema de interés del proyecto, se identifica como uno de los que tuvo mayor relevancia y cumplimiento dentro del proceso en la medida que la metodología se centraba en la interacción entre grupo de pares que compartían la condición de víctima de violencia intrafamiliar o de género.

Categoría Comunicación

La comunicación juega un papel importante en las relaciones familiares, las comunicaciones disfuncionales generan problemáticas en las familias, en ese sentido una participante reconoció como error algunas conductas de violencia que ha tenido con sus parejas, desde su forma de hablar hasta sus actuaciones, asegura que lo hacía porque creía que era una manera de protección, en palabras propias *“lo hacía para que mis compañeros no me la montaran”*, situaciones que han generado violencias continuas con los diferentes miembros de su familia; sin embargo las comunicaciones asertivas generan familias más armónicas, de esa manera una comunicación adecuada es aquella en la que *“el interlocutor solicita algo de manera clara y directa”* (Satir, 2002), donde la retroalimentación es posible y generalmente *“la intención y el resultado de la comunicación concuerdan y, en caso contrario, es posible recurrir a la aclaración”* (Satir, 2002), en ese sentido el grupo reconoció la comunicación asertiva como un factor protector que evita en gran parte violencia hacia la mujer en el entorno familiar; además reconocieron que en los encuentros grupales, pudieron comunicarse con sus pares y a través de sus frases lograron expresarse libremente y liberarse de situaciones agobiantes; también aprendieron a *“escuchar”* sin interrumpir y prestar atención a sus pares, para poder *“comprender”* o entender mejor situaciones que se presentaron en las familias de las participantes y comprendieron que

cada situación está mediada por situaciones particulares que no se pueden juzgar y en las cuales se pueden presentar posiciones diferentes debido a las vivencias de cada una.

El grupo reconoció que la comunicación deficiente genera graves problemas en las personas, en los grupos, en las familias y en la sociedad; estuvieron de acuerdo en que puede provocar diferentes tipos de problemas mentales y emocionales, siendo un factor que puede conducir a: tensiones, hábitos negativos, disociación familiar, adicciones y violencia física y verbal, de allí la importancia de mantener una buena comunicación como un mecanismo de unión familiar. Aguilar (2002).

De otra parte comprendieron que “una comunicación adecuada implica saber cuándo hablar y cuando callar” Wiemann (2011, p. 16), en esa medida el grupo describe que la comunicación sirve como mediadora de socialización e interacción que permite a las personas lograr acuerdos y plantear opciones de resolución de problemáticas como la violencia de género, ya sea directamente entre el victimario y la víctima o en caso contrario buscar la ayuda profesional requerida.

Las integrantes del grupo mostraron logros como:

- ✓ Reconocimiento de la importancia del respeto por la opinión ajena, donde cada una logró exponer su posición respecto a diferentes causas y efectos de la violencia contra las mujeres al interior de las familias, debatiendo sus ideas con respeto con el dolor, la desesperanza, el rencor y las heridas que cada participante llevaba consigo por causa de violencia vivida, o por las alegrías y optimismo de aquellas que contaban como habían podido librarse del horror de la misma.

- ✓ Las mujeres se sintieron escuchadas, comprendieron que no estaban solas, no eran las únicas y que otras también vivían situaciones semejantes y podían entender sus emociones respecto a las situaciones estresantes causadas por la violencia, sus anécdotas e historias de vida eran atendidas atentamente por sus compañeras y no se hacían esperar las muestras de solidaridad, comprensión y apoyo en la búsqueda de su bienestar general.
- ✓ Las participantes lograron liberarse de situaciones agobiantes, al sentirse en un ambiente de confianza compartieron sus historias de vida sin ningún tipo de vergüenza ni temor de ser señaladas o re victimizadas, no se mostraron preocupadas al aflorar las diferentes emociones generadas a la hora de recordar situaciones difíciles, traumáticas, así como de gozo y bienestar por algunos logros obtenidos en sus experiencias de vida.
- ✓ Durante el proceso se evidenció que las mujeres mejoraron su interacción con el grupo a medida que avanzaba el proceso y aumentaba la confianza hacia el grupo y al final del proyecto se observó mayor dialogo entre pares, incluso la generación de relaciones estrechas de amistad en las que se invitan a compartir entre pares en otros espacios diferente al grupo.

Categoría Liderazgo

Durante el proceso de intervención se hizo evidente el liderazgo de las participantes a través de procesos participativos dentro del grupo mediante el relato de sus historias, además de liderazgo a través de la invitación a otras mujeres al Grupo de Pares y en un caso especial la invitación a participar en un grupo de danzas del barrio liderado por una participante.

El liderazgo es una actitud que se toma ante diversas situaciones de la vida para dirigir un asunto de interés común, por eso fue muy importante que dentro del grupo de mujeres se trabajara el liderazgo como mecanismo para emprender nuevos retos hacia la superación personal y colectiva de salud integral de las víctimas; las integrantes del grupo logró convencer a otras mujeres a participar, por lo que puede afirmarse que poseen el “Arte de influenciar en otras personas para alcanzar sus anheladas metas” Vaca (2012, p. 49), por lo menos la que se relaciona con el tema, sin embargo podrán aplicar ese arte en otros aspectos y espacios. De ese modo y ante la descripción de una grave problemática de violencia en una participante que ingresa al grupo en la penúltima sesión una integrante del grupo le ofrece ayuda *“mira usted no está sola, aunque este grupo se formó solo para dos meses (Ya está por terminar), puede asistir a un grupo de danzas”* (el grupo de danzas es liderado por la participante) *“allí han llegado personas muy decaídas y en su interacción el grupo ha logrado sacarles unas sonrisas”*

En la autoevaluación final del proyecto el grupo identificó logros en la categoría liderazgo a través del surgimiento de *“ideas”* como la formación de un nuevo grupos de apoyo, una participante comparte el deseo e intención de *“organización de un club de mujeres donde se compartan diferentes actividades como danzas, grupos de manualidades e intercambios de saberes entre mujeres”*; para ello es importante el esfuerzo, el sacrificio y el desarrollo continuo de nuevas habilidades como herramientas para trabajar con actitud hacia el logro de metas y objetivos que beneficien a un grupo o comunidad; en el caso de interés, que promueva el empeño y el trabajo constante por los derechos de las mujeres víctimas de violencia intrafamiliar o de género.

De acuerdo a la información plasmada en los diarios de campo se pudo evidenciar mejoría en procesos participativos y de liderazgo a través de la invitación a otras mujeres al grupo, el grupo inicial fue de seis (6) integrantes y en el transcurso del proyecto se acercaron nuevas integrantes, habiendo participado 20 mujeres a por lo menos una sesión, lo que indica que el grupo creció notablemente; además se observaron ideas del grupo hacia nuevos proyectos que vinculan de manera importante a mujeres en nuevas actividades encaminadas al crecimiento y fortalecimiento de grupos de interacción y apoyo mutuo “Club de apoyo para actividades” (Evaluación de impacto: identificación de violencia de género); sin embargo se requiere concertar actividades concretas para que las ideas logren concretarse por iniciativa y trabajo conjunto.

Categoría Autoestima

Una de las consecuencias de la violencia intrafamiliar en las mujeres es la baja autoestima, así lo confirmaron algunas participantes *“los eventos negativos en la vida de las personas provocan consecuencias negativas en la autoestima”*; en esa medida el grupo logró identificar la influencia de acciones y pensamiento de las mujeres en su autoestima, señalaron que las situaciones negativas y repetitivas en la vida de las mujeres afectan su autoestima, esto se evidenció con frases de las participantes como *“cuando las mujeres aceptan, callan o perdonan una y otra vez a su agresor, su autoestima baja y la del victimario se eleva, generando mayores actos violentos al sentir que su poder es mayor sobre la víctima”*. Se entiende a la autoestima *“como un proceso evaluativo en el que una persona aprende a valorarse positiva o negativamente”* (Viqueira, 2016), en esa medida las participantes a través de un taller identificaron sus cualidades como personas en la interacción con otros y consigo mismas. De otra parte; otra mujer asegura que *“la autoestima es fundamental para tomar decisiones importantes en la vida de sí mismas,*

hacer valer los derechos de las mujeres y no dejarse manipular por nadie” (Sesión 5), el grupo tiene la convicción de que se necesita valorarse positivamente para tomar la decisión de reclamar derechos en cualquier contexto ya sea dentro de la familia, el trabajo, u otros.

Otros factores de protección reconocidos por el grupo y que reducen el riesgo de violencia física, emocional, económica y sexual es el empoderamiento que les permita tener poder de decisión y autonomía, es así que *“se evidencia como factores protectores comunes para los cuatro tipos de violencia: que la mujer decida cuando tener relaciones sexuales y que pueda decidir si trabaja o no”* (Castro & Casique, 2008, p. 247). Cuando hay empoderamiento hay *“toma de conciencia y reforzamiento de las propias fortalezas”* Chávez, Macías & Klein (2012), en ese contexto el grupo reconoció la importancia de la decisión, la autonomía, el positivismo y el amor propio en la construcción o fortalecimiento de la autoestima las cuales se evidenciaron con afirmaciones de las participantes como *“lo más importante es amarse a sí misma”, “lo importante es tomar decisiones a tiempo y liberarse de esas personas que no nos valoran como mujeres o esposas”*

Respecto al planteamiento inicial de los indicadores relacionados con el fortalecimiento de la Autoestima, pudo apreciarse:

- ✓ Al terminar el proyecto se observó en las participantes pensamiento positivo de sí mismas, en el que las participantes se valoran como mujeres que pueden contribuir a la familia y su entorno, capaces de tomar decisiones y acciones que favorezcan su bienestar y el de otras mujeres víctimas de violencias.
- ✓ Las participantes lograron reconocer debilidades y errores cometidos en su vida que conllevaron a vivir situaciones de violencia sin tomar acciones para salir de ellas de manera oportuna teniendo que soportar graves atropellos a sus derechos.

- ✓ Se observó optimismo hacia metas realistas, en las que describieron actividades productivas y de emprendimiento en las cuales se pueden congregar para realizar labores con las que cada una se identifica y tienen habilidades (trabajo de manualidades, tejer, decoración, belleza, ventas, entre otras).
- ✓ Durante los procesos de interacción las mujeres reflexionaron sobre la importancia de hacer cosas positivas en favor de ellas mismas y dejar de dedicar su tiempo sólo para agradar a los demás, debatieron sobre las actividades que hacían, descubriendo que se habían tenido descuidadas y que era posible organizarse y sacar tiempo para ocio y bienestar personal, salir de la enmarcación o encierro en las que han vivido de tal manera que puedan ir descubriendo nuevas oportunidades en las que puedan interactuar con otras personas que enriquecen sus vidas.

Impacto del proyecto

El grupo acordó realizar la evaluación de impacto del proyecto en la última sesión, para ello se organizó una salida al Parque Distrital Mirador de los Nevados, ubicado en la localidad de Suba; cuatro (4) días antes de la salida en reunión del grupo se realizaron acuerdos y compromisos de las asistentes, algunas mujeres manifestaron no poder acudir por situaciones personales, pero siete mujeres confirmaron su asistencia a la actividad de cierre, sin embargo al lugar y hora acordada sólo llegaron cuatro (4) participantes, con las que se hizo la evaluación final lo que equivale al 25% de las mujeres que asistieron a las sesiones de grupo.

Tabla No. 5: Impacto del proyecto

Objetivo General: Crear el grupo de apoyo de Pares de Atención y Ayuda Mutua con mujeres que hayan sido víctima de violencia intrafamiliar y de Género en la localidad de Suba, con énfasis en el empoderamiento femenino.

Objetivos específicos	Resultados esperados	Indicador	Impacto
Promover la construcción de redes comunitarias de mujeres que puedan brindar escucha y solidaridad a otras mujeres víctima de violencia de género dentro de las familias, explorando procesos de autogestión en el que las mujeres puedan expandir la estrategia de apoyo a otras mujeres sin necesidad de un profesional a cargo, generando dinámicas respetuosas y equitativas donde el punto clave sea compartir y no enseñar.	Consolidación de la Grupo de Pares de Reflexión y Ayuda Mutua con mujeres víctima de violencia intrafamiliar	Conformación y puesta en marcha del primer GPRAM	El grupo se conformó e inició con seis mujeres y se reunieron para realizar ocho (8) sesiones grupales. La corporación Casa de la mujer de suba incorporó el proyecto en sus planes y programas 2018-2019, ofreciendo la oportunidad a otras mujeres víctima de violencia intrafamiliar a vincularse a nuevos Grupos de Pares de Reflexión y Ayuda Mutua
	Apoyo y solidaridad entre pares en temas de violencia intrafamiliar y /o de género	Autoevaluación de situaciones en las que las mujeres sintieron apoyo y solidaridad	Las mujeres brindaron y recibieron ayuda y acompañamiento a otras mujeres que padecían violencia al interior de la familia. “Se compartieron nuevas ideas, escucharon problemas más fuertes que los míos y se conocieron personas nuevas”
	Las mujeres se sienten escuchadas	Manifestación escrita, sobre situaciones en la que se sintieron escuchadas	Las mujeres expresaron ante sus pares las situaciones de malestar que había producido en cada una los casos de violencias, ya que éstas les generaban confianza y no sentían estigmatizadas. “Me sentí escuchada en mis problemas familiares con mi hija y mis nietos”, “me escucharon en mi problema de soledad y económico”, “en mi problema de violencia de género en mi trabajo”
	Liberación de situaciones agobiantes	Manifestación de situaciones que causaban malestar.	Las mujeres pueden hablar de las situaciones dramáticas que vivieron y logran controlar emociones como el llanto, el cual estaba presente al inicio de los encuentros. “Violencia familiar con hijos y nietos”, “liberación de dolor e injusticia”
	Hay claridad sobre organismos, grupos y redes de apoyo para denunciar la	Autoevaluación sobre identificación de grupos o redes de apoyo.	Las mujeres identifican claramente las redes de apoyo dispuestas para acompañar y denunciar los casos de violencia intrafamiliar, convirtiéndose en una herramienta fundamental para hacer valer sus derechos y el de otras mujeres cercanas con las que puede interactuar respecto a la problemática de violencia.

	violencia intrafamiliar		“Redes de apoyo, amistades, grupos de pares, casa de la mujer, salón comunal, comisaría, fiscalía, policía, red de salud”
	Las mujeres reconocen sus derechos y están dispuestas a hacerlos respetar.	Autoevaluación de reconocimiento de derechos de las mujeres.	Las mujeres se reconocen con igualdad de derechos y saben que de su accionar y gestión ante las redes de apoyo depende que sus derechos sean respetados. Derechos reconocidos “Educación, salud, dignidad, equidad, a ser tratadas con respeto, derecho a participar, a ser escuchadas, derecho al trabajo”
Mejorar los procesos comunicativos entre las mujeres a través del dialogo, la escucha, el respeto hacia la opinión de sus pares, el cumplimiento de las normas de participación y el liderazgo.	Las mujeres son más abiertas al dialogo y la escucha.	Autoevaluación de reconocimiento del grupo en procesos de dialogo y escucha	Las mujeres cuentan con herramientas básicas para reclamar sus derechos, a través del dialogo y la escucha muestran apoyo, contención y solidaridad hacia otras mujeres violentadas y comparten con ellas sus conocimientos respecto a la reclamación de derechos y redes de apoyo dispuestas para ello; comprenden que cada una vive o vivió una situación antecedida por factores particulares los cuales deben ser evaluados para tomar acciones que las ayude a vivir una vida sin violencias. “interacción en todas las falencias que cada una de nosotras teníamos con las compañeras y la psicóloga”
	Se mejoran procesos participativos y de liderazgo a través de la invitación a otras mujeres al grupo	Ingreso de nuevas mujeres al grupo, por invitación de las participantes iniciales.	Las mujeres participan activamente en actividades organizadas para promover la no violencia contra las mujeres. Convencen a otras mujeres de acudir a grupos o actividades que promueven la igualdad de derechos entre hombres y mujeres. Aumento significativo de seis (6) a veinte (20) participantes a encuentros del grupo.
	Se reconoce la importancia del respeto por la opinión ajena	Autoevaluación de importancia del respeto en la participación grupal.	Son capaces de expresar sus posiciones respecto a la violencia y de escuchar con respeto las opiniones aunque sean diferentes a las suyas. El grupo hace énfasis en que “Es importante escuchar y ser escuchadas con respeto y coordinación en la participación”

Potenciar en el grupo de apoyo la identificación de las clases de violencia hacia las mujeres al interior de las familias.

Pensamiento positivo de sí mismas.	Autoevaluación sobre importancia del pensamiento positivo	Las mujeres identifican sus cualidades, se valoran, se quieren y toman acciones en función de hacer respetar sus derechos. Mencionan que el pensamiento positivo de sí mismas “Es importante porque siempre hay que pensar por el lado positivo y dar sentido a la vida nos hace crecer”
Se reconocen errores y se perdonan así mismas	Autoevaluación sobre importancia del perdón así mismas	Las mujeres reconocen cuando son violentadas, identifican sus debilidades, errores cometidos y se concientizan que no son culpables de la violencia en su contra. Enfatizan que el reconocimiento de errores y perdón así mismas “Es importante porque nos libera de cargas, como cargas emocionales”
Optimismo hacia metas realistas	Planteamiento de idea de proyecto	Las mujeres creen en sus habilidades y son optimistas en alcanzar resultados positivos en sus proyectos de vida, con autonomía y esfuerzo. Plantean “Como la idea de formar un club, integrar mujeres a través de juegos, charlas, manualidades, entre otras”
Dedicación de tiempo para sí mismas	Autoevaluación sobre importancia de espacios de tiempo para sí mismas.	Las mujeres organizan sus actividades cotidianas y crean espacios de ocio, aprendizaje y crecimiento personal. Mencionan que es importante el tiempo para sí mismas “Porque me siento plena, es un deber y me siento realizada como persona”
Percepción de mejora en procesos de Reflexión sobre la VIF	Autoevaluación de la perspectiva de la violencia hacia las mujeres.	Las mujeres perciben que la violencia contra las mujeres puede disminuir en la medida que las mismas mujeres decidan hacerse respetar y tomen acciones oportunas para ponerle freno a la violencia, haciendo respetar sus derechos a través de los organismos y las leyes creadas para ello. Las mujeres mencionan que se generó reflexión de VIF en relación con “Participación y reflexión sobre la autoestima, derechos, redes de apoyo, otras actividades”
Reconocimiento de tipos de	Autoevaluación de	Las mujeres identifican cuando están siendo violentadas por alguien de la familia y son conscientes del tipo de violencia del que son

violencia
intrafamiliar

identificación
de violencias

víctima lo que les permite emprender acciones que mejoren su situación.

Reconocen la violencias “física, psicológica, sexual, verbal y económica, darle prioridad y buena información, es bueno empoderarse”

CONCLUSIONES

La socialización, intercambios y reflexiones de experiencias individuales e historias de vida compartidas al interior de los grupos de pares generan sensibilización entre el grupo debido a las situaciones semejantes que han tenido que enfrentar, lo que permite potenciar de manera individual y grupal la identificación de las clases de violencias hacia las mujeres al interior de las familias.

Los grupos de pares que se identifican con una problemática específica como es la violencia hacia las mujeres al interior de las familias, en la medida en que se sienten acompañadas, escuchadas y apoyadas pueden promover la construcción de redes comunitarias de mujeres que puedan brindar escucha y solidaridad a otras mujeres víctima de violencia de género dentro de las familias, explorando procesos de autogestión en el que las mujeres puedan expandir la estrategia de apoyo a otras mujeres sin necesidad de un profesional a cargo, generando dinámicas respetuosas y equitativas donde el punto clave es compartir y no enseñar.

La interacción en condiciones igualitarias entre grupos de pares de mujeres en condición de violencias, guiado por normas específicas del grupo que generen confianza conllevan a una mayor participación de sus miembros, logrando de esa manera mejorar los procesos comunicativos entre las mujeres a través del dialogo, la escucha, el respeto hacia la opinión de sus pares, el cumplimiento de las normas de participación y el liderazgo.

Para que el proyecto sea auto sostenible se hace necesario, que las mismas mujeres busquen generar sus propias redes y se integren a nuevos espacios participativos entre

grupos de mujeres con intereses comunes, así como la divulgación de programas y proyectos en los cuales las mujeres se pueden involucrar de manera incluyente, enfocados al empoderamiento femenino.

Las intervenciones de apoyo social desde la Psicología Comunitaria, a través de la ayuda informal permiten visibilizar situaciones que antes quedaban en lo privado, mejorando la Salud Mental Comunitaria.

BIBLIOGRAFÍA

- Aguilar, E. (2002). Familias con comunicación sana. México. Árbol. Recuperado en: <https://books.google.com.co/books?id=pxVGUYgdKxsC&pg=PA1&dq=la+comunicaci%C3%B3n+en+la+familia&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjh28jKIJXXAhUIOiYKHT38DE8Q6AEIKzAB#v=onepage&q=la%20comunicaci%C3%B3n%20en%20la%20familia&f=false>
- Bordas, J., Bordas, J., & Crespo, M. (2015). Capítulo: 10 Algunas técnicas de interpretación de los discursos cualitativos. In *Técnicas de investigación social aplicadas al análisis de los problemas sociales* (pp. 101–138). Madrid, España: UNED-Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Recuperado de: <http://bibliotecavirtual.unad.edu.co:2077/lib/unadsp/reader.action?ppg=104&docID=11126509&tm=1485508957243>
- Cáceres Monroy, A. (2012). Una casa de varios pisos: acceso a la justicia en casos de violencia intrafamiliar en una comisaría de familia de Bogotá. (Spanish). *Revista de Derecho Público*, (28), 2–28. Retrieved from <http://bibliotecavirtual.unad.edu.co:2048/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=zbh&AN=91546059&lang=es&site=ehost-live>
- Cantera, L. M. (2015). Capítulo III Psicología Comunitaria de la Salud. In *Introducción a la psicología comunitaria* (1st ed., pp. 37–53). Barcelona: Editorial UOC.
- Castro, R. & Casique, I. (2008). Estudios sobre cultura, género y violencia contra las mujeres. Cuernavaca. Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado de: <https://books.google.com.co/books?id=TvfjF9bt04gC&pg=PA248&dq=factores+protectores+del+empoderamiento+en+mujeres&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjE7ueq-ZTXAhUB7CYKHdutB0AQ6AEIKjAB#v=onepage&q=factores%20protectores%20del%20empoderamiento%20en%20mujeres&f=false>
- Chávez, A., Macías, L. & Klein, A. (2012). Salud Mental y Malestar Subjetivo: Debates en Latinoamérica. Buenos Aires. Manantial. Recuperado en: https://books.google.com.co/books?id=MOYR-MT6oY8C&pg=PA197&dq=factores+protectores+del+empoderamiento+en+mujeres&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiasMqugZXXAhUEwiYKHZa_D3gQ6AEIRzAH#v=onepage&q=factores%20protectores%20del%20empoderamiento%20en%20mujeres&f=false
- De la Corte, L., Blanco, A. & Sabucedo, J. (2004). *Psicología y Derechos Humanos*. Barcelona. Icaria. Recuperado en: <https://books.google.com.co/books?id=K6LGd9qUqyWC&printsec=frontcover&dq=qu%C3%A9+son+los+derechos+humanos&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjI1MuMsIvcAhXsp1kKHx7dBrEQ6AEIQTAF#v=onepage&q=qu%C3%A9%20son%20los%20derechos%20humanos&f=false>
- Espinosa Morales, M., Alazales Javiqué, M., Madrazo Hernández, B., García Socarrás, A. M., & Presno Labrador, M. C. (2011). Comportamiento de la violencia doméstica en mujeres pertenecientes al consultorio “Altos de Milagro.”. *Revista Cubana de*

Medicina General Integral, 27(2), 93–99. Retrieved from <http://bibliotecavirtual.unad.edu.co:2048/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=79968269&lang=es&site=ehost-live>

Guardia, N. (2009). Lenguaje y comunicación. San José, C.R. Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana, CECC/SICA. Recuperado en:

<http://unpan1.un.org/intradoc/groups/public/documents/icap/unpan040441.pdf>

Hernández, G.A. y Sánchez, M. (2015) Diseño y evaluación de una lista de chequeo para la elaboración del Consentimiento informado. Colegio Colombiano de Psicólogos (Colpsic). Recuperado de:

<https://issuu.com/colpsic/docs/consentimientoinformadocolpsic/3?e=18058890/35425321>

López Estrada, S. (2012). La realidad social y las violencias: Zona metropolitana de Tijuana. México. Colegio de la Frontera Norte. Recuperado de:

<https://books.google.com.co/books?id=Kr6rCgAAQBAJ&pg=PT323&dq=FACTORES+PROTECTORES+frente+a+LA+VIOLENCIA+contra+la+mujer&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjJ7I-7JTXAhUB7CYKHdutB0AQ6AEIMzAD#v=onepage&q=FACTORES%20PROTECTORES%20frente%20a%20LA%20VIOLENCIA%20contra%20la%20mujer&f=false>

Mateus Sánchez, M. A; (2009). Intervenciones en prevención de la violencia intrafamiliar. Análisis del proceso de implementación en la localidad de Suba. Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá, Colombia. Recuperado de

<http://www.javeriana.edu.co/biblos/tesis/politica/tesis143.pdf>

Maxwell, J. (2016). Liderazgo: Lo que todo líder debe saber. Nashville, Estados Unidos de América. Grupo Nelson. Recuperado en:

<https://books.google.com.co/books?id=OHwUCgAAQBAJ&printsec=frontcover&q=liderazgo&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjo9KC6uJnXAhVJ6yYKHU9WD6AQ6AEIRDAG#v=onepage&q=liderazgo&f=false>

Montero, M. (1984) La Psicología comunitaria: orígenes, principios y fundamentos teóricos. *Revista Latinoamericana de Psicología* No. 3, pp. 387- 400. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80516303>

Montero, M. (2010) De la ética del individualismo a la ética de la otredad: La noción de Otro y la liberación de la psicología. *Postconvencionales. Escuela de Estudios Políticos y Administrativos*. Universidad Central de Venezuela. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4480978>

Musito, O; Herrera, J; Cantera, L & Montenegro, M (2004). *Introducción a la Psicología Comunitaria*. (Capítulo 2 y 3). Ed UOC. Barcelona, España. <http://www.psicosocial.net/grupo-accion-comunitaria/centro-de-documentaciongac/fundamentos-y-teoria-de-una-psicologia-liberadora/psicologia-comunitaria/503-introduccion-a-la-psicologia-comunitaria/file>

- Niño Contreras, M. I. (2014). Estado del arte de la violencia intrafamiliar en Colombia: estudios socio jurídicos. *Revista de Derecho Público*, 33. Universidad de los Andes (Colombia).
- Nieto Zermeño, O M; (2008). Grupo de Pares de Reflexión y Ayuda Mutua (GPRAM): Modelo Emergente para la Intervención Comunitaria. *Psicología Iberoamericana*, 16(1) 36-43. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133915922006>
- Ochoa, A., Castillo, N., Margain, L., García-Zapiraín, B. & Méndez, A. (2013). Blurring organizational issues and social phenomena in the age of technology: a multidisciplinary perspective. Universidad de Deusto: Centro de investigaciones sociales de la Universidad Autónoma de ciudad Juárez. Estados Unidos de Norteamérica. Recuperado en: <https://books.google.com.co/books?id=5-4GBgAAQBAJ&pg=PA269&dq=FACTORES+PROTECTORES+frente+a+LA+VIOLENCIA+contra+la+mujer&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiVgfSg4ZTXAhVJwiYKHcNHCEuQ6AEIOTAE#v=onepage&q=FACTORES%20PROTECTORES%20frente%20a%20LA%20VIOLENCIA%20contra%20la%20mujer&f=false>
- Opazo Carvajal, H; (2011). Ética en Investigación: Desde los Códigos de Conducta hacia la Formación del Sentido Ético. REICE. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/551/55119127005.pdf>
- Paredes, J. M. H., & Ventura, C. A. A. (2010). Consumo de alcohol y violencia doméstica contra las mujeres: un estudio con estudiantes universitarias de México. *Revista Latino-Americana de Enfermagem (RLAE)*, 18, 557–564. Retrieved from <http://bibliotecavirtual.unad.edu.co:2048/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=52932301&lang=es&site=ehost-live>
- Rioseco, L. (2005). Buenas prácticas para la erradicación de la violencia doméstica en la región de América Latina y el Caribe. Chile. CEPAL. Recuperado en: https://books.google.com.co/books?id=v1StYZLfmkcC&pg=PA52&dq=factores+protectores+de+los+derechos+humanos+de+las+mujeres&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjCj-jT_ZjXAhUIdiYKHVnKAM4Q6AEINTAD#v=onepage&q=factores%20protectores%20de%20los%20derechos%20humanos%20de%20las%20mujeres&f=false
- Sánchez Cardozo, D. (2014). Las psicopatologías que se relacionan con la violencia intrafamiliar: investigaciones desarrolladas en Colombia. *Revista de Derecho Público*, (33), 1–27. Retrieved from <http://bibliotecavirtual.unad.edu.co:2048/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=100331648&lang=es&site=ehost-live>
- Sánchez Vidal, A; (2015). ‘Nuevos’ valores en la práctica psicosocial y comunitaria: Autonomía compartida, auto-cuidado, desarrollo humano, empoderamiento y justicia social. *Universitas Psychologica*. Pontificia Universidad Javeriana. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/647/64744107004.pdf>
- Satir, V. (2002). *Terapia familiar paso a paso*. México. Editorial Pax. Recuperado en:

<https://books.google.com.co/books?id=1-1-WcJ-fNAC&pg=PA187&dq=la+buena+comunicaci%C3%B3n+en+la+familia&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjDuOb7iZXXAhVGyyYKHRKyDKAQ6AEIKzAB#v=onepage&q=la%20buena%20comunicaci%C3%B3n%20en%20la%20familia&f=false>

Schonfeld, R. (2000). El liderazgo es un sentimiento: Manual de liderazgo para organizaciones sociales. Buenos Aires, Argentina. GRANICA. Recuperado de: https://books.google.com.co/books?id=IB-kHRCJXBoC&printsec=frontcover&dq=liderazgo&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwj_1-GyuZnXAhWJOyYKHboKDOgQ6AEIJDA#v=onepage&q=liderazgo&f=false

Silvestre, M., Royo, R. & Escudero, E. (2014). El empoderamiento de las mujeres como estrategia de intervención social. DeustoDigital. Bilbao. Recuperado de <http://bibliotecavirtual.unad.edu.co:2125/ehost/ebookviewer/ebook/ZTAwMHh3d19fODcwOTcyX19BTg2?sid=185e6038-10d0-4b47-8395-b6855a89b7e2@sessionmgr101&vid=12&format=EB&rid=1>

Vaca, G. (2012). Cómo ser un buen líder: Principios de liderazgo que cambiaran tu vida para siempre. Estados Unidos de América. Dr. Guido Rafael Vaca. Recuperado en: <https://books.google.com.co/books?id=hRcdil6GCd0C&printsec=frontcover&dq=Qu%C3%A9+es+el+liderazgo&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjZ1vfgvpxAhVE6iYKHSAlBuEQ6AEIKTAB#v=onepage&q=Qu%C3%A9%20es%20el%20liderazgo&f=false>

Villa, J. D. (2012). La acción y el enfoque psicosocial de la intervención en contextos sociales: podemos pasar de la moda a la precisión teórica, epistemológica y metodológica. El Ágora. Universidad San Buenaventura. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/agor/v12n2/v12n2a05.pdf>

Viqueira, V. (2016): Procesos de participación de mujeres y hombres y creación de redes para el impulso de la igualdad. Madrid. Paraninfo, S.A. Recuperado de: <https://books.google.com.co/books?id=DE4jDQAAQBAJ&pg=PA116&dq=factores+para+mejorar+autoestima+en+mujeres&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwi9-8yBmpXXAhXMKyYKHVSsmCYIQ6AEINTAD#v=onepage&q=factores%20para%20mejorar%20autoestima%20en%20mujeres&f=false>

Wiemann, M. (2011). La comunicación en las relaciones interpersonales. España. Aresta. Recuperado en: <https://books.google.com.co/books?id=xsHHilcCfigC&printsec=frontcover&dq=la+comunicaci%C3%B3n&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiTxr3osZnXAhUB2SYKHcizDgoQ6AEILTAC#v=onepage&q=la%20comunicaci%C3%B3n&f=false>

Zambrano, A. & Berroeta, H. (2012). Teoría y práctica de la acción comunitaria: aportes desde la psicología comunitaria. [N.p.]: RIL editores. Recuperado de <http://bibliotecavirtual.unad.edu.co:2051/login.aspx?direct=true&db=edsebk&AN=869102&lang=es&site=eds-live>

MEDICINA LEGAL Y CIENCIAS FORENSES: Boletines estadísticos mensuales. Recuperado el 20 de Septiembre de 2017 en: <http://www.medicinalegal.gov.co/cifras-estadisticas/boletines-estadisticos-mensuales>

MEDICINA LEGAL Y CIENCIAS FORENSES: Boletín Julio de 2014

<http://www.medicinalegal.gov.co/documents/88730/1656998/Forensis+Interactivo+2014.24-JULpdf.pdf/9085ad79-d2a9-4c0d-a17b-f845ab96534b>

http://www.medicinalegal.gov.co/el-instituto/-/asset_publisher/4Of1Zx8ChtVP/content/inmlcf-publica-cifras-sobre-violencia-en-el-dia-de-la-madre-de-los-anos-2015-y-2016?redirect=http://www.medicinalegal.gov.co/el-instituto%3Fp_p_id%3D101_INSTANCE_4Of1Zx8ChtVP%26p_p_lifecycle%3D0%26p_p_state%3Dnormal%26p_p_mode%3Dview%26p_p_col_id%3Dcolumn-2%26p_p_col_pos%3D1%26p_p_col_count%3D5

NACIONES UNIDAS: Derechos Humanos. Recuperado en:

<http://www.ohchr.org/SP/Issues/Pages/WhatareHumanRights.aspx>

SECRETARIA DE INTEGRACIÓN SOCIAL (2016). Se fortalece atención integral para víctimas de violencia intrafamiliar y sexual. Recuperado en:

<http://www.integracionsocial.gov.co/index.php/noticias/95-noticias-familia/1528-se-fortalece-atencion-integral-para-victimas-de-violencia-intrafamiliar-y-sexual>

<http://www.integracionsocial.gov.co/index.php/noticias/95-noticias-familia/1528-se-fortalece-atencion-integral-para-victimas-de-violencia-intrafamiliar-y-sexual>

LISTA DE ANEXOS

- ANEXO A: Formato de Inscripción
- ANEXO B: Evaluación Inicial
- ANEXO C: Consolidación Evaluación inicial
- ANEXO D: Consentimiento informado
- ANEXO E: Diarios de Campo
- ANEXO F: Consolidación Diarios de Campo
- ANEXO G: Taller Autoestima
- ANEXO H: Taller Identificación de violencias
- ANEXO I: Autoevaluación GPRAM
- ANEXO J: Matriz Diarios de Campo
- ANEXO K: Matriz Autoevaluación de impacto
- ANEXO L: Matriz Actividad identificación de violencias
- ANEXO M: Matriz General Evaluación de impacto
- ANEXO N: Video Testimonios sobre el proyecto