

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
DEPARTAMENTO DE EJERCICIO PROFESIONAL  
SUPERVISADO –EPS–**

**“MECANISMOS DE AFRONTAMIENTO UTILIZADOS EN SOBREVIVIENTES DE  
VIOLENCIA INTRAFAMILIAR SEXUAL Y ARMADA DEL CENTRO DE  
ACOMPANAMIENTO PSICOSOCIAL –CAP– DE CRUZ ROJA  
GUATEMALTECA EN VILLA NUEVA”**

**INFORME FINAL DEL EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO  
PRESENTADO AL HONORABLE CONSEJO DIRECTIVO  
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**POR  
JESSICA MARYCRUS BRUNO SUNÚN**

**PREVIO A OPTAR AL TÍTULO DE  
PSICÓLOGA**

**EN EL GRADO ACADÉMICO DE  
LICENCIADA**

**GUATEMALA, NOVIEMBRE DE 2016**

The seal of the University of San Carlos of Guatemala is a large circular emblem in the background. It features a central shield with a figure on horseback, surrounded by various heraldic symbols like castles, lions, and columns. The Latin motto "CETERAS ORBIS CONSPICUA CAROLINA ACCADEMIA COACTEMALTENSIS INTER" is inscribed around the perimeter.

CONSEJO DIRECTIVO  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Universidad de San Carlos de Guatemala

Licenciado Abraham Cortez Mejía  
**DIRECTOR**

M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina  
**SECRETARIO**

Licenciada Dora Judith López Avendaño  
Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez  
**REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES**

Pablo Josue Mora Tello  
Mario Estuardo Sitaví Semeyá  
**REPRESENTANTES ESTUDIANTILES**

M.A. Juan Fernando Porres Arellano  
**REPRESENTANTE DE EGRESADOS**

The seal of the University of San Carlos of Guatemala is a large circular emblem in the background. It features a central shield with a figure on horseback, surrounded by various heraldic symbols like castles, lions, and columns. The Latin motto "CETERAS ORBIS CONSPICUA CAROLINA ACCADEMIA COACTEMALTENSIS INTER" is inscribed around the border.

CONSEJO DIRECTIVO  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Universidad de San Carlos de Guatemala

Licenciado Abraham Cortez Mejía  
**DIRECTOR**

M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina  
**SECRETARIO**

Licenciada Dora Judith López Avendaño  
Licenciado Ronald Giovanni Morales Sánchez  
**REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES**

Pablo Josue Mora Tello  
Mario Estuardo Sitaví Semeyá  
**REPRESENTANTES ESTUDIANTILES**

M.A. Juan Fernando Porres Arellano  
**REPRESENTANTE DE EGRESADOS**



C.c. Control Académico  
EPS  
Archivo  
REG. 871-2016  
CODIPs. 2696-2016

De Orden de Impresión Informe Final de EPS

11 de noviembre de 2016

Estudiante  
Jessica Marycrus Bruno Sunún  
Escuela de Ciencias Psicológicas

Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto DÉCIMO SÉPTIMO (15°.) del Acta SESENTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (67-2016) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 11 de noviembre de 2016, que copiado literalmente dice:

**“DÉCIMO SÉPTIMO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- titulado: **“MECANISMOS DE AFRONTAMIENTO UTILIZADOS EN SOBREVIVIENTES DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR SEXUAL Y ARMADA DEL CENTRO DE ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL –CAP- DE CRUZ ROJA GUATEMALTECA EN VILLA NUEVA”**, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

Jessica Marycrus Bruno Sunún

CARNÉ No. 200917004

El presente trabajo fue supervisado durante su desarrollo por el Licenciado el Licenciado Edgar Alfonso Cajas Mena y revisado por el Licenciado Oscar Josué Samayoa Herrera. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación o Tesis, con fines de graduación profesional.”

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina  
SECRETARIO



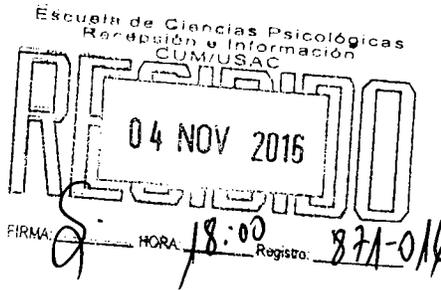
/Gaby



**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**



Reg. 871-2016  
E.P.S. 115-2016



02 de noviembre del 2016

Señores Miembros  
Consejo Directivo  
Escuela de Ciencias Psicológicas

Respetables Miembros:

Informo a ustedes que se ha asesorado, revisado y supervisado la ejecución del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de

**Jessica Marycrus Bruno Sunún, carné No 200917004, titulado:**

**“MECANISMOS DE AFRONTAMIENTO UTILIZADOS EN SOBREVIVIENTES DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR SEXUAL Y ARMADA DEL CENTRO DE ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL – CAP – DE CRUZ ROJA GUATEMALTECA EN VILLA NUEVA.”**

De la carrera Licenciatura en Psicología

Así mismo, se hace constar que la revisión del Informe Final estuvo a mi cargo, en tal sentido se solicita continuar con el trámite respectivo.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

**Licenciado Oscar Josué Samayoa Herrera**  
**COORDINADOR DE EPS**

Expediente



**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**



Reg. 871-2016  
E.P.S. 115-2016

02 de noviembre del 2016

Señores Miembros  
Consejo Directivo  
Escuela de Ciencias Psicológicas

Respetables Miembros:

Tengo el agrado de comunicar a ustedes que he concluido la **revisión** del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de

**Jessica Marycrus Bruno Sunún**, carné No 200917004, titulado:

**“MECANISMOS DE AFRONTAMIENTO UTILIZADOS EN SOBREVIVIENTES DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR SEXUAL Y ARMADA DEL CENTRO DE ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL – CAP – DE CRUZ ROJA GUATEMALTECA EN VILLA NUEVA.”**

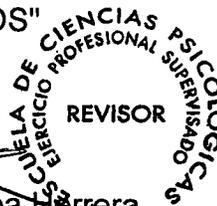
De la carrera Licenciatura en Psicología

Así mismo, informo que el trabajo referido cumple con los requisitos establecidos por este departamento, por lo que me permito dar la respectiva APROBACIÓN.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

  
Licenciado Oscar Josué Samayoa Herrera  
REVISOR



c. Expediente



**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**



Reg. 871-2016  
E.P.S. 115-2016

02 de noviembre del 2016

Licenciado  
Oscar Josué Samayoa Herrera  
**Coordinador del EPS**  
Escuela de Ciencias Psicológicas

Respetable Licenciado:

Informo a usted que he concluido la supervisión del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de

**Jessica Marycrus Bruno Sunún, carné No 200917004, titulado:**

**“MECANISMOS DE AFRONTAMIENTO UTILIZADOS EN SOBREVIVIENTES DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR SEXUAL Y ARMADA DEL CENTRO DE ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL – CAP – DE CRUZ ROJA GUATEMALTECA EN VILLA NUEVA.”**

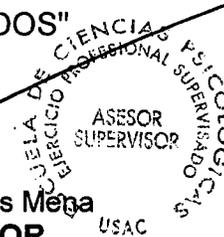
De la carrera Licenciatura en Psicología

En tal sentido, y dado que cumple con los lineamientos establecidos por este departamento, me permito dar mi APROBACIÓN para concluir con el trámite respectivo.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Licenciado Edgar Alfonso Cajas Mena  
**ASESOR-SUPERVISOR**



c. Expediente



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



C.c. Control Académico  
EPS

Archivo

Reg.871-2016

CODIPs.1828-2016

De Aprobación de Proyecto EPS

22 de agosto de 2016

Estudiante:

Jessica Marycrus Bruno Sunún  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto CUARTO (4º.) del Acta CUARENTA Y SIETE GUIÓN DOS MIL DIECISÉIS (47-2016) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 18 de agosto de 2016 que literalmente dice:

“CUARTO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el proyecto de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, titulado: “MECANISMOS DE AFRONTAMIENTO UTILIZADOS EN SOBREVIVIENTES DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR, SEXUAL Y ARMADA DEL CENTRO DE ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL –CAP- DE VILLA NUEVA”, de la carrera de Licenciatura en Psicología, presentado por:

Jessica Marycrus Bruno Sunún

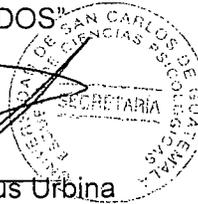
CARNÉ No. 200917004

Dicho proyecto se realizará en Villa Nueva, asignándose al Licenciado Orlando Rodríguez – Supervisor del Proyecto, quien ejercerá funciones de supervisión por la parte requirente y al Licenciado Edgar Alfonso Cajas Mena, por parte de esta Unidad Académica. El Consejo Directivo considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por el Departamento de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, resuelve APROBAR SU REALIZACIÓN.”

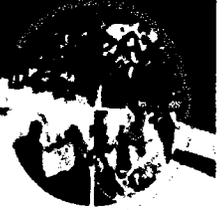
Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

  
M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina  
SECRETARIO



gaby



**Centro de Apoyo Psicosocial -CAP- , Villa Nueva.**

Guatemala 02 de noviembre de 2016

Lic. Josué Samayoa  
Dirección de Ejercicio Profesional Supervisado

El motivo de la presente es para hacer constar que JESSICA MARYCRUS BRUNO SUNÚN que cuenta con numero de carnet 200917004 realizó su ejercicio profesional supervisado en el Centro de Atención Psicosocial – CAP- de Cruz Roja guatemalteca en Villa Nueva a partir del mes de noviembre del año 2015 para el mes de septiembre de 2016 de lunes a viernes en el horario de 8:00 am a 17:00 pm.

Atentamente:

  
Lic. Orlando Rodríguez  
Coordinador de Proyecto

  
Orlando Rodríguez  
Coordinador Proyecto CAP  
Programa de Inclusión Social



**PADRINO DE GRADUACIÓN**

Edgar Alfonso Cajas Mena

LICENCIADO No. 3,308

## ACTO QUE DEDICO

### **Dios:**

Quien me ha permitido contar con vida hasta este momento.

### **A mis padres:**

Estela Sunún García y Mario Lorenzo Bruno Machic. Quienes han estado en todo momento apoyándome, motivando y enseñando a ser una mejor persona cada día, pues con su valentía, amor e incondicionalidad lograron guiarme a cumplir esta meta.

### **A mi hermano:**

Bryan Steve Bruno Sunún. Quien me motiva a ser un ejemplo a seguir, a tener valentía y ser única en cada proyecto a emprender siempre tomando el melodioso de la vida.

### **A mis amigos y familiares cercanos:**

Quienes ayudaron durante el trayecto de estudios con palabras de aliento y apoyo incondicional.

### **Profesionales de la psicología:**

Quienes también compartieron su conocimiento y experiencia de vida en este campo y que hasta el momento es muy valioso para mi, pues me han hecho crecer y querer ser mejor profesional cada día.

**AGRADECIMIENTOS A:**

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

Por la formación académica recibida

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

A CRUZ ROJA GUATEMALTECA

Por haberme brindado el espacio para culminar mis metas.

AL LICENCIADO JOSUE SAMAYOA COORDINADOR DE EPS

Por su apoyo en el proceso.

A MI PADRINO EDGAR ALFONSO CAJAS MENA

Por la supervisión del informe final y proceso de EPS.

Por el apoyo que me proporciono, por las  
valiosas aportaciones académicas brindadas que ayudaron a enriquecer el  
presente informe. Por confiar y creer en mi.

## ÍNDICE

	Pág.
<b>CAPITULO I</b>	
<b>ANTECEDENTES Y PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>	<b>1</b>
<b>CAPITULO II</b>	
<b>OBJETIVOS</b>	
<b>GENERAL Y ESPECIFICOS</b>	<b>5</b>
<b>REFERENTE TEÓRICO CONCEPTUAL</b>	<b>6</b>
<b>REFERENTE METODOLÓGICO</b>	<b>26</b>
<b>CAPITULO III</b>	
<b>ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS</b>	<b>42</b>
<b>CONCLUSIONES</b>	<b>62</b>
<b>RECOMENDACIONES</b>	<b>64</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	<b>66</b>

## RESUMEN

La psicología busca realizar un trabajo de manera integral en los diferentes espacios donde se tenga la oportunidad de intervenir, en esta ocasión se tuvo la oportunidad de trabajar bajo la rama de la psicología social comunitaria.

El Ejercicio Profesional Supervisado – EPS- se logra realizar en el Centro de Atención Psicosocial – CAP- de Cruz Roja Guatemalteca ubicado en el municipio de Villa Nueva, donde el trabajo se adecua a la rama de la psicología que se trabajó. En esta institución se trabaja con personas víctimas de violencia sexual y armada tanto de manera individual como colectivo, donde se han buscado diferentes espacios de interacción con comunitarios de las comunidades aledañas del centro de Villa Nueva.

Durante la ejecución del EPS se realiza trabajo en primer momento de manera individual con las personas que son referidas de instituciones como el Ministerio Público de Villa Nueva, PGN, escuelas, oficina municipal de la mujer y organizaciones no gubernamentales que brindan apoyo a la comunidad en otras áreas. Estas personas inician un proceso legal con una denuncia o son casos detectados por estas instancias, quienes como ayuda integral se les brinda la opción de contar con el apoyo individual psicosocial de manera gratuita.

Este apoyo individual que se brinda no tiene solo un objetivo clínico, si no que busca desde una visión psicosocial ir generando cambios en la persona, cambios que lleguen a impactar a nivel comunitario y no solo a sí misma como si fuera ajena a lo que la rodea. Se buscó complementar con actividades comunitarias donde la interacción y aplicación de lo aprendido se compartiera y los resultados sean más evidentes a largo plazo.

Como segundo momento se inicia un trabajo comunitario, donde se crea un grupo de autoayuda con mujeres víctimas de violencia armada, sexual, intrafamiliar y vandalismo, con quienes se trabajó de manera mensual y que por referencia de las diferentes instituciones con las que mantiene contacto el CAP se les logró

convocarlas, sin embargo, cada una de ellas contaban con un acompañamiento individual psicológico brindado por la institución de donde eran referidas, ya que se tomó como requisito para poder integrar el grupo.

Debido a todas estas situaciones relacionadas con la violencia que se han vuelto tan cotidianas para esta población, se busca identificar esas formas en que son afrontadas y que en muchas ocasiones solo se dice que se naturaliza cuando no es así, pues al realizar este trabajo e interactuar con las víctimas se observa que es un mecanismo más de afrontamiento y que detrás de esa naturalización de la violencia hay mucho más por entender y trabajar.

Por ello se busca conocer esos mecanismos de afrontamiento que utiliza esta población, la manera en que los utiliza y los medios con los que cuenta y que hasta el momento se han valido de ellos para seguir adelante o de la deficiencia de medios con los que se cuenta e imposibilitan un avance en la comunidad.

La investigación realizada permitió tener una visión acerca de los mecanismos, ya que detrás de cada uno de ellos se logró identificar una necesidad por cubrir diferente, sin embargo, con un mismo objetivo, que es el de aliviar un dolor o superar una etapa de vida difícil.

Para esta investigación se mantuvieron diversas conversaciones y entrevistas informales con diferente población, pues el objetivo de la misma es crear teorías y conocimientos para así poder compartir los resultados desde la perspectiva de las mismas víctimas, desde lo que cada una de ellas expreso y quiso compartir. Este es el mejor beneficio de realizar EPS pues es desde el campo donde la realidad y la experiencia superan toda teoría y suposiciones creadas a partir de lecturas que en su mayoría no fueron generadas por población de nuestro país, si no totalmente diferentes a nuestra cultura y época que si bien sirven como apoyo a la construcción de conocimiento no depende todo de ello.

## INTRODUCCION

La realización del Ejercicio Profesional Supervisado permite encontrarse con la realidad de muchas problemáticas que afectan a nuestro país, principalmente la de la violencia que hoy en día es lo que más afecta y principalmente al municipio de Villa Nueva que actualmente se encuentra aumentando en índice de violencia en cualquiera de sus manifestaciones.

Este trabajo que a continuación se presenta muestra los mecanismos de afrontamiento más utilizados por la población que asiste al Centro de Acompañamiento Psicosocial – CAP- de Cruz Roja Guatemalteca en Villa Nueva quienes han sido víctima de algún tipo de violencia principalmente armada, sexual e intrafamiliar.

El trabajo que se realizó dentro de este centro consistió en realizar un acompañamiento tanto individual como colectivo a estas personas que han pasado por un evento traumático relacionado a la violencia y que en el actualidad las secuelas de la misma aún permanecen pues no se han trabajado por falta de medios o alternativas para superarlas y esto mismo impide que las víctimas avancen y logren hacer cambios en sus vidas, de quienes los rodean y hasta de su misma comunidad.

Aunque no solo consistió en el acompañamiento individual y las acciones de formación grupal, también contó con un proceso investigativo del cual se tiene como resultado este informe, donde se muestra desde la perspectiva de la misma gente esas teorías que muchas veces solo las conocemos en papel pero no en la realidad que nos rodea y que cuenta con tanta necesidad para trabajar.

El objetivo del trabajo era conocer esas formas en que estas víctimas de violencia no solo van afrontando las problemáticas surgidas a raíz de un evento violento, sino también como lo afrontaron en el momento, pues el resultado de cómo se manejó en su momento es el reflejo del accionar que se observa en la actualidad, ya que muchos de ellos han callado por años y la razón de su actuar, pensar y sentir va

siempre vinculado a ese tipo de eventos que marcaron una niñez, una adolescencia y una adultez.

Pero no solo el conocer esos mecanismos de afrontamiento era el objetivo principal sino también conocer los resultados obtenidos de dichas acciones tanto positivas como negativas, los cuales se compartieron por las mismas víctimas por medio de reflexiones quienes indicaban los logros obtenidos y que habían beneficiado no solo a ellos sino también a quienes los rodeaban, por el contrario, también compartieron la manera en que afectó negativamente utilizar algunos mecanismos y que incluso en la actualidad aún seguían afectando.

Durante la realización de la investigación tanto en las sesiones individuales que se brindaron como en el trabajo que se realizó con el grupo de auto ayuda se identificaron muchas problemáticas psicosociales que impiden a la población avanzar o contar con alternativas para accionar de una manera diferente pues simplemente se va tomando lo que se tiene al alcance.

Los principales problemas psicosociales que se logran identificar debido a que su manifestación es muy evidente y constante fueron la pobreza y no solo material haciendo distinción del termino pues también se ve otro tipo de pobreza refiriéndose a la pobreza de salud mental, económica y superación. También se evidencia la desigualdad, la discriminación y desempleo por falta de educación o analfabetismo.

Dichas problemáticas son el resultado de un decadente sistema que no ha buscado más que su propio beneficio y ha dejado a un lado las necesidades de la población que no cuenta con suficientes recursos para sobrellevar una vida estable.

Este trabajo se divide en tres capítulos de contenido, el primero de ellos se presenta los antecedentes y planteamiento del problema donde se explica a manera de experiencia psicosocial y profundizada el origen de la investigación y la problemática que se trabajó.

En el segundo capítulo se presentan los objetivos (principal y específicos) en los cuales se basaron los lineamientos a trabajar y los resultados que se deseaban obtener. También se cuenta con el referente teórico donde se explica del por qué la

utilización de dicha teoría y por supuesto respaldando lo actuado durante la realización del EPS.

Como última parte del segundo capítulo también se presenta la metodología empleada a lo largo de la realización del EPS, las técnicas e instrumentos que sirvieron de vital apoyo para la recaudación de la información, los resultados que de estos se obtuvieron y de qué manera se utilizaron, todo adecuándose a las condiciones y población que se atendió.

Y por último en el tercer capítulo se presenta en su primera parte el análisis y discusión de resultados donde se presenta lo que se obtuvo durante todo el proceso de EPS, las limitaciones que se presentaron, los avances, los problemas y los desaciertos que surgieron a partir de la práctica e investigación siempre con una perspectiva psicosocial.

Como segunda parte se encuentran las conclusiones y recomendaciones basadas en los hallazgos y debilidades que se dieron durante el EPS en los distintos espacios en lo que se trabajó con la víctimas de violencia.

La realización de este trabajo se torna importante no solo para la universidad quien por medio de ello puede ir conociendo nuevos procesos, poblaciones y temáticas para continuar abordando y no dejar en pausa el trabajo que se inicia en estas comunidades, sino también para la población con la que se trabajó pues por medio de esto se puede devolver un poco de todo lo que compartieron para la realización del mismo, ya que para muchos no fue fácil hacerlo, contar con la apertura y confianza de ellos ha sido un privilegio.

Por ello es importante continuar trabajando en estos proyectos para aperturar más espacios como estos donde permitan a la población construir conocimiento que nos motive a seguir trabajando y así obtener más cambios para nuestra sociedad. El impacto que genera la realización de este trabajo solo será evidenciado si continuamos con el trabajo iniciado y le devolvemos a la población lo que ha construido en conjunto con nosotros en la creación de estos informes.

## **CAPÍTULO I**

### **ANTECEDENTES Y PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

El Centro de Acompañamiento Psicosocial – CAP – de la Cruz Roja Guatemalteca en Villa Nueva brinda atención a personas que han sido o son actualmente víctimas de violencia sexual, intrafamiliar y violencia armada, estas personas que en su mayoría son del sexo femenino cuentan con muchas limitantes donde se encuentran habitando, por ejemplo; Inseguridad, problemas económicos, falta de educación, vivienda y falta de conocimiento de redes de apoyo. Dichas limitantes vulneran a la mujer ante varias situaciones de violencia, debido que muchas de ellas se ven implicadas de manera directa o indirecta con personas miembros de pandillas exponiéndose no solo a sí mismas si no a quienes las rodean en peligro, otras de ellas por falta de educación y no tener posibilidad de un mejor trabajo toleran las situaciones de maltrato físico y verbal en el hogar con la condición que sus hijos cuenten con los servicios básicos para sobrevivir.

A pesar de las situaciones difíciles en las que estas mujeres se han encontrado han sabido superar dichos obstáculos y actualmente se encuentran trabajando por reconstruirse y evitar regresar a esas situaciones de violencia, aunque no se pueda evitar en algunos escenarios la reproducción inconsciente de esa misma violencia a la que se le huye.

Estos escenarios de violencia sexual, violencia armada y violencia intrafamiliar, son los prioritarios a trabajar con las personas que asisten al CAP, puesto que en el municipio de Villa Nueva y sus diversas comunidades son muchas las manifestaciones de violencia que se evidencian y el alcance de trabajo se vuelve limitado ante muchas problemáticas que se generan a raíz de los distintos escenarios de violencia evaluados. Como institución la Cruz Roja Guatemalteca busca brindar apoyo a las personas que lo necesitan teniendo siempre neutralidad al acoger a las personas con escasos recursos, así mismo busca brindar el apoyo a estas mujeres que lo necesitan, en este caso psicológico pues son sobrevivientes de diversas manifestaciones de violencia, desintegración familiar, pérdida de

trabajo, pérdida de hogar y demás cosas materiales, baja autoestima, daños a terceros principalmente a sus hijos y parejas sentimentales.

Las distintas manifestaciones de violencia constituyen formas habituales de mantener la sujeción y la posición subordinada que se caracteriza en sociedades patriarcales como la nuestra, para lo cual se utilizan diversos mecanismos que son producto de una larga tradición cultural, los que se reflejan en una relación de poder cuya consecuencia directa es la violencia cotidiana en la que nos vemos inmersos en nuestra actualidad, afectando distintas áreas de nuestro país.

La violencia intrafamiliar que se trabaja en el CAP, es un problema social que afecta en gran medida a cualquier miembro del núcleo familiar independientemente de su rol, sexo y edad; estas personas pueden ser agentes o víctimas de una relación de abuso, identificándose los tipos y formas de agredir: física, sexual y emocional. Estas personas que son sometidas a situaciones de violencia dentro del hogar presentan una debilitación gradual de sus defensas físicas y psicológicas lo cual afecta la salud y vemos como algunas de estas personas empiezan a somatizar enfermedades como dolores de cabeza, cuerpo, problemas digestivos y dificultades para dormir.

Cuando mencionamos el abuso sexual se ha encontrado que va de la mano con la violencia intrafamiliar, en la mayoría de casos vistos con personas del sexo femenino tanto adolescentes como personas adultas, pero cabe mencionar que algunas de estas mujeres que actualmente tiene una familia y se encuentran casadas, tuvieron algún evento traumático de violencia sexual de jóvenes o en la actualidad por sus parejas sentimentales quienes ellas al resistirse debido a la violencia a la cual son sometidas frecuentemente son obligadas a mantener relaciones sexuales para seguir cumpliendo su rol como esposa y evitar también la agresión hacia ellas o sus hijos.

Estos tipos de violencia se originan en las familias cuando un miembro de este posee mayor poder, aprovechándose de esta situación abusa de otro más vulnerable, este desequilibrio de poderes está generalmente dado por el género y por la edad. Al mencionar la diferencia de género nos referimos al constante

machismo que hay en nuestro país pues en muchas circunstancias la mujer debe actuar siempre sumisa frente a su esposo y no porque así deba ser sino por la concepción que se ha creado en muchas de ellas y no solo en las áreas rurales, dicha concepción trae consigo un largo recorrido histórico cargado de ideas religiosas, moralistas y sociales que generan represión, culpabilidad o rechazo en ellas y así es como se genera la reproducción de la misma violencia.

Dentro del municipio de Villa Nueva otra manifestación de violencia muy frecuente es la violencia armada, cuando nos referimos a esto hablamos de aquellos actos violentos en los que se ha utilizado cualquier tipo de arma de fuego, arma blanca, extorciones o amenazas de muerte, este tipo de violencia es ejercida principalmente a los choferes de buses quienes viven en constantes amenazas que atentan contra su vida y las de su familia esto por el pago de extorciones que en ocasiones no son pagadas a los distintos grupos delictivos que habitan en este municipio y por ello toman represalias contra ellos.

Estas personas que son víctimas de violencia armada en su mayoría no sobreviven y las pocas personas que si lo hacen quedan con algunas limitaciones físicas y psicológicas. Como secuela les son lesionadas algunas partes del cuerpo lo cual deja alguna discapacidad física o cerebral y en otros casos la amputación de un miembro o varios. Convirtiendo a estas personas en víctimas primarias de la violencia armada y como víctimas secundarias a sus familias y quienes los rodean, pues las problemáticas surgen a partir de ello, ya que estas situaciones dan pauta al desempleo, problemas familiares, diferencias entre pareja, baja autoestima, depresión y la generación de más enfermedades físicas.

Otro escenario que se da ante este tipo de violencia es cuando la persona no sobrevive al evento, la familia queda como víctima primaria quienes padecen las consecuencias económicas, ya que en algunas familias el único ingreso monetario es por parte del padre, depresión, reproducción de la violencia pues algunas personas buscan venganza, problemas escolares con los hijos de las víctimas y duelos no resueltos. Todas estas secuelas de la violencia armada también se dan con otros tipos de víctimas no necesariamente choferes, también con personas

amenazadas por algún negocio, tierras o víctimas de balas perdidas por estar presente en algún tiroteo entre pandillas.

A medida que se comprende que la violencia es una forma de control donde la persona pierde su libertad, valía y dignidad, se incorporan al análisis aspectos sociohistóricos, económicos, educativos y culturales, pero que a su vez las situaciones generadas por todo esto les ha permitido a la población generar distintos mecanismos de afrontamiento tanto positivos como negativos, solo utilizando los recursos con los que se cuentan y que les ha permitido seguir avanzando en su diario vivir aunque eso implique solo integrarse a la dinámica de una sociedad para producir y no haya proactividad para un cambio de dinámica. Esto permitiendo seguridad y confianza como un ser individual y social, es por ello que importa conocer la manera en que se ha afrontado la violencia.

## **CAPÍTULO II**

### **OBJETIVOS**

#### **GENERAL:**

Conocer las maneras de afrontamiento empleadas por mujeres sobrevivientes, durante y después de un hecho de violencia sexual e intrafamiliar conociendo así los logros obtenidos y dificultades surgidas.

#### **ESPECIFICOS:**

- Conocer las formas de afrontamiento de cada sobreviviente para superar un hecho de violencia y reflexionar sus resultados y daños colaterales.
- Trabajar grupalmente el apoyo, orientación y confort a mujeres que han roto el silencio para denunciar los hechos de violencia y así propiciar responsables que trabajen para sus comunidades.
- Rescatar las experiencias de las mujeres líderes y hombres sobrevivientes de violencia sexual, intrafamiliar y armada para compartir y motivar a más personas.

## REFERENTE TEÓRICO CONCEPTUAL

Actualmente el municipio de Villa Nueva es uno de los municipios con mayores indicios de violencia y etiquetado para el estado como zona roja haciendo referencia que es uno de los más peligrosos, ante ellos muchas instituciones trabajan y crean proyectos para poder no solo prevenir sino también intervenir ante cualquier hecho de violencia, entre estas instituciones se encuentra la Cruz Roja Guatemalteca quien brinda auxilio a la población que se encuentre en riesgo o desastre, ya que cuyo fin es proteger la vida y la salud humana.

En el centro de Villa Nueva se apertura un Centro de Acompañamiento Psicosocial – CAP- quien brinda apoyo psicosocial a personas que son víctimas de violencia sexual, intrafamiliar y armada, siendo en su mayoría mujeres pero también se atienden niños, adolescentes y personas del sexo masculino sobre casos de violencia armada quienes cuentan como consecuencia con impedimentos físicos. A nivel comunitario este año se apertura un espacio solamente de mujeres víctimas de cualquier tipo de violencia con quienes se crea un grupo de autoayuda y un plan de trabajo con temporalidad.

Cada caso y grupo cuenta con un escenario de violencia distinta y las naturalezas en que estas surgen también lo son, pero así mismo se evidencia la reproducción de la misma y sus consecuencias negativas a la comunidad, las cuales se mencionaran e irán definiendo conforme al contexto donde se encuentran las víctimas, pero así mismo también como han surgido alternativas de afrontamiento a la violencia, los diversos mecanismos utilizados por estas personas sobrevivientes y las distintas limitantes que se presentan para resolver estos temas tan complejos relacionados a la violencia.

Es ahí donde se parte, definiendo a LA VIOLENCIA y sus diversas manifestaciones trabajadas, pues se define como una acción ejercida por una o varias personas en donde se somete de manera intencional al maltrato, presión sufrimiento, manipulación u otra acción que atente contra la integridad tanto físico como psicológica y moral de cualquier persona o grupo de personas.

Es así como se ve reflejado lo anterior en las comunidades del municipio de Villa Nueva, las mujeres que son sobrevivientes de violencia han pasado por maltratos físicos y verbales por parte de sus cónyuges, hijos e incluso personas ajenas al núcleo familiar, quienes las manipulan para que realicen diversas actividades en contra de su voluntad o amenazan contra la vida de sus hijos, padres o personas cercanas a las víctimas, generando en ellas un miedo constante y un instinto de supervivencia, llevándolas a tolerar todo tipo de abuso hacia su persona en determinado tiempo, puesto que actualmente estas personas que acuden al – CAP- son personas que ha decidido romper el silencio y en su mayoría cuentan con un proceso legal.

Guatemala está atravesada por diversas clases de violencia que se manifiestan diariamente, afectando diversas áreas del país como la educación, salud, seguridad y economía, esto generado por diversas causas, entre ellas se pueden mencionar las identificadas dentro de la población atendida:

- El alcoholismo: varios de los casos que se registraron las mujeres que son agredidas por sus compañeros conyugales, están bajo el efecto del alcohol.
- Fuerte ignorancia que hay de no conocer mejor vía para resolver las cosas: no saben que la mejor forma de resolver un fenómeno social es conversando y analizando qué causa eso y luego tratar de solucionarlo.
- Falta de comprensión hacia los niños: Muchas madres por falta de formación y conocimiento maltratan a sus hijos, y generan así violencia o reproducen en su mayoría de veces pues resulta que ellas también han sido víctimas.
- La drogadicción: es otra causa de la violencia, muchas personas tratan de escapar así de la realidad pero cuando se ven limitados a adquirir dichas sustancias, roban, golpean o incluso hasta matan, siendo así principales actores de violencia.
- Falta de educación: debido al poco acceso que se tiene en varias regiones del país a tener una educación digna, gratuita y de buena calidad surge; la ignorancia, limitaciones de un buen trabajo o una mejor calidad de vida económica y para

obtener un sustento o vida cómoda se buscan alternativas que generan violencia para conseguirlo.

- Corrupción: Es un tema muy extenso, pero surge desde las autoridades de mayor importancia hasta en lo más mínimo, un país que es gobernado bajo corrupción genera más corrupción, por tanto descontento en la población y se tiende a actuar por impulsos buscando así el castigo y generando violencia.

La violencia se origina en la falta de consideración hacia la sociedad en que vivimos, si creamos mayor conciencia en nosotros mismos, si analizamos que la violencia no es la mejor forma de alcanzar las metas, de seguro nuestra sociedad crecería y se desarrollaría.

La violencia es mucho más que delincuencia, sea robo de automóviles, de viviendas, atracos en la vía pública, narcomenudeo o secuestros extorsivos. La violencia es la matriz histórica en que se viene desarrollando la sociedad guatemalteca desde hace mucho tiempo, las causas de la violencia van más allá de lo mencionado, la violencia actual es el resultado de acontecimientos pasados y que han dejado como secuela todos los eventos que actualmente se atraviesa como país.

A pesar que se cuenta con diversas manifestaciones de violencia se mantienen en común los EFECTOS DE LA VIOLENCIA o secuelas que esto deja en cada persona, entre ellas se pueden mencionar: el distanciamiento de los miembros de una familia y las mutaciones en su comportamiento o actitudes mentales. Los efectos pueden ser clasificados en: psicofísicos y psicosociales, específicos y genéricos o generales.

Los efectos psicofísicos son aquellos que producen cambios psíquicos o físicos, en un mismo acto. Los Psíquicos hacen referencia a la desvaloración, baja autoestima y estrés emocional producido por las tensiones que produce el maltrato en las víctimas, por ejemplo se pueden mencionar las secuelas que manifestaron las personas con las que se tuvo contacto; una baja en su rendimiento laboral, educativo y cotidiano, ya que las tensiones emocionales dificultan la concentración.

En cuanto a los físicos se manifestaron en forma de hematomas, heridas abiertas, fracturas, quemaduras, etc. En el acto sexual también se presenta violencia cuando este se produce en forma forzada, produciendo cambios en la personalidad y alteraciones en las relaciones con el violador, marido o compañero permanente o con los otros miembros de la familia.

Los efectos psicosociales se dividen en internos y externos. Los primeros son aquellos que generan la marginación, la exclusión y la violación de los derechos fundamentales de la mujer y los niños. Cuando se presenta un maltrato hacia la mujer esta se ve obligada a aislarse de ciertas actividades sociales, de relaciones interfamiliares y hasta en su propio hogar. Dentro de la exclusión se ven afectados los niños, podemos mencionar según lo identificado; una madre marginada forzosamente por la violencia intrafamiliar no puede brindar a sus hijos el amor que necesitan, lo que puede llevar a estos niños a la drogadicción, la prostitución, embarazos tempranos y la delincuencia.

Dichos efectos se ven reflejados en las personas que acuden al –CAP- quienes tratan y han logrado superar dichos efectos de diversas maneras, utilizando los medios con los que cuentan o con los que se les puede facilitar cuando solicitan el apoyo de alguna institución que brinde un servicio público, esto depende también del tipo de violencia que fue ejercida en la persona, mencionando los tipos de violencia que se trabajaron con la población de Villa Nueva en el –CAP- se pueden mencionar:

**LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR:** es toda acción u omisión protagonizada por los miembros que conforman el grupo familiar, este puede ser por afinidad, sangre o afiliación y que transforma en agresores las relaciones entre ellos causando daño físico, psicológico, sexual, económico o social a uno o varios de ellos.

Este maltrato se evidencio en actos como:

- Físico: Actos que atentaron o agredieron el cuerpo de la persona tales como empujones, bofetadas, golpes de puño, golpes de pies, etc.

- Psicológico: Actitudes que tuvieron como objetivo causar temor, intimidar, y controlar las conductas, sentimientos y pensamientos de la persona a quién se está agrediendo como las descalificaciones, insultos, control, etc.
- Sexual: Imposición de actos de carácter sexual contra la voluntad de la otra persona. Como por ejemplo exposición a actividades sexuales no deseadas, o la manipulación a través de la sexualidad.
- Económico: No cubrir las necesidades básicas de la persona y ejercer control a través de recursos económicos.

Cuando una pareja está empezando su relación es muy difícil que aparezca la violencia. Cada miembro de la pareja muestra su mejor faceta. La posibilidad de que la pareja termine es muy alta si ocurriera algún episodio de violencia.

La dinámica de la violencia intrafamiliar existe como un ciclo que pasa por tres fases, las que difieren en duración según los casos. Es importante aclarar que el agresor no se detiene por sí solo. Se necesitan factores como: que la pareja permanezca junto a él, que la pareja no tenga decisión propia y sumisión, de lo contrario el ciclo va a comenzar una y otra vez y con más violencia.

Otra manifestación con la que se trabajó fue la VIOLENCIA SEXUAL: Este tipo de violencia a nivel general se define como los actos agresivos que mediante el uso de la fuerza física, psíquica o moral reducen a una persona a condiciones de inferioridad para imponer una conducta sexual en contra de su voluntad. Este es un acto que busca fundamentalmente someter el cuerpo y la voluntad de las personas.

Estos eventos lastimosamente son muy frecuentes en las personas que acuden para solicitar un apoyo psicosocial, no habiendo una edad estipulada, sin embargo, las víctimas son mujeres en su totalidad, desde niñas hasta personas adultas quienes en el mayor de los casos fueron abusadas sexualmente en su infancia o adolescencia, pero las circunstancias, la falta de recursos y conocimiento de apoyo en instituciones públicas impidieron que se tuviera un proceso adecuado que le permitiera sanar heridas, encontrar nuevas alternativas de afrontamiento y reconstrucción de sí mismas y su entorno. Hoy en día aún se busca cerrar ese

capítulo de sus vidas pues ha traído consigo daños colaterales o reproducción de la misma violencia con quienes rodean a estas personas.

Como bien se menciona las personas que han sido víctimas de violencia sexual no son solo personas adultas sino también menores quienes han tenido que pasar por este suceso desagradable en sus vidas, aunque hoy por hoy se tenga un proceso legal esto se ve afectado puesto que por ser menores fueron amenazados o engañados para que no se hablara en el momento que se estaba siendo abusado, sino en su mayoría se rompe el silencio mucho tiempo después, incluso años después de que sucedieron los abusos.

Debido a que los abusos sexuales se dan en diferentes edades, los efectos que generan estos eventos traumáticos son distintos en cada etapa, entre ellos se mencionan los siguientes, que se pudo identificar varias personas de la población trabajada:

Los efectos en adultos que han sobrevivido a la violencia sexual durante la niñez o adolescencia:

- Depresión
- Ansiedad
- Distorsiones cognitivas
- Sufrimiento emocional exteriorizado
- Dificultades interpersonales
- Dificultades sexuales

Efectos de la violencia sexual a nivel general:

- Recuerdos vividos.
- Pesadillas.
- Sensación de adormecimiento.
- Aislamiento voluntario de la familia, amigos y demás personas que lo rodean.
- Pensamientos recurrentes que permanecen en la mente.
- Intelectualización del incidente.
- Distracciones.

- Aumento del uso de drogas o alcohol.
- Involucrarse en conductas de alto riesgo.
- Evitar lugares, actividades o personas que le recuerden el abuso sexual.
- Estrés postraumático (cuando el evento es reciente).

Se observa como La Violencia Sexual en Niños y/o Adolescentes; se da dentro de una cultura patriarcal en la que el hombre es considerado superior, ante ello se deben analizar los roles sexuales tradicionales y el poder real del agresor sobre la víctima/ sobreviviente. La logró identificar como la responsabilidad se centrar en el agresor y no en la persona que sufrió el abuso sexual, ya que se busca un castigo legal o por sus propias manos (venganza), dejando a un lado la integridad psíquica del menor, sus sentimientos, miedos, inseguridades, dolor y limitaciones que trae consigo dicho acto, pues es a lo que menos se le pone atención al inicio y se deja como última opción para accionar en la mayoría de casos por parte de su familia, algunos de los efectos más frecuentes identificados son:

- Todos los miembros de la familia se ven afectados, pero sobre todo la persona responsable y niña, niño y/o adolescente.
- Produce alteraciones cognitivas, emocionales y conductuales, a corto, mediano y largo plazo.
- Se produce una sexualización traumática.
- Si un familiar comete la violencia sexual, el menor o adolescente abusado se sentirá traicionado y creará que su obligación es guardar silencio para no divulgar el secreto generando esto un silencio de probablemente años para que pueda denunciarse.

Otra manifestación más frecuente de la violencia en este sector y con altos índices de sucesos es la VIOLENCIA ARMADA: es uno de los principales obstáculos para el desarrollo de la comunidad. Su impacto sobre el bienestar de las personas y las comunidades y el efecto nocivo que tiene sobre las instituciones y la economía hacen que la reducción de la violencia armada sea una prioridad para las instituciones públicas y privadas de desarrollo.

Este es el caso para el municipio de Villa Nueva donde se presentan un gran número de actos delictivos, donde utilizan armas de fuego o blanca, en su mayoría se dan actos como asalto a mano armada en cualquier lugar de las calles, extorsiones, asesinatos, balaceras y amenazas. Las personas que acuden solicitando un apoyo psicológico por este tipo de violencia principalmente son personas del sexo masculino quienes se dedicaban a ser pilotos de autobuses, pero por falta de pago a las extorsiones que estos son obligados a pagar se les envía a agredir con armas de fuego, los pocos sobrevivientes de estos ataques en nuestro país quedan con una discapacidad física en su mayoría, pues de alguna manera reciben algún impacto de bala o golpe durante el suceso.

También se cuenta con las víctimas del sexo femenino quienes son esposas o madres de hijos u otro familiar asesinado, cuidadores de una víctima de violencia armada viva como también niños que han quedado en la orfandad o también sufren las secuelas de los ataques realizados. Si bien estas personas no fueron víctimas directas del ataque se encuentran afrontando las consecuencias que esta ha dejado en sus familias, comunidades, escuelas y trabajos, pues se convierten en daños colaterales ante la sociedad.

Al mencionar a las personas como daños colaterales nos referimos a lo que refiere Z. Bauman (2011): *“Sin embargo, es en el campo del análisis social donde el concepto adquiere las dimensiones más drásticas de la desigualdad: en nuestro mundo contemporáneo los pobres son privados de oportunidades y derechos y, de este modo, se convierten en los candidatos "naturales" al daño colateral de una economía y una política orientadas por el consumo.”*

Podemos adecuar el término pobre en este ámbito a las personas con escasas oportunidades de defenderse, de contar con mejores condiciones de vida, seguridad y salud. En su mayoría estas personas que se convierten en daños colaterales de la violencia armada no es nada más ni nada menos que la deficiencia de un accionar del estado pues no se les brindan las condiciones para prevenir estos sucesos y más aún después de haber vivido dichos traumas tampoco se responsabiliza por las secuelas de la misma.

Las huellas que deja la violencia independientemente de su manifestación en estas personas han sido y se mantiene muy grandes, debido que a la falta de recursos o redes de apoyo proceden a naturalizar todo lo relacionado y si bien no se está de acuerdo se aprende a callar manteniendo así a las personas en una lucha constante de pensamientos, acciones e ideología.

Estos acontecimientos se ven de manera cotidiana; donde los pilotos de autobuses y comerciantes de las comunidades temen por su vida y que no les suceda nada porque no han cancelado dicha extorsión, donde las familias temen frecuentar o pasar algunos lugares por la inseguridad que se vive y temer por recibir alguna bala perdida, ser asaltados o secuestrados. Son escenarios que mantienen vulnerable a una comunidad entera y esa misma vulnerabilidad mantiene una herida abierta llena de daños psicológicos, económicos, familiares y sociales que limitan al progreso de quienes están en una constante lucha y sus próximas generaciones que se encuentran en crecimiento.

Se identificaron algunos contextos en los que se dan estos eventos de violencia armada:

- Fragilidad.
- Por motivos políticos/ militares.
- Conflictos ideológicos.
- Disputas de tierras o territoriales
- Diferencias étnicas o religiosos.
- Inseguridad y descuido total por parte del estado.

Dicha violencia también se ve en otros pobladores como: docentes, estudiantes, profesores, sindicalistas del sector o funcionarios de educación, y también contra quienes llevan a cabo tareas humanitarias o de desarrollo con el fin de contar con un ambiente más sano y seguro pero que se ven amenazados pues a muchas estructuras delictivas y del estado mismo no les conviene un creciente desarrollo en estas comunidades.

Estos incidentes entrañan el empleo deliberado de la fuerza, de forma que trastorne e impida la prestación de servicios educativos, prive a las personas de su derecho a la educación de calidad y las ponga en peligro, en lugares que deberían brindarles protección.

Como víctimas primarias, a las personas que quedan con impedimentos físicos se busca brindar un acompañamiento psicosocial integral, refiriéndonos a que pueda recibir no solo el apoyo psicológico individual, sino también apoyo médico, fisioterapéutico y la construcción de nuevas herramientas de vida para verse y sentirse nuevamente con un propósito pero sobre todo recuperar su independencia, movilidad y sentido de vida que ha sido arrebatada por este cambio tan abrupto de la realidad y situación en la que se vive en esta sociedad.

Otros son los casos donde las víctimas secundarias (hijos, esposa, padres, familia, etc.) pasan al papel de víctimas primarias cuando la persona fallece y estas quedan sin un apoyo o soporte, duelos no resueltos, impunidad ante un proceso legal sin resolver o sin algún tipo orientación para continuar.

Ante estas diversas situaciones se generan problemáticas que se ven reflejadas en cada una de las personas, familias y comunidades con las que se trabajaron, entre ellas se pudieron identificar:

- Problemas económicos.
- Problemas escolares o bajo rendimiento escolar.
- Vandalismo.
- Búsqueda de ajuste de cuentas.
- Duelos no resueltos.
- Reproducción de la violencia.
- Abuso de sustancias y alcohol.

Sin embargo uno de los factores que han contribuido a la reproducción de la violencia principalmente armada es la situación de POBREZA en que se encuentran estas comunidades, viendo desde varias perspectivas el término, principalmente

como concepto material; la falta de recursos económicos, bienes y los servicios básicos que no son cubiertos.

Baratz y Grigsby (1971) hablan de la pobreza como *“una privación severa de bienestar físico y bienestar mental, estrechamente asociada con inadecuados recursos económicos y consumos”* (pag.120).

Como vemos esto está ligado no solo a la carencia de recursos materiales donde las personas se ven limitadas para generar nuevos recursos de vida para sus familias y sí mismos. También se ve implícita lo psicosocial al hablar de un bienestar mental, por tanto los contenidos que definen al bienestar incluyen valoraciones sobre estar y sentirse bien, la autoestima, las aspiraciones y el estigma, así como valoraciones sobre la deferencia comprendiendo aspectos de estatus y poder los cuales se ven muy enmarcados en nuestra sociedad. En este caso se ve muy enmarcado este tema, debido que por el simple hecho de mencionar que se vive en alguna comunidad de Villa Nueva se etiqueta no solo al lugar como área roja sino también a las personas como delincuentes, peligrosas y de escasos recursos.

Es en la interacción y visitas a las comunidades donde se evidente que no toda necesidad puede ser vista como equivalente a pobreza, y existen varias interpretaciones sobre lo que constituye la pobreza. Algunas veces se subraya la gravedad de las privaciones sufridas: por ejemplo, el alimento y el techo son vistos con frecuencia como más importantes que el entretenimiento, educación o el transporte. La duración de las circunstancias de privación de estos recursos es relevante: una persona puede estar sin techo debido a un desastre natural como se vivieron en algunas de las comunidades que se encontraban habitando en lugares poco aptos, pero aun así son capaces de controlar suficientes recursos como para asegurar la rápida satisfacción de sus necesidades aunque en otros casos no es así.

Por lo general, la pobreza se refiere no sólo a privaciones permanentes sino a privaciones sufridas durante un período de tiempo Spicker, (1993) afirma que: *“La pobreza no se limita a una dimensión, como por ejemplo el ingreso; se manifiesta en todas las dimensiones de la vida como la vivienda, la educación y la salud”*.

Al verse todas las dimensiones de las personas afectadas y limitadas distorsionan la visión que se tiene ante la superación, oportunidades de vida y educación. Es así como se ve a la pobreza desde otra visión, como situación económica; donde en un nivel básico se considera a estas familias por su nivel de vida, medido en términos de ingresos y consumos que según la sociedad está por debajo de un estándar el cual no ha sido nada más que impuesto y otras personas solo se suman a ello por apariencia.

Ante la etiqueta de una población o lugar y la clasificación de status sociales se genera una DESIGUALDAD hacia personas que según la sociedad se encuentra en desventaja. Esta desigualdad se evidencia en este municipio y aunque va de la mano con la pobreza eso no quiere decir que todas las personas lo son, sin embargo, la desigualdad se manifiesta en personas con capacidades diferentes, discapacidades físicas, por la comunidad donde se habita, la manera en que se viste y transporta, sexo y religión.

En estas comunidades se evidencia como estas características son importantes cuidarlas y mantenerlas para ser aceptado en cualquier grupo social o religioso y crear el sentido de igualdad ante los otros en sus comunidades, de lo contrario se crea el pensamiento en sí mismos que no son aptos incluso para acercarse a las autoridades del estado y solicitar ayuda debido que asumen que no se les brindara apoyo por no contar con dichos recursos y características.

Ante todos estos sucesos que los pobladores y sobrevivientes de violencia tienen que vivir de manera cotidiana se van desarrollando MECANISMOS DE DEFENSA, esto para prevenir dichos eventos donde su integridad física y psicológica como persona se vea amenazada.

Los mecanismos de defensa, son procesos psicológicos que no se desarrollan de manera consciente sino automática, para proteger a un individuo frente a una determinada situación de estrés o ansiedad, la misma puede deberse a amenazas externas (como lo son las situaciones embarazosas) o amenazas internas (como lo son los recuerdos o sentimientos inaceptables). A través de ellos, el individuo consigue superar la angustia o la frustración.

Como su nombre indica, son comportamientos inconscientes que nos permiten defendernos de las amenazas que percibimos en nuestra autoestima, integridad como personas, valores, moralidad, deseos y derechos.

Cuando nos ocurren cosas de este tipo experimentamos la temida ansiedad, por la que nuestros mecanismos de defensa se disparan, ante el miedo de que ocurran cosas desagradables reales, de perder el control y ser castigado por ello, y de no ir acorde con nuestra moralidad.

Como bien se menciona estos mecanismos surgen a partir de una situación que genera temor en una persona, tal es el caso de las personas que acuden al CAP en Villa Nueva, quienes a partir de estar en un evento de violencia han generado distintos mecanismos de defensa para sobrevivir, entre los mecanismos que más se manifiestan en estas personas, son:

- La represión: a través del cual la persona mantiene alejados de la conciencia aquellos impulsos o pensamientos que para ella serían inaceptables. De este modo se consiguen eliminar aquellos sentimientos de ansiedad o que causan dolor; cuando una persona reprime demasiados impulsos, el gasto de energía que deberá utilizar para mantenerlos alejados es impresionante, pues tarde o temprano afecta con algún tipo de desequilibrio emocional. Según la mayoría de autores este es el mecanismo de defensa fundamental de todo ser humano.
- La negación: es el mecanismo a través del cual una persona se niega a aceptar una determinada situación o sentimiento; por ejemplo aquellas madres que se niegan a aceptar la muerte de sus hijos por algún asalto o bala perdida continúan viviendo con el evento presente aun así hayan pasado varios años desde el suceso. En muchos casos, la negación se asemeja a la represión en cuanto a que ambos mantienen lejos de la conciencia aspectos que la persona no puede afrontar.
- La proyección: la persona atribuye sus sentimientos o impulsos que no considera apropiados a alguien más para ocultarse a sí mismo lo que no desea ver de su persona. Por ejemplo, una persona que siente hostilidad por

los otros, asegura que son ellos los que poseen este sentimiento contra él para justificar su alejamiento.

- La racionalización: es un mecanismo por el que una persona reduce su ansiedad a través de argumentos y excusas racionales, que le ayudan a aceptar una realidad que a sus ojos no es aceptable.
- Intelectualización: es una forma de tomar distancia de aquello que implica una amenaza, creando una actitud fría y absolutamente analítica y de desapego. Por ejemplo una persona que ha sentido un fuerte rechazo por parte de su familia y entonces se va de casa y pierde el contacto con ellos, asumiendo una postura de superación para evitar que sigan haciéndole daño.
- La regresión: es el mecanismo a través del cual un individuo por no poder afrontar una amenaza determinada se adhiere a una actitud de regresión (regresa a las etapas primarias del desarrollo psicosexual) a causa de haber vivido una situación que no estuviera preparado para afrontar de forma saludable, o a una fijación que no fue satisfecha del todo. Principalmente se da en niños que han sido víctimas de violencia sexual a muy corta edad y no se encuentra un avance en su crecimiento sino todo lo contrario.
- Desplazamiento: a través del cual la persona cambia el objetivo de su impulso cuando el blanco que se ha escogido resulta amenazante para el sujeto; al modificar el curso de sus emociones, la ansiedad disminuye. Suele suceder cuando una persona se desquita con otra con la que tiene una relación cercana por no poder enfrentarse directamente con aquella contra la que siente rencor o algún sentimiento violento.
- La sublimación: es el mecanismo por el que una persona transforma un impulso que puede aparentar ser peligroso en algo que le satisfaga y la haga sentirse socialmente madura y aceptable.

Pero no solo se generan mecanismos de manera inconsciente también se generan otro tipo de defensas llamados MECANISMOS DE AFRONTAMIENTO que hacen referencia a conductas y comportamientos que llevamos a cabo de forma consciente

para hacer frente a un problema, con la finalidad de reducir el malestar o solucionar y conseguir aquello que queremos.

Aunque las estrategias pueden resultar satisfactorias, en ocasiones tenemos patrones comportamentales o tendencias que hacen que repitamos una y otra vez un determinado afrontamiento, no consiguiendo aquello que queremos, pero asumiendo que es lo que tenemos que hacer (si no me gusta el final he de probar a cambiar el principio) por ello, las estrategias han de ser revisadas, actualizadas y recicladas con la finalidad de no permanecer mucho tiempo en el mismo punto de partida y seguir avanzando. Esto se buscaba conseguir con la población atendida.

Cabe mencionar que no solo se hace un afrontamiento orientado al problema cuya finalidad es cambiar la situación, sino también un afrontamiento orientado a la emoción, el cual no pretende cambiar la situación que escapa de nuestro control, pero sí permite reorganizar pensamientos que validan lo que se está sintiendo.

Los mecanismos de afrontamiento como bien se ha mencionado son procesos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas externas o internas que son evaluadas como desbordantes ante los recursos con los que cuenta la persona, para ello se identificaron dos tipos de estrategias empleados:

- Estrategias de resolución de problemas: dirigido a manejar o alterar el problema que está causando el malestar.
- Estrategias de regulación emocional: son los métodos dirigidos a regular la respuesta emocional ante el problema.

Estos mecanismos se dividen en tres manifestaciones, el primero de ellos son los Mecanismo de Afrontamiento Cognitivos: los cuales buscan un significado al evento traumático, valorarlo de tal manera que resulte menos aversivo o enfrentarlo mentalmente. Entre los identificados dentro de la población atendida podemos mencionar:

- La aceptación: ante lo sucedido, implicando así una superación de sí misma.

- Anticipación: Sobre problemas o situaciones conflictivas, considerando las reacciones emocionales y las respuestas o soluciones alternativas. La idea es evitar un estado de estrés o ansiedad ante una situación similar que pueda presentarse.
- Autoanálisis: Reflexionar sobre los propios pensamientos, motivaciones, sentimientos y comportamientos, reconociendo su responsabilidad y mantenimiento el manejo del problema y actuar en base a esta reflexión.
- Humor: permite afrontar conflictos, o situaciones potencialmente angustiantes, de forma humorística, acentuando los aspectos cómicos o irónicos. Este es un mecanismo que ha evidenciado muy frecuentemente en sobrevivientes de la violencia armada y cuentan como secuela con una discapacidad física a raíz de ello.
- Planificación: pensar y estudiar el problema, analizando los diferentes puntos de vista u opciones, y desarrollar estrategias para solucionarlo.
- Preocupación.
- Reestructuración mental: situarse en un contexto de ayuda, proyectada hacia un cambio positivo de la personalidad. Un ejemplo claro es el apoyo psicológico que estas personas solicitan acudiendo al CAP en Villa Nueva.
- Reevaluación positiva: modificar el significado del evento traumático, especialmente atendiendo a los posibles aspectos positivos que tenga, o haya tenido.

También se cuenta con los Mecanismos de Afrontamiento Afectivos: quienes se centran en mantener el equilibrio afectivo, o aminorar el impacto emocional del evento traumático. Entre ellos podemos mencionar:

- Agresión pasiva: Expresión de agresividad hacia los demás de forma indirecta y no asertiva. En estos casos frecuentemente se manifestó la hostilidad y resentimiento latente hacia los demás.
- Aislamiento social: retirarse de la interacción social (respecto a familiares, amigos, compañeros de clase y demás personas significativas), ya sea desde una necesidad positiva de afrontar los problemas desde la soledad o una

huida de los demás para no dar a conocer lo que está pasando o ambas cosas.

- Apoyo social: Acudir a otras personas cercanas, organizaciones o grupos (organizando o formando parte de ellos), profesionales (abogados, psicólogos, sanadores, etc.) o líderes espirituales, para buscar apoyo, información, apoyo emocional o apoyo espiritual.
- Autocontrol: esfuerzos para controlar y ocultar los propios sentimientos y respuestas emocionales.
- Catarsis o Descarga emocional: liberar las emociones, expresar los propios sentimientos y estados emocionales intensos (llorar, gritar, liberar la agresividad), es eficaz para afrontar determinadas situaciones difíciles y episodios de depresión.
- Evitación: apartarse del problema, no pensar en él, o pensar en otra cosa, para evitar que afecte emocionalmente.
- Supresión: consiste en la evitación intencional de ideas, recuerdos, deseos, sentimientos, impulsos o experiencias que son desagradables.

Y por último se encuentran los Mecanismos de Afrontamiento Conductual: En estos se afronta el evento traumático y todo lo que implica de manera directa ya sea para optimizar un resultado, o bien sea no reaccionar de ninguna manera, ni empleando ninguna de las estrategias anteriores.

Entre estos mecanismos podemos mencionar:

- Confrontación: afrontar directamente la situación mediante acciones directas, agresivas, o potencialmente arriesgadas.
- Autoafirmación: reacción que expresa directamente los pensamientos o sentimientos de forma no agresiva, coercitiva, ni manipuladora.
- Falta de afrontamiento o renuncia: refleja la incapacidad del sujeto para enfrentarse al problema, debido a la percepción de falta de control sobre el mismo, o a considerarlo irresoluble, y la tendencia a desarrollar síntomas psicósomáticos, o reacciones depresivas.

- Postergación: esperar hasta que aparezca la ocasión adecuada para actuar, postergar todo tipo de actividades hasta adquirir mayor y mejor información sobre la situación.

Estos mecanismos tanto de defensa como de afrontamiento surgen o se utilizan a raíz de un evento traumático que irrumpe con la cotidianidad de las personas. Para esta población atendida EL TRAUMA se ve como refiere Enrique Echeburúa (2008): *“Un acontecimiento negativo intenso que surge de forma brusca, que resulta inesperado e incontrolable y que, al poner en peligro la integridad física o psicológica de una persona que se muestra incapaz de afrontarlo, tiene consecuencias dramáticas para la víctima, especialmente de terror e indefensión. Además, se trata de un suceso con el que una persona no espera encontrarse nunca porque no forma parte de las experiencias humanas habituales. Por ello, la intensidad del hecho y la ausencia de respuestas psicológicas adecuadas para afrontar algo desconocido e inhabitual explican el impacto psicológico de este tipo de sucesos”*

Se hace referencia y aclaración de este término y como se manifiesta en esta población atendida, pues se abusa de ello haciendo referencias a situaciones negativas de la vida como disgustos, rupturas amorosas, dolor por la pérdida de un ser querido o incluso decepciones por el comportamiento de quienes los rodean.

Este término se adecua a las diferentes manifestaciones de la violencia y casos que se trabajan, ya que han generado en las personas daños psicológicos y que al presentarse durante el acompañamiento psicológico se cuenta con muchas secuelas emocionales que no se trabajaron nunca y que en la actualidad no les permite cerrar círculos conflictivos o quitarse el papel de víctima que se ha impuesto por la situación o se ha permitido tener.

Al tocar este concepto de trauma se trabaja el daño psicológico: que se define por el mismo autor como: *“una herida invisible”* pues este daño solo está presente de manera interna, ya que al hacer una denuncia estas personas a nivel legal lo prioritario a evaluar es lo físico, si se cuenta con daños provocados por el victimario. Si la agresión sucedió ya desde hace un tiempo se vuelve en un atraso para la investigación de una denuncia y se deja a un lado ese daño emocional que la

persona tiene y que ha tenido desde un inicio y que en ningún lugar se ha tenido como prioridad trabajar y sanarlo.

Es aquí donde interviene el trabajo que se realizó con estas personas víctimas de violencia en sus diversas manifestaciones, pues anteriormente no se contó con ese apoyo que le permitiera a ellas sanar y reconstruirse de manera individual y que hoy en día ha afectado todas sus esferas e incluso a una comunidad pues el trabajo debe ser complementario para obtener mejores resultados.

En este proceso de recuperación se trabaja principalmente con las secuelas emocionales: refiriéndose a *“las cicatrices psicológicas, que se refieren a la estabilización del daño psíquico, es decir, a una discapacidad permanente que no remite con el pasado del tiempo ni con un tratamiento adecuado. Se trata, por tanto, de una alteración irreversible en el funcionamiento psicológico habitual.”* (Echeburúa Enrique, 2008)

Esas secuelas emocionales que se encuentran sin sanar y han generado problemáticas que no permiten tener una vida estable o tener una salud mental adecuada. La población con la que se trabaja cuenta con muchos secuelas emocionales que a su vez también se han vuelto reproductoras de la misma violencia sin darse cuenta, convirtiéndose así en agresoras con quienes las rodean; su familia, hijos, vecinos, compañeros de trabajo y amigos.

Se cuenta con muchas emociones que no se han canalizado, si no se mantienen reprimidas a pesar que el evento que genero un trauma sucedió mucho tiempo atrás, pues una de las principales problemáticas es el silencio que se ha llevado no solo por días, semanas o meses sino años, en su mayoría y en otros casos casi toda una vida, por ello es importante y prioritario trabajar estos factores de vital importancia para la reconstrucción individual y colectiva que ha dejado la violencia.

El trauma también se categoriza dependiendo la naturaleza del evento. Los Tipos de Trauma según Enrique Echeburúa (2008): “Los sucesos traumáticos pueden ser naturales (terremotos, inundaciones, etc.) Accidentales (incendios, accidentes de auto, choques, etc.) o intencionados (agresión sexual, atentado terrorista,

secuestro, muerte violenta de un familiar etc.) Siendo este este último caso cuando el trauma resulta más grave y duradero.

Lo que agrava la vivencia traumática en el caso de los sucesos intencionados es la percepción de indefensión y la pérdida de confianza en el ser humano, así como la aparición de sentimientos de ira o de venganza.”

Es con este tipo de trauma intencionado con el que se trabaja junto a la población que asiste al – CAP- pues estos eventos de violencia desbordan las expectativas normales de su vida cotidiana, las estrategias de afrontamiento para superar el evento, el estrés y demás problemáticas surgidas son más difíciles de poner en marcha ante estas circunstancias.

Aunque cabe mencionar que en algunas comunidades estas mismas personas han pasado también por los otros tipos de trauma pues debido a la ubicación de sus viviendas han sobrevivido a eventos naturales donde corren riesgo sus vidas y las de su familia, sumándose a todo el recorrido histórico de cada persona y que a raíz de ello han ido construyendo también mecanismo de defensa, que como sabemos son de manera inconsciente y que van a de la mano con los mecanismos de afrontamiento complementando así a la persona para dar una respuesta que a nivel individual se considera adecuada, sin embargo, no garantiza que todos los resultados de las acciones sean positivas o negativos.

## REFERENTE METODOLÓGICO

Para dicha investigación se utilizan principalmente los criterios de la INVESTIGACIÓN CUALITATIVA a la cual González F. (2006) Define como: *“los procesos y unidades implicados en la construcción subjetiva tiene que ver con la comprensión, con frecuencia por vía indirecta e implícita, de los complejos procesos de las diferentes expresiones humanas.”* Esto nos da un punto de partida de la investigación desde el entender la complejidad de la población a la cual se pudo tener contacto.

Además fue necesario tomar en cuenta el contexto cambiante al cual nos enfrentamos, por lo que González F. (2006) asegura que: *“La investigación cualitativa se orienta al conocimiento de un objeto complejo: la subjetividad, cuyos elementos están implicados simultáneamente en diferentes procesos constitutivos del todo, los cuales cambian frente al contexto en que se expresa el sujeto concreto. La historia y el contexto que caracterizan al desarrollo del sujeto marcan su singularidad, la cual es expresión de la riqueza y plasticidad del fenómeno subjetivo.”*

Al guiarse por algunos criterios de la investigación cualitativa se pudo identificar como se menciona anteriormente la singularidad de cada población atendida, pues aunque se encuentran habitando en la misma comunidad se observa como cada uno lleva consigo una historia compleja, diversa y cambiante dando como origen a un pensamiento, creencia, forma de vida y visión diferente a cada miembro, pero que a su vez esto mismo crea una dinámica dentro de la misma a la cual muchos solo se suman. El ambiente y todos esos procesos por los que pasa una persona brindan una subjetividad diferente adecuándose al contexto donde la persona se desenvuelva.

Todo lo descrito ratifica el carácter cualitativo predominante, pero no excluyente de la posibilidad de utilizar ciertos métodos y técnicas tradicionales como entrevistas semiestructuradas. Complementándose con mediciones cuantitativas en el caso de las terapias individuales donde así mismo se complementaron con evaluaciones y discusiones reflexivas de carácter cualitativo y con aspectos participativos no

tradicionales donde se buscó dinamizar el compartir de experiencias y conocimientos de la población atendida.

La investigación se enriqueció con documentación sobre la historia y las fases de evolución de cada historia abordada, por lo que se necesitó también de la INVESTIGACION ACCIÓN PARTICIPATIVA para recopilar esa información vivencial de los elementos conformadores de las comunidades.

Esta metodología que permite en la comunidad no solamente por medio de un investigador que estudie la problemática desde afuera, sino que de manera integrada se involucre con cada uno de los miembros de la comunidad, para estudiar los problemas, y las posibles soluciones.

Montero (2007, Pág. 121) propone los siguientes cuestionamientos respecto a la Investigación Acción Participativa *“Cuando se habla de Investigación-Acción Participativa no sólo es necesario sino imprescindible remontarse a los años sesenta del siglo pasado y ver el panorama de las Ciencias Sociales en América Latina. Paisaje fascinante, sobre todo si se mira desde la perspectiva de la psicología y en particular de la Psicología Social, debido a que parecía la tibia y plácida meseta del desarrollo de una disciplina.”*

Si la psicología que se hacía entonces en los países latinoamericanos repetía fielmente las teorías desarrolladas en esas regiones (psicoanálisis, conductismo, para citar no solo dos importantes, sino a demás opuestas), en cambio en el campo de la sociología y en el de la educación, a la par de esa repetición se había iniciado una serie de cambios tanto en el modo de hacer como en el de pensar, cuestionando no solo los “que” y “para que” de sus investigaciones y aplicaciones, sino además los “cómo”.

Las características de la IAP y la aplicación en la población atendida:

- Es de carácter participativo: no puede llevarse a cabo sin la colaboración de las personas. Se utiliza esta metodología en dicha población por esta principal característica pues es lo que más se pudo identificar, la participación de las

personas, quienes cuentan con apertura para generar cambios en todas sus esferas personales.

- Es de carácter ético: exige respeto y conocimiento del otro. Al brindar desde un inicio espacios de respeto y seguridad las personas comparten sus vivencias y conocimientos, siendo esta una de las primeras acciones realizadas, pues brindó mayor apertura en los grupos.
- De carácter transformador: busca modificar situaciones sociales juzgadas por los participantes como opresores. A nivel individual y grupal se toma como uno de los objetivos principales, esto brindó motivación a las personas a continuar trabajando por un cambio.
- De carácter reflexivo: se realizan evaluaciones sobre lo que se hace para transformar así la teoría en práctica. Con el trabajo grupal se utiliza como técnica la reflexión después de compartido un tema pues cada uno plantea como en su cotidianidad y en las diferentes vivencias se ha podido o se podría aplicar y los resultados de los mismos, brindando así una mejor evaluación de la teoría aplicada en nuestra sociedad.
- De carácter colectivo: se orienta en la transformación social. En la interacción que se tuvo en los diferentes espacios con la población, se buscó que cada persona tuviera como resultado un cambio individual pero sobre todo crear conciencia sobre el papel que juega dentro de su comunidad y como ese cambio individual influye en gran manera a la dinámica de la sociedad en la que se encuentra inmersa.

Para la recopilación de toda esa información importante acerca de la subjetividad, dinamismos e historia de cada persona y comunidad se tomó como un principal apoyo LA FAMILIARIZACIÓN, a lo cual Montero, M. (2007, Pág. 77) da a conocer como *“El proceso psicosocial comunitario suele iniciarse con el proceso que se conoce como familiarización, en el cual los investigadores externos inician su conocimiento de la comunidad. La Familiarización permite la sensibilización de los investigadores respecto de la comunidad y sus problemas”*.

Para realizar el proceso de familiarización fue importante dejar a un lado los prejuicios que se poseían de la comunidad de Villa Nueva. Antes de crear algún contacto con la población fue de mucha importancia consultar bibliografía que ayude a conocer aspectos de las comunidades aledañas donde se trabajaría, como historia, datos demográficos y antecedentes sobre el tema de la violencia. También validando información en medios de comunicación.

Como aporta Montero, M. 2007: *“Los investigadores externos inician su conocimiento de la comunidad, a la vez que los miembros de esta comienzan a relacionarse con esas personas que vienen de afuera, ya sea de un centro académico o de una institución pública o privada”*

Se utiliza la familiarización al momento de tener contacto con líderes de las comunidades aledañas con quienes ya se había creado un vínculo por parte de las autoridades de la institución, personas que brindan información certera y fiable que permite la creación de vínculos en los diferentes espacios donde se trabaja y hasta en la actualidad siguen siendo clave para el ingreso y detección de casos dentro de las comunidades.

La familiarización permite la sensibilización de los investigadores respecto a la comunidad y sus problemas, constituyendo así un paso necesario para garantizar la confianza en el proceso conocido como detección o identificación de necesidades.

Las metodologías mencionadas dan la pauta al inicio de la investigación pero sumado a ellas se utilizan técnicas que son de suma importancia pues por medio de ellas se recaba la información de fuentes fiables, que es la población misma, entre las primeras se utiliza la ENTREVISTA: la cual constituye una de las técnicas sustantivas en la recopilación de información en la intervención psicosocial. Su característica principal es el desarrollo de una interacción verbal entre la población atendida y el investigador, existen diversos tipos de entrevistas entre las más utilizadas frecuentemente se encuentra la no estructurada en la cual el entrevistador parte simplemente de una pregunta abierta que realiza al inicio sobre algún tema de interés y que puede tratar e introducir en función de las respuestas del entrevistado,

en este caso fue la que se utilizó para la intervención con las comunidades de Villa Nueva y primeras entrevistas a nivel individual.

Por medio de esta entrevista se tuvo la accesibilidad a elementos no observables, la creación de un vínculo de confianza y apertura, a lo cual brindo flexibilidad en la conversación y la posibilidad de indagación de aspectos inesperados.

Durante la realización de la investigación, se realizaron entrevistas a varias personas, como líderes comunitarios, vecinos de las diferentes colonias y asentamientos, con el propósito de conocer más acerca de las comunidades y poder construir a partir de sus experiencias individuales, memorias históricas. Por ello fue muy importante esta técnica con la población atendida pues les brindo mayor seguridad para compartir y no sentirse limitados a una pregunta y una respuesta.

Junto a la entrevista y en cada contacto con la población en conjunto se utiliza la OBSERVACION PARTICIPANTE (OP): dicha técnica ayuda a recopilar información a partir de la percepción de un agente externo que se suma a una dinámica comunitaria o social e interacciona con los principales actores en este caso las diversas personas de las comunidades de Villa Nueva.

Luego del primer acercamiento con la población con la que se interactuó a lo largo del proceso, para establecer empatía, fue de mucha importancia llevar a cabo una Observación Participante.

Para conocer y comprender la realidad de la comunidad se debe tener una perspectiva global de esta, por lo que esta técnica se aplicó con objetivos determinados para propósitos de la investigación y de generación de conocimientos, realizada en el transcurso de actividades cotidianas o simples esto con el fin de conocer, desde esa (posición interna), eventos, fenómenos o circunstancias a los cuales no se podría acceder desde una posición externa no participante.

La OP permitió genera conocimiento que surge a partir de la experiencia. Pues es de carácter abierto y flexible, permitió cambiar el foco de atención de acuerdo con los cambios que ocurrieron en el entorno observando y detectando sus variaciones. Debido que es de carácter participativo apoyo a la generación de variadas

relaciones con las personas observadas, lo cual fue una fuente de información enriquecedora.

Si bien la OP pareciera sencilla su adecuada aplicación no la es como menciona Montero, M. (2007, Pág. 207), contribuye de que *“Hacer OP no significa tomar notas de cualquier manera, hay que mantener claros los objetivos de la investigación. La descripción debe ser amplia, completa, detallada, analítica, pero con visión de totalidad. Hay que dejar de lado las narraciones impresionistas donde las acciones desaparecen bajo el peso de los adjetivos y tener presentes las categorías científicas, pero estar dispuestos a crear nuevas categorías”*.

Como método la OP incluye una serie de estrategias, procedimientos y técnicas. La parte más difícil de la OP reside en el registro de los datos que se complementó con fotografías pero siempre tratando de no documentar solo desde la visión como observadora sino tratando de plasmar lo manifestado por la población. La OP fue muy importante en el desarrollo de los diversos trabajos que se realizaron, ya que para desarrollar cada uno de estos fue necesaria la observación de la población con la que se trabajaría, de manera colectiva y de manera individual.

Anteriormente se mencionaba como la entrevista no estructurada había sido de gran apoyo para el contacto con la población pero esto se debió a la combinación que se hizo con la técnica de LA CONVERSACION que pareciera ser lo mismo pero que se define Según González, F. (2006), *“generan una responsabilidad compartida que facilita que cada uno de los participantes pueda sentirse como sujeto del proceso. Cada participante participa de la conversación de forma reflexiva; en este proceso tanto los sujetos participantes expresan sus experiencias, dudas, tensiones, en un proceso que facilita la emergencia de sentidos subjetivos durante las conversaciones. Proceso activo que se traba entre investigador y los sujetos de la investigación, durante el cual se construyen verdaderos trechos de información entre los participantes, quienes van ampliando su compromiso personal con el tema en proceso. Definiendo así el carácter procesual de la relación con el otro.”*

Haciendo uso de estas técnicas en las diversas reuniones y espacios de diálogo mantenidas con líderes, las integrantes del grupo de autoayuda y las personas que

se atendieron de manera individual, logrando obtener las herramientas y sobre todo la información necesaria para la elaboración del informe, teniendo en cuenta las opiniones y manifestaciones de los mismos.

Esta técnica se utiliza como principal herramienta para genera conclusiones a manera de reflexión a cerca de un tema en específico o de mucha importancia para cada persona y grupo con que se trabajó. Por medio de ella se logró que se compartieran muchas experiencias principalmente en el grupo de autoayuda lo cual fortaleció el proceso pues brindaba mayor confianza, apoyo y confidencialidad en el mismo. También ayudó como apoyo para la resolución de dudas generadas en el proceso o reunión que se mantuvo con la población.

A través de un conjunto de otras técnicas como LA LLUVIA DE IDEAS donde se generaban, propuestas de trabajo o posibles soluciones a las diversas situaciones de violencia que estas personas habían afrontado en este caso aplicado en el grupo de auto ayuda fue de mucha utilizada pues en conjunto con la DISCUSIÓN DE GRUPO se recababan las percepciones de los participantes sobre un tema y el modo en que elaboraban y defendían su pensar acerca del mismo y como este mismo pensamiento y subjetividad era cambiante cuando las reflexiones se acoplaban a su situación actual.

A raíz de todas las experiencias compartidas, los logros y cambios obtenidos a través de los diversos procesos de acompañamiento psicosocial se busca documentar dichos procesos, esto con la finalidad de poder compartirlo más adelante con personas que se encuentren en situaciones similares y por qué no, también con las mismas personas que compartieron su vivir, para que puedan observar desde otra perspectiva todos los cambios que han tenido y cuanto han crecido como seres individuales y sociales que son.

Claro se documentó solo algunas de ellas, pues son muchas las experiencias compartidas y algunas de las personas aún se encuentran trabajando tanto de manera colectiva como de manera individual para generar cambios dentro de sus comunidades o por lo menos no continuar en la mecánica de la sociedad donde se

encuentran inmersos y que anteriormente no se había mostrado proactividad dentro de la misma.

Para ello se utiliza como técnica la HISTORI DE VIDA: Se buscó dicha técnica cualitativa, esto con el fin de recoger toda o casi toda la experiencia de la vida de una determinada persona, miembro del grupo de autoayuda y líder de una comunidad tomando en cuenta siempre lo cultural y social, así como los aspectos más significativos a lo largo de su vida y por último los proceso de adaptación y desarrollo a los cambios que han sucedido en el proceso de su vida pues uno de los objetivos de dicha técnica es identificar los hechos más relevantes y reflejar esta información recopilada en una descripción densa, contextualizada y de forma cronológica.

Este instrumento permitió acercarnos al que hacer de las personas sobrevivientes de los distintos tipo de violencia desde determinada edad hasta la actualidad, apreciando el proceso de cambio y desarrollo dentro de los hechos más relevantes de su historia que permite revelar los impactos de la acción de una persona en desarrollo.

Según Maritza Montero: *“Es una técnica de carácter esencialmente cualitativo, es decir, que no se reduce los datos a terminar numéricos cuantificables, si bien las posibilidades de cuantificación no están reñidas con ella, ya que busca recuperar el desarrollo de lo cotidiano individual, inserto en lo histórico social y cultural. Es la reconstrucción de la dialéctica individuo-ambiente desde la perspectiva de la persona, con todas las peculiaridades e interpretaciones que ella puede asumir para el objeto y que en términos cuantitativos podrían ser consideradas como distorsiones o subjetividad pues justamente lo que esta técnica rescata es la existencia real y objetiva de la subjetividad, que no por negada o por escrita deja de estar presente en todos los actos humanos. Y en este sentido, al reconocer lo subjetivo otorga un verdadero carácter objetivo a sus datos. (“Memoria e Ideología. Historias de Vida. p. 18)*

Se buscó utilizar esta técnica para reconocer la subjetividad de las personas en diferentes escenarios, pues esto otorgara un verdadero carácter objetivo a la

información brindada. Otro de los fines para esta recopilación a realizar no es que quede archivada o en el olvido, si no también, que esta misma historia pueda ser compartida a demás personas que se encuentran en situaciones de vida similares, esto permitirá en las personas crear nuevas expectativas, motivación para continuar trabajando en un cambio significativo en sus vidas y que impacte no solo a quienes las rodean sino a su comunidad completa, ya que el cambio colectivo es lo que se busca en los diferentes espacios.

Uno de los objetivos principales por el cual realizar una historia de vida con las personas sobrevivientes de violencia, fue conocer a través de los relatos las diferentes perspectivas, pensamientos, emociones, sentimientos y mecanismos de afrontamiento generados y utilizados en situaciones similares y contextos sociales. A raíz de estos relatos también descubrir, como a pesar que son distintas las manifestaciones de la violencia vividas por estas personas pero aun así han podido utilizarse los mismos medios para afrontarlas y/o evidenciar también las grandes diferencias con las que se cuenta en este contexto y se muestran más obstáculos que como alternativas de solución para estas personas.

Cada historia a documentar tendrá el objetivo principal de servir como herramienta para compartir de manera individual y con los distintos grupos que se trabajan para así encontrar entre ellos mismos un apoyo y orientación de un accionar ante lo sucedido, lo que sucede o creen que sucederá, aprendiendo a utilizar los medios de vida y herramientas con las que cuentan de manera positiva.

Para el trabajo con el grupo de autoayuda su objetivo general es brindar un espacio de auto apoyo con mujeres sobrevivientes y víctimas de violencia armada, sexual e intrafamiliar para desarrollar alternativas de afrontamiento, prevención y cambios en su vida personal y colectiva. Se crea un perfil de las mujeres que podrán integrar el grupo pues se busca que este espacio les brinde seguridad y confianza para compartir sus testimonios, por lo mismo se crean algunos requisitos para formar parte del mismo.

El grupo de autoayuda consta de un proceso dividido en seis sesiones que se realizan una vez al mes, pero se hace una excepción de la quinta fase, ya que se divide en

dos momentos debido que se ve necesario trabajar un temas más. Este plan de trabajo consta de una fase específica del proceso y los temas concernientes a la misma. Las actividades iniciales se llevaron a cabo entre parejas, tríos o grupos no mayor de cinco personas, con el objetivo de compartir de manera más personal las vivencias experimentadas y crear un ambiente de confianza y seguridad; posterior se discutió, opinó y compartió en grupo las ideas generales hasta el momento, con ayuda de preguntas generadoras que propician el espacio de diálogo. En conjunto buscaron alternativas de mayor aprendizaje y su aplicación en la vida diaria. Estas mismas se compartieron según su práctica en la siguiente sesión con el fin de retroalimentar y verificar si las mujeres están entendiendo el objetivo de dicha tarea desde su perspectiva y vivencia, como también evaluar si se está brindando el mensaje de manera correcta hacia ellas.

Durante la última sesión se trabaja con otros epesistas de psicología con quienes se trabaja un caso ficticio, se comparten testimonios y se exponen avances en el proceso. Todo lo anterior se hace manera dinámica pues se integra a las mujeres sobrevivientes con cada uno de ellos y la interacción que se da en el ambiente resulta muy positiva, pues esta convivencia fortalece a ambos grupos en conocimiento.

Cada fase tuvo un objetivo y las maneras en que se trabajaron, son las siguientes:

Actividades
<p><b>FASE DE ENFOQUE</b></p> <p><b>Tema: Las aspiraciones</b></p>
<p><b>Descripción:</b></p> <p>Se dialogara en parejas cuáles han sido las aspiraciones de cada una de las integrantes a lo largo de su vida, considerando las etapas del desarrollo humano: niñez, adolescencia, adultez y vejez. Posterior se les pedirá que en papelógrafos describan cuáles no son factibles y cuáles sí.</p>

Como discusión grupal se compartirá qué lograron identificar (qué aspiraciones se lograron y cuáles no) y cómo se han sentido con ello.

### **Preguntas generadoras**

¿Tuve metas o sueños?, ¿Aún los tengo actualmente?

¿De las metas que tuve o tengo y no se han cumplido pueden realizarse aún?

¿Qué tipo de habilidades, recursos materiales, humanos e internos requieren para lograrlo?

¿Ante las metas que no pude cumplir intente realizarlas o no hice lo necesario para lograrlas?

¿Podemos, a partir de sus aspiraciones, determinar cuáles serían las metas durante el proceso a alcanzar?

### **Objetivo**

Identificar cuáles son las aspiraciones personales y las grupales viables, para establecer las metas a alcanzar durante el proceso.

## **FASE DE CONTENCIÓN**

### **Tema: Crisis cotidianas y las emociones**

### **Descripción**

Esta sesión se divide en dos momentos, que dan pauta al conocimiento de la contención como bien se llama esta fase de los sentimientos reprimidos y que probablemente sigan sin poder expresar estas personas que se ven expuestas diariamente a situaciones similares.

### **MOMENTO I**

En tríos las participantes dialogaran sobre las crisis que afrontan diariamente, entiéndase situaciones de violencia principalmente, con quiénes y por qué. Comentarán sobre su reacción ante ello y si lograron llegar a un acuerdo cómo lo hicieron y si no qué alternativas encontraron en conjunto para resolverlo o enfrentarlo.

### **Preguntas generadoras**

¿A qué situaciones de violencia me he visto expuesto durante los últimos meses o me veo expuesto diaramente?

¿Qué emociones se experimentan ante esas situaciones de violencia?

¿Cómo reaccionan ante los mismos?, ¿Se tuvo alguna crisis grave o leve?

¿Qué elementos externos ayudaron a afrontar la crisis?

¿Qué características o mecanismos personales se emplearon ante la crisis?

### **Objetivo**

Identificar las situaciones y los tipos de violencia a las que estas mujeres se ven expuestas en su diario vivir, las emociones que han generado y los mecanismos o redes de afrontamiento con los que se contaron para superar esos hechos o situaciones.

### **MOMENTO II**

Una vez identificadas las situaciones de violencia en las que se han encontrado las integrantes junto con las emociones que surgieron se pretende que ellas realicen una autoevaluación sobre si pudieron expresarlas de manera correcta en su momento o fueron reprimidas y el ¿por qué? no se pudieron expresar.

En grupo de 4 a 5 participantes, dialogaran sobre las emociones que con anterioridad surgieron en la reflexión de las crisis cotidianas, se realizará un listado de las mismas dividiendo las que surgieron durante y después de un acto de violencia, después se reflexionara sí pudieron expresarlas o se reprimieron, evaluando si fueron positivos o negativos los actos realizados por ellas, posterior a ello entre el grupo se buscaran alternativas de cómo pudieron canalizar esas emociones de manera correcta si en dicho caso se expresaron de manera negativa y como pueden hacerlo ahora si se ven nuevamente expuestos o conocen a alguien en una situación similar.

### **Preguntas generadoras**

¿Durante el hecho de violencia que sentimientos tanto positivos como negativos surgieron?

¿Después del episodio de violencia que sentimientos o emociones nuevas surgieron?

¿Se expresaron esos sentimientos o emociones, si o no? Si se expresaron ¿De qué manera?

¿Ante situaciones similares cual sería la manera correcta de canalizar y no reprimir las emociones sin causar daño a mí misma y quienes me rodean?

### **Objetivo**

Indagar nuevas formas de expresión de las experiencias reprimidas para fortalecer procesos de resignificación y así genere cambios evidentes en la vida cotidiana de las participantes.

## **FASE TERAPEUTICA**

**Tema: Pérdidas y disposición para transformación de vida.**

### **Descripción**

En esta fase se busca tocar el hecho de violencia del cual fueron víctimas las integrantes y que dio la pauta para la asistencia al grupo y la búsqueda de apoyo legal y psicológico. Se busca tocar el hecho por medio del tema de pérdidas, donde se analice que consecuencias negativas trajo consigo el hecho de violencia ya sea sexual o intrafamiliar.

Pero no siendo como principal objetivo conocer las pérdidas sino más bien conocer que se está haciendo para recuperar o reponer lo perdido en la actualidad.

Para la realización de esa sesión en tríos deberán dialogar sobre las pérdidas a partir del hecho o situación de violencia. Por ejemplo: ¿Qué pérdidas suponen que se dieron a partir de las siguientes situaciones?

- ✓ Discusiones acompañadas de golpes y gritos

- ✓ Abuso físico, sexual y psicológico
- ✓ Ruptura de una relación conyugal
- ✓ Abandono del hogar

Al término del tiempo se hará una lluvia de ideas de las pérdidas de cada una ante las situaciones mencionadas anteriormente, luego se pedirá que reflexionen a partir de las siguientes preguntas:

¿Qué hice ante dichas pérdidas?

¿Creo que puedo recuperar o reponer algunas de las pérdidas? Si o no ¿Por qué?

Si se cree que se puede recuperar alguna de las pérdidas. ¿Qué estoy haciendo actualmente para recuperar o reponer dichas pérdidas?

Si no se está haciendo nada, ¿A qué estoy dispuesta para recuperar y reponer lo perdido a raíz del hecho de violencia y así generar un cambio en mi vida y continuar adelante?

### **Objetivo**

Que las integrantes del grupo reflexionen de manera positiva sobre las pérdidas que se dieron a partir un hecho de violencia y encuentren motivación en mismas para continuar con su transformación.

## **FASE DE RESIGNIFICACIÓN**

**Tema: Sentido de vida**

### **Descripción**

En esta fase se busca con las integrantes conocer que interpretación o nuevo sentido les dio a su vida pasar por diversas situaciones de violencia, ya que, a pesar que fue un hecho que marco su vida, en el grupo se busque darle un nuevo rumbo y sentido a su diario vivir como seres individuales y colectivos, que a pesar de las pérdidas se enfoquen en dar orden, continuidad y sentido a lo que hoy por hoy son y han logrado con el hecho de romper el silencio y el círculo de violencia.

### **MOMENTO I**

A raíz de lo trabajado y las reflexiones de sesiones anteriores se solicitará a las integrantes dialoguen en parejas la perspectiva de su vida de manera actual y futura con las siguientes preguntas:

¿El hecho de violencia que nueva perspectiva o cambios le dio a mi vida?

¿Ante muchas pruebas por las que he pasado y me encuentro pasando como me veo actualmente?

¿Qué fortalezas adquiriré durante este tiempo y como puedo emplearlas en un futuro?

¿Cómo me veo en “3” años después de superar muchas pruebas?

¿Mi experiencia de transformación puede ayudar a alguien en un futuro que se encuentre en una situación similar?

## **MOMENTO II**

Durante esta sesión se trabaja el perfil de una víctima y un agresor.

Como primer momento se hace una lluvia de ideas sobre las opiniones de las integrantes de cómo es un agresor y una víctima.

Segunda actividad: hace una listado con las características de ambos términos y en dos figuras humanas se les piden colocar las características que se les reparte.

Tercera actividad: Compartir de todas las características, con cuales se vieron identificadas en sus situaciones.

Cuarta actividad: Se realiza un momento de reflexión acerca de la reproducción de la violencia. Esto con el fin de hacer ver a cada una si en algún momento también se han visto como agresoras en cualquier situación pasada.

### **Objetivo**

Que las integrantes den un nuevo sentido a su vida y las nuevas acciones de cambio que están realizando por su bien y de quienes las rodean.

## **FASE TRANSFORMACIÓN**

### **Tema: Reflexión de mi accionar en la actualidad**

#### **Descripción**

En esta última fase se espera hayan transformaciones en cada una de las integrantes. Por tanto se propiciara en cada una el cuestionamiento de si está aplicando o no las metas impuestas desde el inicio, las alternativas de expresión

de sentimientos positivos y negativos generadas por el mismo grupo para no reproducir la violencia con quienes la rodean y la búsqueda de nuevas perspectivas de vida. Se busca que cada una de ellas se evalúe a manera personal si ha trabajado o está trabajando para continuar transformando su vida ya que los resultados no serán inmediatos pero si se busca que sean cambios permanentes para una mejor calidad de vida.

Para esta sesión se realizara en parejas la reflexión con las siguientes preguntas:

¿He tenido cambios en mi vida? Si o no, si la respuesta es si, ¿Cuáles?

¿Quiero generar más cambios en mi vida para tener una mejor salud física y emocional? ¿Cuáles?

¿Estoy trabajando verdaderamente para generar dichos cambios mencionados?

¿Antes una situación difícil he dejado a un lado mis metas y deseos de cambio?

¿Actualmente cómo afronto ahora cada situación difícil o relacionada a la violencia?

Al concluir el tiempo de dialogo y contestación de preguntas se procederá la exposición de testimonios donde también se les pedirá a cada una que haga un compromiso consigo misma y el grupo para seguir trabajando y transformado su vida por el bien de su familia y comunidad, esto con el fin que ellas sigan motivadas a pesar que el proceso termine para trabajar y puedan utilizar las herramientas adquiridas durante el proceso no solo para ella sino también con personas en situaciones similares de violencia que puedan referir para la creación de un nuevo grupo de apoyo.

### **Objetivo**

Generar una reflexión a conciencia en cada una de ellas sobre si ha habido una transformación como mujeres y personas a pesar de ser víctimas de violencia y diversas situaciones presentadas.

## **CAPÍTULO III**

### **ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

Durante las reuniones con el grupo de mujeres de autoayuda, el cual por cierto, se ve extendido en temporalidad a como se había propuesto en un inicio por necesidades que el grupo manifiesta, se vuelve necesario abordar un tema adicional que se mencionará más adelante de manera más detallada. Este trabajo mencionado anteriormente más la sesiones individuales que se mantuvieron, ayudan a identificar los mecanismos de afrontamiento más utilizados por la población como respuesta a las situaciones de violencia presentadas; intrafamiliar, sexual y armada. La manera en que se utilizan dentro de sus comunidades, familias, escuelas y trabajos. Entre ellas se pueden mencionar:

#### **POSITIVOS:**

- Aceptación del hecho (orientado a reconocer lo negativo para generar un cambio positivo).
- Experiencia compartida del dolor.
- Búsqueda de apoyo social.
- Búsqueda de apoyo legal.
- Implicación en grupos de autoayuda, religiosos o de ayuda social.

Cuando se lleva un proceso individual y colectivo con estas personas sobrevivientes se busca fortalecer o generar en ellas al finalizar el proceso nuevos mecanismos como:

- La reinterpretación positiva del suceso.
- Establecimiento de nuevas metas y relaciones como fortalecimiento de las existentes.
- La reorganización del sistema familiar, social, laboral y de su vida cotidiana.

#### **NEGATIVOS:**

- Anclaje en los recuerdos del suceso que no permiten avanzar.
- Planteamiento de preguntas sin respuesta.

- Sentimientos de culpa.
- Justificación de lo sucedido.
- Aislamiento social.
- Consumo de alcohol y sustancias.
- Somatización de enfermedades.
- Abuso de medicamentos.
- Reproducción de la violencia (búsqueda de venganza o mal trato a personas vulnerables que rodean a la persona víctima de violencia)

La catalogación de los mecanismos de afrontamiento en la mayoría de casos son reconocidos por las mismas personas sobrevivientes y en otros casos se identifican a través de los resultados que se obtienen. Se evalúa lo positivo y negativo a través del dialogo reflexivo, talleres e historias de vida compartidas.

Resultados positivos que les han permitido superarse, encontrar fortalezas y virtudes que tenían pero que por inseguridad o temor no se habían dado la oportunidad de evaluarse y conocerse a sí mismas. Resultados negativos donde se han hecho daño no solo a sí mismos sino también a quienes los rodean principalmente hijos, padres y parejas sentimentales.

Tanto como es importante conocer dichos mecanismos de afrontamiento utilizados también lo es conocer que los determina y en dicha indagación se encuentran los siguientes:

- La personalidad tan diversa de cada una de las personas.
- La búsqueda y control de emociones que modulen los efectos del evento traumático sobre sí mismo.
- Optimismo y humor en donde se espera que los resultados obtenidos será positivos, pues se suele estar centrado en el problema, la búsqueda de apoyo social y buscar el lado positivo de la experiencia.

- El medio social, que juega un importante rol pues en ello influye la cultura, las creencias y conducta de la sociedad que lo rodea y lo que este le ofrece para determinar las herramientas a utilizar.

- Sus procesos de socialización, donde la variabilidad en la forma de ser y actuar de los miembros de una comunidad influyen cuando la persona ha creado vínculos y no utiliza el aislamiento.

- La naturaleza de la situación, esto es uno de los componentes principales para determinar un mecanismo de afrontamiento, pues depende de cómo se dio el evento traumático es la manera en que se va asimilando y aceptando la realidad.

Los recursos tanto materiales como humanos con los que estas personas cuentan en su mayoría son limitados, pero uno de los principales recursos que imposibilitan varios procesos son los recursos materiales: esto porque en la mayoría de personas que habitan estas comunidades no cuentan con un nivel de educación alto, una estabilidad laboral, economía muy baja, una vivienda propia y otras en condiciones de vida poco aceptables.

Ante estas limitaciones las personas van tomando lo que está a su alcance y buscan apoyo social, siendo este otro recurso de los mecanismos de afrontamiento. El sentirse querido, protegido y valorado por otras personas cercanas en quien confiar (pareja, familiares o amigos), aunque no es tan importante la cantidad o el círculo social donde se encuentren estas personas lo principal para ellas es encontrar esa seguridad, entendimiento, comprensión y afecto. Por esto mismo es que las personas buscan integrarse a grupos religiosos, de autoayuda o establecer nuevas amistades que hayan pasado por un evento parecido.

Una de las manifestaciones de la violencia que más se evidenció en la población atendida fue la violencia sexual hacia la mujer en diferentes edades, desde niñas de 7 años como en mujeres adultas, este tipo de agresiones tiende a generar diversas problemáticas que no son tan evidentes en algunos casos debido que estas víctimas no hacen más que callar hasta por años por inseguridad, temor o miedo a las amenazas que el agresor realiza.

La violencia sexual se ve manifestada aún en la vida adulta en la mayoría de mujeres, a lo que refieren Pérez y Borrás, (1996): *“No se puede entender el alcance psicológico de una agresión sexual sin tener en cuenta el componente de humillación y de violencia que comporta para la persona afecta. Las víctimas se sienten frecuentemente avergonzadas, sobre todo cuando los agresores sexuales son personas conocidas o cuando la violación tiene lugar en el ámbito de una relación de pareja.”*

Los escenarios de violencia sexual que se abordaron se dieron donde el agresor es algún miembro de la familia, el esposo (padrastro) o padre de sus hijos. Se identifican abusos que surge en el núcleo familiar de cuando se era más joven o una niña y después se continúa siendo víctima por su pareja sentimental. Los principales componentes que afectan a estas personas son; las represalias que pueda tomar el agresor si en dado caso se hace una denuncia, la vergüenza que se llega a tener de su cuerpo desvalorizándose totalmente y la desconfianza surgida a raíz del evento hacia cualquier institución que busque brindar ayuda o las mismas autoridades del estado.

Esto limitó en algunos momentos el progreso de algunas personas, pues el sentirse “inútil, sucia, débil y sin valor alguno como mujer y persona” utilizando los términos de la población atendida, imposibilita un crecimiento continuo y estabilidad en el proceso. Aunque más que sentirse de esa manera en que lo manifiestan las mujeres que es lógico como parte de todo lo vivido y como secuela de la violencia, es sentirse sin medios y herramientas que apoyen y las respalden ante la búsqueda de ayuda y un cambio.

Por estas razones la población no rompe el silencio y se obligada a callar durante mucho tiempo este tipo de abusos y la cultura de denuncia no es practicada en un gran porcentaje de las comunidades. La falta de denuncia que se da en esta población, no es porque no se cuente con el conocimiento o no se haya educado a la población a denunciar, si bien son unas de las causas no en su totalidad, pues existen otros factores que se evidenciaron: el temer por que se le haga daño a si misma o su familia, también mencionamos la desconfianza a las autoridades del

estado pues estas mismas también hacen un proceso lento y en algunos casos sin seguimiento alguno dejando inconcluso el proceso y que sin darse cuenta este mismo se vuelve en una esperanza para las víctimas, una esperanza que dan por perdida al ver que no se le da importancia necesaria. Estos procesos inconclusos hacen sentir a la persona aún más vulnerable de lo que se siente y sin ningún medio para sentirse protegidas.

Algunas mujeres después de presentar una denuncia aún siguen siendo víctimas de violencia sexual o intrafamiliar, principalmente porque el agresor es su conyugue, y aunque suene absurdo mencionarlo la persona persiste en esta situación y pareciera no hacer nada para romper el círculo de violencia, pero cuando se interactúa con estas personas se evidencia que las escasas alternativas de vida y falta de redes de apoyo son los principales obstáculos para lograr romperlo, pues no se cuenta con la seguridad para criar a sus hijos solas o el mismo temor de que el agresor le quite a sus hijos, la falta de escolaridad, recursos económicos y apoyo emocional.

Ante estos escenarios se generan mecanismos de afrontamiento como aislamiento, sentimientos de culpa, emociones negativas, búsqueda de apoyo legal e implicación de grupos sociales principalmente religiosos y en el caso de adolescentes grupos delictivos. Si bien hay mecanismos negativos y positivos son a los que se recurren pues se va utilizando lo que se tiene al alcance y su entorno social le permite.

Las personas que habitan en las comunidades del municipio de Villa Nueva se encuentran habitando en áreas muy contrastadas pues en calles y avenidas principales se ve una estructura de viviendas que simulan una economía estable y en algunas áreas también se encuentran condominios o colonias privatizadas, pero de donde vienen y surgen muchas de las problemáticas como la violencia, pobreza, inseguridad, vandalismo y analfabetismos son de esas comunidades que se encuentran ubicadas en lugares poco accesibles o bien donde se permite el ingreso a personas que viven en determinado lugar.

Se accede a algunas comunidades donde el ingreso es solamente por un bus el cual tiene uno o dos horarios de ingreso o salida a dicho lugar, donde las personas

se ven limitadas a salir a un área urbana frecuentemente y más aún si su nivel económico es bajo prefieren quedarse dentro de su comunidad. En estas comunidades que se encuentran poco accesibles para ingresar donde la educación, salud y seguridad son escasas sino es que nulas por parte del estado, se identifica como la violencia se concentra en pequeños grupos desde pequeños, tal es el caso de varios niños en una escuela donde no importando su edad y grado escolar muestran un nivel de agresividad muy alto, reflejado hasta en el juego más simple pues acciones como relacionarse de manera pacífica, dialogar, expresarse sin agredir, mostrar respeto e incluso ante las autoridades no se observan.

Estas actitudes tomadas desde niños son patrones que se reproducen por los padres quienes no ponen límites, fomentan o transmiten lo positivo.

*“La mayoría de estos niños son agredidos por sus padres, los tratan mal y por eso se vienen a desahogar aquí en la escuela o algunos de ellos se encuentran en grupos delictivos y es lo que les enseñan a sus hijos que la única manera de resolver las cosas es con violencia por medio de amenazas, golpes, gritos o insultos que a veces hasta a nosotros nos hacen por eso mejor no nos metemos y tratamos la manera de venir a ensañar nada más, porque si no hasta los papas vienen y hacen más grave el problema y nos ponemos en riesgo”. (Testimonio de una maestra)*

Al trabajar sobre la violencia y sus manifestaciones se vuelve complejo cuando se encuentran situaciones como estas pues la dimensión del miedo e inseguridad en agentes que buscan un cambio es grande aunque en un inicio no fuera así. Trabajar contra estos temas necesita más que positivismo y buena voluntad, se necesitan recursos que garanticen un cambio verdadero y no como se ha venido haciendo, cambios momentáneos o más bien solo acciones disfrazadas de cambios.

El trabajo que se realiza con el grupo de autoayuda con las mujeres víctimas de violencia también se ven muy enmarcadas estas situaciones donde a pesar que se ha pedido ayuda a las autoridades que promocionan brindarla no lo hacen y terminan recibéndola de otras redes de apoyo como instancias no gubernamentales pero tampoco es una ayuda o cambio de vida garantizada. El apoyo que reciben estas personas es brindada por determinado tiempo, después de ello se pretende

que las personas asuman y enfrenten su situación porque aparentemente ya se le han brindado las herramientas necesarias pero es ahí donde se ve la debilidad de estos proyectos que si bien tienen como objetivo ayudar a estas personas no se hace de manera integral.

Cuando las personas deben enfrentar las diversas situaciones en que se encuentren lo intentan pero al no contar ya con un seguimiento después de terminado su proceso en cualquier institución vuelven a caer en la misma situación y se enmarca más la deficiencia de estos proyectos que no tienen una visión más amplia y más a futuro para prevenir que las personas recaigan. Se necesita crear propuestas de trabajo que aunque no sean frecuentes si ocasionalmente se brinde seguimiento a estas personas para monitorear sus avances.

El trabajo realizado en el grupo de autoayuda con mujeres se extiende a 7 sesiones y no a 6 como se tenía prevista, esto porque se da un tema adicional a los propuestos en el plan de trabajo. El tema brindado es sobre las características de un agresor y una víctima, donde cada una de ellas logra identificar como los agresores de todas tenían características en común pues se comportaban de la misma manera antes las situaciones que se plantearon. Lo interesante del trabajo realizado con la población en esta sesión adicional fue, que no solo identificaron a un agresor como tal, sino también se identificaron a ellas mismas en algún momento como agresoras por algunos actos que habían ejercido y que al momento de reflexionar van ligados a la violencia y su reproducción en situaciones y contextos donde se han sentido amenazadas, enojadas, irritadas, confundidas y desconcertadas ante lo que les estaba pasando o hacia alguien en específico. Algunas de las situaciones en las que se identificaron como agresoras estas personas no canalizan con la persona culpable si no con cualquier persona que tienen alrededor principalmente sus hijos y otros familiares.

La impunidad del estado ante algunos casos de violencia, secuestros y agresiones es muy frecuente en este municipio pues algunos de ellos se quedan solo en denuncia y no hay un seguimiento por parte de las autoridades correspondientes. Cabe mencionar que algunos de estos procesos no tienen una continuidad por la

falta de pruebas según indican las personas atendidas. Los eventos por ejemplo de violencia sexual son denunciados mucho tiempo después del suceso y no entran dentro del protocolo de las autoridades para recabar las pruebas necesarias, en el caso de la violencia armada si son ataques por extorsiones o amenazas también se deja pasar mucho tiempo en investigaciones y no se brindan respuestas concretas a las víctimas que lo solicitan aunque por otro lado no son ni denunciados por el mismo temor que se maneja a nuevas represalias de continuar vivos.

El trabajo que realiza la institución va orientado siempre al síntoma de las personas, la intervención ante las secuelas de la violencia. Es un trabajo que se vuelve complejo por tratar de abarcar temas que traen una historicidad como sociedad y que tratar de ver la raíz y combatirla se vuelve muy utópico cuando los medios no se brindan para ayudar sino como obstaculizar el trabajo que se pretende hacer en cada espacio que se apertura. Cada grupo, comunidad o persona es influenciada sin darse cuenta por el mismo estado y las mismas instituciones que buscan un bien propio y no común para la población brindando ayuda maquillada de expectativas y progreso que solo quedan en el imaginario de cada uno y se valen de estas esperanzas ajenas para obtener otros beneficios propios.

Por ello es importante siempre brindar la información correcta a las personas aunque estas no sean las palabras que esperan escuchar. El hablar de manera clara y sincera con las personas permitió mayor apertura en el compartir de experiencias y motivación para continuar trabajando en lo que se presente y afrontarla con mejor actitud. Como resultado del trabajo realizado en los diversos espacios donde se tuvo involucramiento, utilizando la técnica de historias de vida se comparten las siguientes dos que sobresalen del grupo que se trabajó. En estas historias de vida se logran rescatar los logros más comunes en la población, se contrastan las edades que a pesar de ello cada una con sus dificultades lleva un proceso de reconstrucción parecido. No se adjunta historia de vida de sobreviviente de violencia armada masculino con secuelas físicas debido que no se logró convocar a las personas para trabajar este proyecto de recopilación de historias por cuestión de tiempo y movilidad.

## HISTORIA DE VIDA 1

La historia de vida de continuación es de una adolescente de 13 años a quien le gusta mucho estudiar, pues sabe que su única herramienta para superarse y obtener lo que tanto desea. Es una adolescente con muchos sueños y metas para su futuro, debido que ha pasado por muchas situaciones difíciles a pesar de su corta edad pero a pesar de ello no ha perdido su objetivo en mente que es graduarse por sus propios medios, trabajando para sí misma.

Esta joven cuenta con una familia numerosa y de escasos recursos. Una familia que no ha sido el mayor de los apoyos, pues por las mismas limitaciones con las que cuentan ponen a esta joven en situaciones donde se ha visto obligada a dejar de hacer muchas otras cosas que le gustan pero su mayor reto ha sido estudiar duro y tratar de mantener buenas notas.

Es una joven muy entusiasta pero sobre todo se ha vuelto muy fuerte y ha logrado afrontar cada problema presentado de diferente manera, tanto positivo como negativo pero lo importante es que ha logrado corregir cada decisión y obtener lo mejor de ella.

Nombre: A.C.Q.H.

Sexo: Femenino

Edad: 13 años.

Originaria de: Guatemala

Religión: Evangélica

Escolaridad: 6to. Primaria

### **NARRACIÓN:**

¿A qué tipo de violencia has sobrevivido?

**A.Q:** *“Yo fui víctima de un abuso sexual el año pasado en noviembre, por un señor que vivía cerca de mi casa. Él era de la iglesia a dónde íbamos, de hecho la iglesia es su casa.*

*Un día que yo iba del mercado fue cuando me agarro a la fuerza y me metió al portón de la iglesia y me dijo que yo tenía que hacer todo lo que él decía, cuando vi se empezó a bajar el pantalón, en ese momento yo solo me asuste y por mi cabeza no pasaba nada solo que quería gritar pero no sé porque pero no podía, aparte que él me tenía la mano en la boca.”*

*“Ese momento fue el más horrible que he vivido, logre salir porque me escape no porque el me dejara irme pero cuando salí corriendo solo me grito que si decía algo en mi casa le iba a hacer algo a mi papa porque como lo conoce, también si no era a mi papa entonces a mi mamá o hermana les iba a hacer lo mismo que a mí, no sé cómo pero cuando sentí estaba en una esquina sentada llorando, no sabía qué hacer y tampoco como dejar de llorar, solo quería llegar a mi casa pero no sabía que decir y moría de miedo.”*

*“Todo se supo porque cuando llegue donde una mi prima vio que tenía chupones, realmente yo no sabía que los tenía porque no me había visto, pero ella me llevo con mi mamá. Al inicio pensaron que me lo había hecho un novio o algo, en ese momento aún moría de miedo y no quería contar lo que había pasado pero cuando llego mi papa me volvieron a preguntar y de tanto y tanto, se los dije, fue ahí cuando les dije quién había sido y al otro día me llevaron al MP al poner la denuncia y es así como empezó todo el proceso legal y también me refirieron al apoyo psicológico que si me interesaba porque solo quería olvidar lo que me había pasado y sentirme mejor.”*

*¿Antes de iniciarse la violencia como era la dinámica familiar, social, laboral y/o educativa?*

**A.Q:** *“Antes de lo sucedido si me regañaban pero no era tanto, porque después de eso ellos empezaron a regañarme por cualquier cosa, a veces hacían comentarios diciéndome que deplano me había pasado eso porque yo lo había buscado.*

*Ellos dudaban de mi por cualquier cosa, a veces se portaban bien porque creían en mí y otras veces decían que yo ya me había vuelto mujer y por eso ahora tenía hacer más cosas en la casa.*

*Mi familia es muy ignorante ante muchas cosas de la capital, como ellos crecieron en pueblos aun piensan y actúan como si viviéramos haya y realmente eso no me ayudaba en nada a sentirme mejor.*

*Mis hermanos mayores menos son una ayuda, porque a la mayor le cuento mis cosas y no callaba sino le contaba rápido a todos y después me pegaba, a mi hermano el mayor menos le hablo porque es alcohólico y siempre que llega tomado me maltrata o a mis papas. Tengo dos hermanos menores quienes a veces me ponen a cuidar si ven que no estoy haciendo algo.*

*Mi familia realmente no fue una gran ayuda para mí pues en lugar de sentirme mejor ahí, me sentía peor, pero he tratado la manera de hablar más con ellos, aclararles cosas y expresarles como me siento y a pesar que no han sido muchos los cambios ahora no es como antes pues a veces me pregunta cómo me siento y se preocupan más por mí y mi recuperación.”*

¿Cómo afecto la violencia en su vida, que cambios se dieron?

**A.Q:** *“A raíz de lo que me paso cambien mi forma de ver las cosas, antes era más inocente y pensaba que nada me pasaría, también confiaba en cualquiera y le contaba mis cosas a cualquiera, pero ya no es así, pues a quienes consideraba mis amigas o personas más cercanas también me fallaron.*

*“A pesar de ser algo muy duro de superar me ha enseñado que soy muy fuerte y que si pongo empeño y no dejo que eso me afecte puedo seguir creciendo y ser*

*una mejor persona, a diferencia de quienes me fallaron y se burlaron de mí. Quiero demostrarles que no soy lo que dicen, una persona débil y sin futuro.”*

¿Cómo se actuó para romper y afrontar con ese tipo de violencia?

**A.Q:** *“ Lo primero y más importante que hice fue romper el silencio, aunque al inicio no quería por temor pero lo hice y eso me dio más fuerza, creo que lo que no se debe hacer es callar porque así es como dejamos que esto le pase a otras personas y esos infelices siguen haciendo lo mismo.*

*El hablar y armarme de valor para denunciar y hacer que lo encerraran fue lo mejor que hice pues eso me hizo sentir más segura y también el saber que así podía evitar que lo hiciera con otras niñas como yo.*

*Aceptar también lo que me paso y saber que todo iba a ser distinto a partir de ahí, aceptar que para eso ya no hay marcha atrás y que lo único que queda es luchar y tratar de olvidar también me ha ayudado a ir superando esto día a día.”*

¿De qué o quienes me apoye para poder salir y afrontar el proceso de recuperación?

**A.Q:** *“Principalmente de mi porque al inicio busque a mis familiares y amistades más cercanas a quienes les confié lo que me había pasado pero todos en lugar de ayudar me hicieron sentir más mal y sola que nunca.”*

*“Después de haber recurrido a todos ellos y no encontrar más que decepción fue en el sesiones de psicología donde encontré mi primer apoyo y en Dios, ahora la primer persona que me ayudo a salir adelante fui yo misma porque me encontré misma la fuerza. A pesar que llegue a un punto donde para desahogarme me cortaba, lastimaba, no me cuidaba, me hacía de menos y permitía que me trataran mal pero ahora es diferente porque sé cuánto valgo, lo inteligente y capaz que soy para hacer lo que me propongo.*

*“Creo que realmente para salir adelante solo se debe pedirle a Dios que le de fuerza para salir de las situaciones difíciles y que le ayude a actuar de la mejor manera, creo que se debe poner todo por parte de uno porque yo sé que esas cosas no se olvidan para siempre pero se debe aprender a vivir con eso y en un futuro poder contarlo sin tanto dolor.”*

*“Pienso que también hay que aprender a perdonar a esas personas que nos hacen daño y demostrarles que si pudimos salir adelante y lograr muchas cosas que nadie se imaginan.”*

¿Actualmente qué valor le doy a todo lo vivido?

**A.Q:** *“La verdad no lo tengo muy claro porque siento que aún estoy pequeña y me falta mucho por vivir pero si sé que esto me va a ayudar a tomar mejores decisiones más adelante cuando este grande.”*

*“Bueno, puede que no sea lo mejor que he vivido pero todos los problemas que se dieron y la manera en que se han ido calmando me han enseñado que no todo es malo. Esto me ha hecho ver que ahora cada día que viva debe ser lleno de logros y no quedarme estancada, estoy segura que ahora antes de hacer algo y sienta que no puedo pensaré en todo lo que he superado y en como he dejado de ser una niña normal.”*

¿Me asumo como un sobreviviente y por qué?

**A.Q:** *“Uff! Si. Si creo que soy sobreviviente porque todo lo que he pasado no ha sido ni es fácil para mí y mi familia”*

*“Aunque no niego que a veces me da miedo imaginarme que me voy a encontrar a ese señor y no saber cómo actuar pero también estoy segura que ya no soy*

*como antes, he logrado muchas cosas y una de ellas es vencer mis propios miedos, entonces como no voy a vencer ese otro.”*

*“La verdad ahora me siento tranquila al contar sobre lo que me paso y ya no como lo hacía antes, ahora cuando se me viene a la mente busco hacer otras cosas como leer, estudiar o escuchar música. Aunque no hay probabilidades que siga estudiando porque mis papas no tienen mucho dinero, pero espero crecer un poco más para poder trabajar y pagarme mis estudios o ver si hay becas para graduarme, yo sé que lo hare, porque es lo único que me pude sacar adelante y darme una vida mejor.”*

## **HISTORIA DE VIDA 2**

La historia de vida que a continuación se relata es sobre una mujer quien ha sido víctima no solo de un tipo de violencia sino de varias manifestaciones de ella. Una que ha pasado mucho tiempo guardando silencio ante estas situaciones difíciles.

Se escoge esta historia para compartir pues es un claro ejemplo de las situaciones en que la mayoría de mujeres con las que se tiene contacto se encuentran. A pesar que el o los eventos traumáticos sucedieron hace muchos años atrás continúan repercutiendo en su presente, en la manera que viven y en cada decisión que toman.

A través de esta experiencia compartida se conoce no solo esas situaciones que se han vuelto cotidianas en nuestro país, sino la reconstrucción de una persona, la reestructuración de un relato y la búsqueda de una nueva perspectiva de vida.

Es la historia de una mujer que a pesar que no cuenta con ningún grado de escolaridad, no sabiendo escribir y leer muy poco, logro sacar un curso como auxiliar de enfermería, tiene un negocio propio de cosméticos y tiene 4 hijos quienes ha logrado sacar adelante y brindarles una carrera a cada uno. A pesar de las situaciones tan difíciles y limitantes que se presentaron ha sabido salir adelante y afrontar cada dificultad.

**DATOS GENERALES:**

Nombre: **G.E.S.H.**

Sexo: **Femenino**

Edad: **47**

Originaria de: **Jutiapa**

Religión: **Evangélica**

Estado civil: **Soltera**

**NARRACIÓN:**

¿A qué tipos de violencia estuve expuesta?

**G.S.:** *“Bueno yo antes no sabía si quiera que era víctima de violencia y sobre todo saber que era más de una. No es fácil identificar y aceptarlo pero la violencia que viví ha sido sexual, intrafamiliar, psicológica e incluso armada.”*

*“Tal vez del único tipo de violencia que tenía noción era de la violencia intrafamiliar pues mi exesposo me trataba muy mal, yo debía cumplir con todo lo que él decía y como él me indicara porque si hacía las cosas y no le gustaban me golpeaba, maltrataba y hasta mis hijos cachaban. Por ello aguantaba y callaba para que mis hijos no vieran lo que su papá me hacía y de cómo me trataba.”*

*“Pero no solo era la violencia intrafamiliar que vivía, también la violencia sexual que se dio desde el primer día que me case con él porque yo no quería pero mi mamá me obligó a casarme con él. Esa primera noche que nos casamos fue de las peores porque él me forzó a tener relaciones y más sabiendo que nunca había estado con nadie, eso lo hizo sentirse más importante y pensar que era dueño de mi cuerpo.”*

*“Ese abuso sexual se dio hasta el último día que estuvimos viviendo juntos, porque yo debía cumplirle como esposa, como mujer, sirvienta y madre de sus hijos. Yo por eso le guardaba un odio muy grande, porque mi sentir era que me*

*había quitado una de las cosas más importantes y sagradas en la vida. No lograba perdonarlo a él y a mi mamá, los veía como cómplices ante mi infelicidad.”*

*“Otro tipo de violencia que viví también por parte de ese hombre fue la violencia armada, ya que no solo me amenazaba sino llegó al punto de apuntarme con un arma. Él tiene amistades que se encuentran vinculadas con pandilleros y por se aprovechaba de mantenerme sumisa porque yo me dejaba e incluso reclamo la mitad de la casa donde vivimos con mis hijos, ahora vive en la parte de abajo y nosotros arriba, pero ha sido un calvario porque lo único que hace es crear más problemas y difamarme.”*

¿A qué edad se empezó a ser víctima de la violencia?

**G.S.:** *“Ahora que lo veo creo que desde pequeña cuando mi papá me trabaja diferente a mis hermanos hombre porque me ponía hacer que hacer que según él los hombres no podían hacer y el hecho que mamá lo permitía y de igual manera me trataba.”*

*“Al crecer también el ser forzada a casarme con alguien a quien no quería, en lugar de brindarme una educación pero según ellos no lo merecía por el simple hecho de ser mujer y a visión de ellos mi único propósito era ser ama de casa y tener hijos para serviles al igual que a mi esposo.”*

*“Viéndolo bien desde pequeña he tenido una vida dura y la violencia me persigue, pero creo que también es por el lugar de donde vengo porque haya en el pueblo todas las mujeres aún en la actualidad son tratadas asa, realmente no soy la única y da pena y tristeza decirlo pero así es.”*

¿Cómo afecto la violencia en su vida, que cambios se dieron?

**G.S.:** *“Creo que cambios se dieron después de dejar aún lado la violencia, ya que antes mi vida estaba afectada por la violencia. Antes era sumisa, me creía inútil, mi autoestima estaba hasta por los suelos. A pesar que no se leer y escribir manejo moto desde hace muchos años y tengo licencia, cosa que estoy segura muchas mujeres aún no lo hacen por miedo, pero el hecho de no saber leer y escribir como muchos me causaba mucho conflicto porque pensaba que por eso era bruta y no valía nada, bueno eso era lo que me hacían pensar todos.”*

¿Cómo se actuó para romper y afrontar con ese círculo de violencia?

**G.S.:** *“Lo hice hasta hoy en día y fue porque realmente me asustó mucho cuando ese señor me amenazó con el arma porque más que temer por mí fue por mis hijos le soy sincera.”*

*“Soporte todo, pero el hecho de sentir que mis hijos también estaban en peligro me motivo a poner una denuncia en contra de él porque sinceramente como mujer no me valoraba y tampoco me veía ya como mujer, solo me veía en el papel de madre y ama de casa.”*

*“Pero después me ayudó el saber que valgo mucho y saber que no soy la única que ha pasado por eso, sino que hay más mujeres y que han logrado salir adelante. Saber que como mujer valgo mucho y que mi vida es tan valiosa como la de cualquiera me ha ayudado a afrontar esas situaciones pues ahora sé que fortalezas y virtudes tengo muchas.”*

¿Cómo afronto actualmente algunas situaciones de violencia que se presentan?

**G.S.:** *“Ahora trato de ver las cosas de manera positiva ya no es como antes que pasaban las cosas y en lugar de hacer algo para solucionarlo solo buscaba con quien rematar y como desahogarme sin darme cuenta que yo me convertía en*

*alguien que también creaba violencia y hacia lo que tanto odiaba que me hicieran.”*

*“Cuando se presenta una situación parecida a las que viví pienso y reflexiono que es lo mejor para mí y quienes me rodean, pero ahora siempre me pongo primero a mí y a nadie más.”*

¿De qué o quienes me apoye para poder salir y afrontar el proceso de recuperación?

**G.S.:** *“Principalmente de Dios, luego de mis hijos y tercero del apoyo psicológico, porque fue lo que me ayudo a abrir los ojos, a ver la vida y todo lo que he pasado desde otros ojos, es decir, me los abrieron.”*

*“El venir a sesiones de psicológicas fue mi principal motivación porque a través de eso me aprendí a ver como una mujer que tiene muchas virtudes y fortalezas, también a crear nuevas metas y reconfirmar las que ya tenía. Al valorarme a mí misma, trabajar el odio y el rencor que no me daban tranquilidad y felicidad ha ayudado a que pueda ir cambiando varios aspectos de mí que incluso han permitido una mejor convivencia con mis hijos y hasta mi mamá, pues reflexionando sobre todo lo que ella me hizo estoy segura que lo hizo pensando que era lo mejor para mí, ya que ahora que soy madre también busco lo mejor para ellos.”*

*“Como conclusión creo que la principal persona de esto, soy yo, pues si no hubiera decidido y tener la fuera que tengo ahora no hubiera logrado salir de todo lo que me perseguía y no me dejaba tranquila. Ahora hasta pude enfrentar a mi ex pareja y el hecho de haberlo hecho hasta a él le sorprendió y me ha dejado de molestar poco a poco.”*

¿Actualmente qué valor le doy a todo lo vivido?

**G.S.:** *“ ¡Hay dios! Creo que es lo que me constituye hoy como mujer, como adulta y como madre. Si no hubiera vivido todo eso, si hubiera tenido una vida fácil y llena de lujos tal vez no valorara todo lo que tengo y no supiera el verdadero valor de trabajar y recoger los frutos de lo que uno siembra.”*

*“Es lo que me tocó vivir pero no viéndolo de manera conformista, al contrario, son todas esas cosas que me hacen sobresalir y ser de ayuda para otras personas en situaciones parecidas. Uno no escoge la vida que le toca, sino el camino y las decisiones a tomar ya sea para salir adelante o quedarse estancado.”*

¿Me asumo como un sobreviviente y por qué?

**G.S.:** *“ ¡Definitivamente! Soy una luchadora y sobreviviente de estas y más situaciones difíciles. Espero ser un ejemplo para mis hijos, nietos y demás mujeres que han pasado o se encuentran pasando por lo mismo.”*

*“Me considero una sobreviviente y guerrera porque no todas rompemos el silencio y enfrentamos las dificultades de frente como lo hice y lo sigo haciendo. Ahora me siento como una mariposa que acaba de salir de su capullo y que se encuentra descubriendo a una YO.”*

*“Estoy muy feliz y positiva porque enserió estoy descubriendo tantas cosas bonitas y fuertes de mí, cosas que nunca pensé que poseía y estoy muy agradecida a Dios por seguir en la lucha y ahora no caer tan fácilmente.”*

Se utilizan iniciales para identificar a las personas que decidieron compartir su relato, más no su nombre por seguridad y no ser reconocidas por quienes las rodean.

## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### CONCLUSIONES:

- Se ha naturalizado tanto la violencia en estas comunidades que a algunos eventos ya no se les toma importancia. Se identifica que esta naturalización también es tomada como un mecanismo de defensa pues les brinda hasta cierto punto tranquilidad, ya que si prestan atención a cada cosa de su alrededor no podrían llevar su vida de manera normal y la preocupación constante de ser víctimas de algún evento violento no los dejaría salir a trabajar, estudiar, pasear y vivir tranquilos.
- La mayoría de mecanismos de afrontamiento que ha adquirido cada persona es lo que ha podido tomar de su entorno y que dentro de sus recursos tanto económicos como humanos se les ha facilitado utilizar. Aunque los resultados sean positivos o negativos estos no son evaluados por la persona, pues su objetivo es solo salir de la situación en que se encuentra y no importando como ni que se dañe en ese proceso.
- La cultura de denuncia no es muy frecuente en estas comunidades y no por ignorancia si no por muchos factores sociales, económicos y de seguridad que en ocasiones obligan a la población el no ejercer ese derecho. Sin embargo, el dejar a un lado el miedo y realizar denuncias también se ha frecuentado en la población pues ahora hay más personas que toman esa decisión y que la fomentan con quienes las rodean.
- La teoría sobre algunos temas se queda muy corta ante la realidad de estas comunidades o no se acopla con las condiciones en que se manifiesta cada problemática. Por ello fue muy importante y enriquecedor este proceso de EPS donde se conoció e interactuó de manera directa con la realidad de la que tanto se escucha hablar y no pretender conocerla desde otras versiones o teorías planteadas por personas ajenas y sin conocimiento a nuestra realidad como país.

- Algunas personas que solicitan el apoyo psicológico tiene como prioridad regularmente resolver su situación vinculada a la violencia más que su propio bienestar y salud mental. En ocasiones buscan el apoyo pensando que por medio de ello se agilizará algún proceso legal y no se cuenta con el conocimiento sobre la psicología y como puede ayudar a la reconstrucción individual y colectiva.
- Algunas instituciones que brindan apoyo a personas de escasos recursos ante una situación de desastre siempre buscan el protagonismo antes que brindar una ayuda integral. Estas acciones tomadas por las instituciones son también producto de una dinámica a la cual se integran y que en la sociedad se van creando para llenar algunos puestos y apariencias.
- Los niños y adolescentes se ven expuestos a la violencia de diferentes maneras y por tanto van generando diferentes mecanismos de afrontamiento que si bien son parecidos a los de un adulto tienen mayor probabilidad de arraigarse de manera negativa si no son trabajados en el momento adecuado.
- Los miembros de una comunidad ante las diversas situaciones de violencia que se ven expuestos utilizan mecanismos ya sea de manera consciente o inconsciente pero lo que no consideran y menos prestan atención son los resultados que se obtienen de ellos ni sus consecuencias a corto o largo plazo.
- El no limitarse a trabajar solamente en un área específica y atreverse a salir para participar en otros espacios por muy pequeños que sean, permitió crear nuevos enlaces para la institución y el apoyo que se debe generar por el desarrollo de una comunidad.

## **RECOMENDACIONES:**

- Es necesario fomentar el apoyo psicológico a personas que se encuentran en este tipo de situaciones relacionados a la violencia como se ha venido haciendo en el CAP y aunque los cambios no sean tan grandes lo importante es que cada una de las personas o los pequeños grupos que se trabajen reflejen el verdadero interés para mejorar sus condiciones de vida y su comunidad.
- Aunque no siempre se cumplen las expectativas y objetivos de un proyecto en contextos como estos, es importante ir adecuando o realizar la apertura de más espacios que se adecuen a las necesidades que la comunidad solicita y no lo que se cree que es necesario para ellos.
- Se debe atrever a realizar más teoría acorde a nuestro contexto, es más, teoría que surja de ese contexto y no pretender encajar a la población en teorías que se originaron en otros ámbitos, que aunque sirvan de apoyo en el proceso de investigación no sean la única visión y alternativa de generar conocimiento.
- Como institución continuar con el trabajo que se realiza en los diferentes espacios que brindan apoyo psicológico y continuar con la visión psicosocial con la que se cuenta pues esto ha brindado una visión más amplia de las problemáticas y sus posibles formas de abordaje.
- Si se continúa con un nuevo grupo de autoayuda víctimas de violencia es necesario solicitar el tiempo y espacio adecuado que brinde mayor seguridad y permanencia y así seguir brindando el apoyo psicológico y no dejar que se pierda este espacio tan importante, pues al no contar con estos recursos el trabajo a realizar se puede ver afectado o limitado.
- En la apertura de nuevos espacios con nuevos grupos comunitarios es importante tomar en cuenta el seguimiento que se brindará a largo plazo a cada uno, aun después de haber concluido el proceso inicial.
- Continuar el trabajo de compartir con las personas que asisten al CAP o en los distintos espacios comunitarios donde se tiene participación sobre las diversas

instituciones que conforman la red de derivación y que brindan apoyo en varias áreas tanto legales como de salud, educativas y psicológicas a personas de escasos recursos pues esto permitirá que más personas obtengan ayuda.

- Una de las metas principales del CAP es poder brindar una atención integral a las víctimas de violencia. Ante ello es importante dar a conocer a la comunidad los casos en específicos que podrán contar con dicha ayuda de lo contrario tener previsto y contar con otras alternativas permanentes para referir a las personas.

- El apoyo que brinda la institución busca ser de muy buena calidad y completa, pero se debería considerar brindar dicha ayuda dentro de las comunidades donde habitan las personas, ya que para algunas de ellas es realmente difícil movilizarse al centro de la ciudad por ejemplo, aunque se les brinde un transporte porque deben cumplir con ciertas actividades cotidianas importantes para ellas.

## BIBLIOGRAFIA

### LIBROS:

- Coordinadora Nacional para la Prevención de la Violencia Intrafamiliar y contra las Mujeres -CONAPREVI- Protocolo de Atención a Víctimas/ Sobrevivientes de Violencia Sexual, Guatemala 13 de noviembre del 2009, 1ra. Edición, Impresos MR. P. 38 – 42
- Montero, Maritza, (2007), “Hacer para transformar: El método en la psicología comunitaria”, Buenos Aires: Paidós.
- Montero, M. (2004). Teoría y práctica de la psicología comunitaria: la tensión entre comunidad y sociedad. Buenos Aires: Paidós
- Maritza Montero, “Memoria e Ideología. Historias de Vida: Memoria Individual y Colectiva”. Revista Acta Sociológica, núm 1, enero- abril 199, Coordinación de Sociología. FCPyS, UNAM.
- Blanco A. y Rodríguez M. (2007) “Intervención Psicosocial”. Madrid, Pearson Educación.
- Echeburúa, E. (2008) “SUPERAR UN TRAUMA. El tratamiento de las víctimas de sucesos violentos”. Ediciones pirámide.
- Speaker, P. 1993 pobreza y seguridad social (Londres: Routledge).
- Baratz, M.S. y Grigsby, W.G. 1971 “Reflexiones sobre la pobreza y su eliminación  
” en Journal of Social Policy (Cambridge) Vol. 1, Nº 2

VIRTUAL:

Monografías (2011). La Violencia. Recuperado el 15 de marzo de 2016  
<http://www.monografias.com/trabajos15/la-violencia/la-violencia.shtml#ixzz44PNSPG9x>

Monografías (2012) Violencia Intrafamiliar. Recuperado el 15 de marzo de 2016.  
<http://www.monografias.com/trabajos34/violencia-intrafamiliar/violencia-intrafamiliar.shtml#ixzz44QMsrsyo>

Monografías (2011) Violencia Sexual. Recuperado el 15 de marzo de 2016.  
<http://www.monografias.com/trabajos7/vise/vise.shtml#ixzz44Rs42Vkr>

UNESCO, La educación, víctima de la violencia armada, Recuperado el 01 de abril de 2016,  
<http://www.unesco.org/new/es/unesco/themes/pcpd/education-in-emergencies/protecting-education-from-attack/>

CERAC (2015) Violencia Armada y Desarrollo, Recuperado el 30 de marzo de 2016,  
<http://www.cerac.org.co/es/l%C3%ADneas-de-investigaci%C3%B3n/violencia-armada/>

Web Psicólogos (feb. 25, 2014), Mecanismos de Defensa y Estilos de Afrontamiento, Recuperado el 28 de marzo de 2016,  
<http://definicion.de/mecanismos-de-defensa/#ixzz44agswFLG>