

Madres e hijas sanando juntas las heridas de la violencia



Sistematización del proceso de acompañamiento emocional con madres de niñas y adolescentes sobrevivientes de abuso sexual

Madres e hijas sanando juntas las heridas de la violencia



*Pintura de Claudia
Tempray*

Elaborado por:

Lic. Ruth Marina Matamoros.
Psicóloga especialista en manejo de
trauma complejo y abuso sexual.

Revisión de texto:

Msc. Abbie Shepard Fields y
Lic. Luisa Pérez Herrán

Edición, diseño y diagramación:

Ediciones gráficas Las Lilas

Una publicación de:



Esta publicación se realiza en el marco del proyecto
Ciudadanía Activa: Derechos para todas.

Matagalpa, Nicaragua, junio 2016

Con el apoyo de:



Índice

I	Introducción	5
II	Antecedentes	6
III	Justificación	7
IV	Contexto de la experiencia	8
V	Referente teórico conceptual	11
VI	Objetivo de la sistematización	15
VII	Contando la experiencia	15
VIII	Resultado de la experiencia	17
IX	Conclusiones del proceso de acompañamiento en el grupo de apoyo con madres	27
X	Lecciones aprendidas de la experiencia	29
XI	Recomendaciones	30
XII	Lista de referencias	31
XIII	Anexos	32
	Anexo 1 Planes de trabajo de las sesiones	33
	Anexo 2 Rueda del poder y control	61
	Rueda de la igualdad	62
	Anexo 3	63
	Materiales elaborados por las participantes y desde la facilitación	63

I. Introducción

La presente sistematización tiene como propósito dar cuenta de un proceso de acompañamiento emocional con madres de niñas y adolescentes sobrevivientes de abuso sexual realizado de agosto a octubre de 2014 en el municipio de La Dalia, departamento de Matagalpa.

Se pretende compartir la experiencia del grupo de apoyo mutuo como madres también en su identidad de mujeres, quienes a causa del abuso sexual que vivieron sus hijas, se convirtieron en víctimas secundarias de la violencia.

El eje de la sistematización persigue responder a la pregunta: ¿En qué medida el proceso llevado por las madres contribuye a la mejora de su estado emocional y a su capacidad de apoyar a sus hijas sobrevivientes de abuso sexual?

Queda clara la importancia de que madres e hijas trabajen a la par. Ellas juegan un papel central en el proceso de recuperación emocional de las hijas, a la vez que se fortalece el vínculo madre-hija ambas avanzan en su empoderamiento como mujeres

El abuso sexual es un delito que tiene efectos difíciles de enfrentar en solitario. Se necesita el acompañamiento de profesionales capacitadas, así como acciones contundentes para su disminución y erradicación.

Trasladamos esta experiencia a psicólogas y terapeutas que trabajan con esta problemática, así como a todas las personas que creen en las sobrevivientes para que desde ese lugar contribuyan a su real acceso a una vida sin violencia.

II. Antecedentes

Grupo Venancia nació en 1991 como un equipo de formación y comunicación popular entre mujeres. Es un colectivo feminista que promueve la acción conjunta y el ejercicio pleno de la ciudadanía de las mujeres en la construcción de una sociedad justa e igualitaria.

En nuestro trabajo creemos que las situaciones que atraviesan las mujeres producto de vivir en una sociedad sexista traen consecuencias para su vida en todas las dimensiones, incluida su salud mental y las relaciones con las demás personas.

Varios años de experiencia trabajando en el acompañamiento con las sobrevivientes de violencia niñas, adolescentes y adultas nos abrió la oportunidad de asumir la práctica que desarrollamos, en esta ocasión, aplicando los conocimientos adquiridos dentro del Curso de especialización en el abordaje del trauma complejo por abuso sexual, impartido desde la Universidad Centroamericana de Nicaragua en 2014-2015.

Aspiramos a que las mujeres avancemos a nuestro empoderamiento para que podamos relacionarnos en igualdad, que cada mujer se sienta apropiada de sus derechos, “con capacidad para defenderlos, con recursos para ejercerlos, con autoestima y transgrediendo los límites impuestos”. (Grupo Venancia, 2013, p.9)

Cuando buscamos apoyo, las mujeres necesitamos espacios de confianza para compartir las situaciones difíciles y superar situaciones que compartimos como género. En Grupo Venancia desarrollamos procesos de atención tanto individual como grupal con mujeres, niñas, niños y adolescentes en el servicio de atención psicológica, realizamos sesiones de apoyo y acompañamiento emocional con mujeres que se encuentran en situaciones de violencia y/o quieren acceder a la justicia, facilitamos grupos terapéuticos para la recuperación emocional de las sobrevivientes de abuso sexual; así mismo acompañamos grupos de autoayuda con defensoras de derechos humanos para procesar las situaciones emocionales resultantes de su trabajo en el acompañamiento de las víctimas.



*Pintura de Claudia Tremblay,
Canada*



III. Justificación

*Pintura de Claudia Tremblay,
Canada*

Sistematizar el proceso de acompañamiento con un grupo de apoyo mutuo entre las madres de las niñas y adolescentes sobrevivientes de abuso sexual adquiere importancia porque nos permite recoger la riqueza de experiencias de las protagonistas con sus reflexiones, sus risas y sus lágrimas como parte de la recuperación emocional.

La experiencia nos dice que realizar estos procesos ayuda a las mujeres a superar circunstancias adversas y a retomar la vida a pesar de las dificultades, pues recobran la esperanza y se fortalecen los lazos de amor entre ellas y sus hijas.

Las madres enfrentan con dolor, vergüenza y culpa todos los cuestionamientos sociales de “haber fallado” en su papel protector, el cual no se cuestiona de igual forma a los padres. Muchas veces no saben cómo manejar la victimización de su hija, y no saben qué necesitan sus hijas/hijos de ellas. Este impacto es muy poco reconocido en los procesos de apoyo, que generalmente están enfocados en las niñas/niños víctimas.

Las lecciones aprendidas en esta experiencia nos permiten compartir los conocimientos con otras/os profesionales y organizaciones que trabajan con sobrevivientes de abuso sexual infantil, y entender mejor las necesidades de sus familias—en particular las madres—en cuanto a los procesos de recuperación.

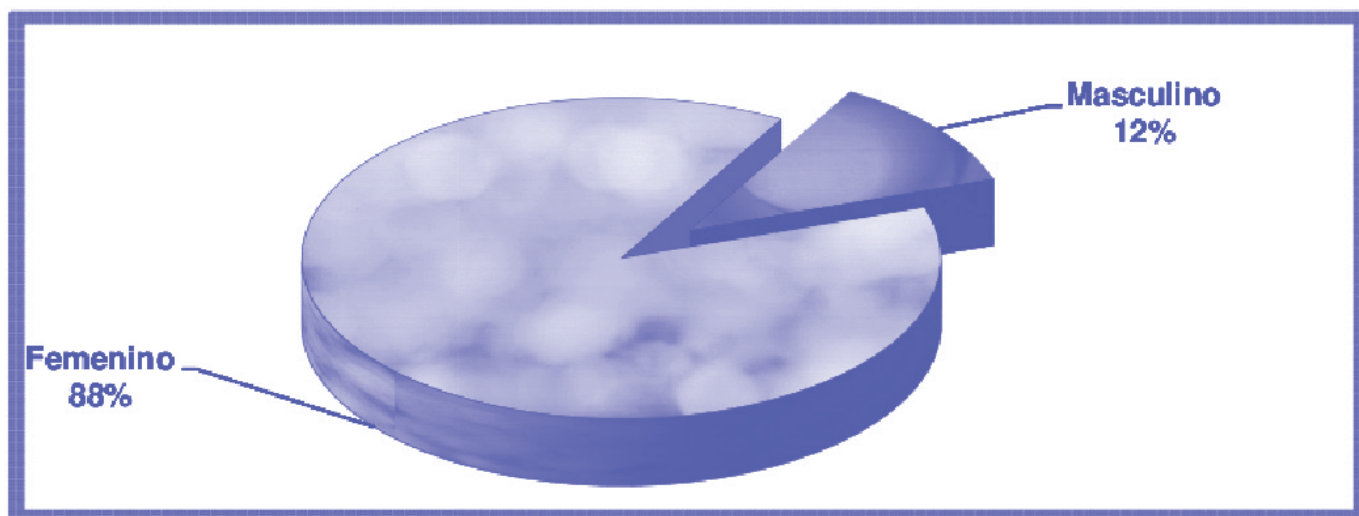
Los resultados de la presente experiencia invitan a realizar réplicas ahí donde se identifican situaciones de abuso sexual, aprendiendo junto a las madres nuevas formas de enfrentarlas y de lidiar con algo que ninguna persona está preparada de antemano, atreviéndose a conocer más, comprometiéndose con el cambio, haciendo uso de los recursos internos y externos que descubren en sí mismas.

IV. Contexto de la experiencia

La violencia sexual en Nicaragua es un problema muy grave. Las niñas son sometidas mediante abuso sexual y en muchas ocasiones obligadas a cargar con embarazos producto de violaciones, pues nuestra legislación penaliza el aborto en cualquier circunstancia.

Según el Instituto de Medicina Legal, en su Anuario 2013, se registraron un total de 6,069 peritajes de violencia sexual, de los cuales 5,370 (88.5%) fueron del sexo femenino y 699 (11.5) del sexo masculino, lo que manifiesta el patrón de comportamiento de la violencia sexual hacia las mujeres, principalmente. (p.40)

Instituto de Medicina Legal, Nicaragua 201

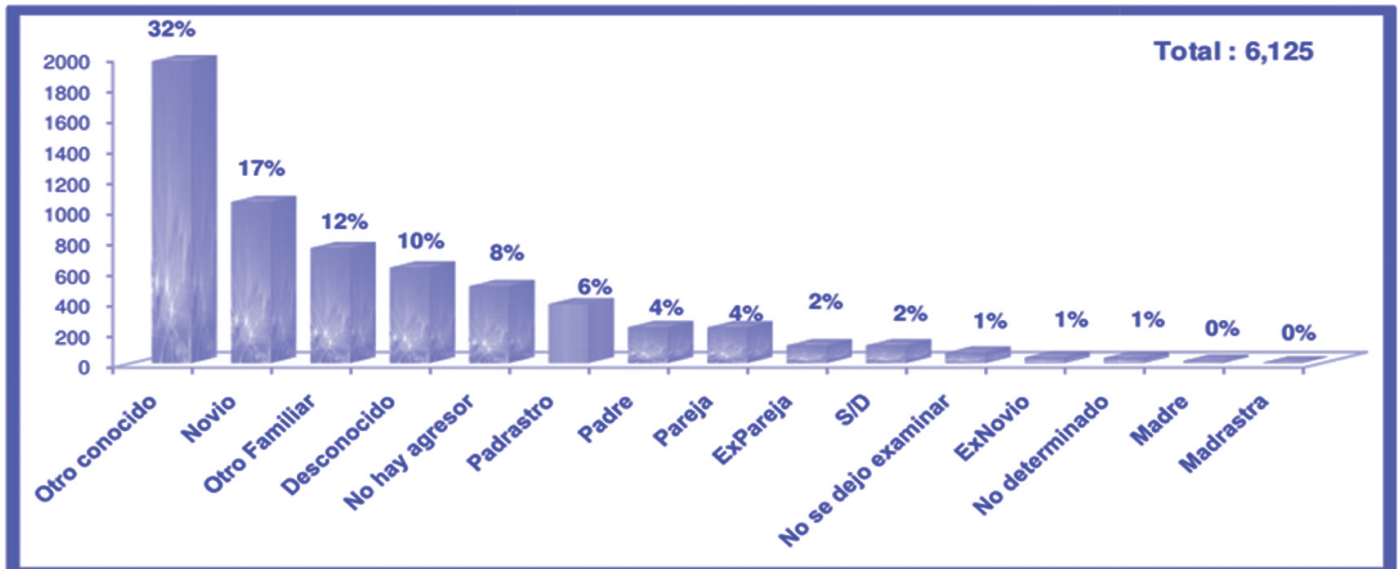


Fuente: Departamento de Estadísticas-Instituto de Medicina Legal

Las niñas y niños son las principales víctimas de la violencia sexual. Las niñas menores de 13 años representan el 83% de este grupo de edad y del grupo de 14 -17 años son el 95% del sexo femenino. Significa que de estos dos grupos el 88% del total son niñas y adolescentes. (p.41)

La creencia de que una niña pre-adolescente es ya “casadera” o sea, que está lista para iniciar relaciones sexuales o de pareja es un prejuicio machista que está detrás de la práctica de “robarse” a las niñas cuando apenas empiezan a mostrar cambios en su desarrollo psicosexual.

**Gráfico No. 36 Violencia sexual según agresor
Instituto de Medicina Legal, Nicaragua 2013**



En 6,125 peritajes realizados por el Instituto de Medicina Legal a nivel nacional en casos de violencia sexual se identifica que el 46% de los agresores son personas dentro del entorno familiar. De éstos, el 27% de los casos fue otro miembro de la familia (primo, abuelo, tío, etc.) Hay 14% que fueron victimizadas por padrastros y padres y el resto por lo general son personas conocidas (p.44).

Violencia sexual y embarazos

La violencia sexual es una violación de los derechos humanos y tiene un impacto significativo en la salud sexual y reproductiva de las mujeres. Las niñas y las jóvenes experimentan índices más altos de violencia sexual que las mujeres adultas. Una de las consecuencias más nefastas de la violencia sexual es el embarazo impuesto a las niñas y adolescentes.

En septiembre 2014, Martínez, Luis. E., periodista del Diario La Prensa publicó un reportaje titulado: “Municipio de niñas madres” donde se señala la gravedad de la situación de las niñas que de 11, 12 y 13 años resultan embarazadas en el municipio de La Dalia, Matagalpa. Cita un diagnóstico de 2009 en ese municipio el cual revela que el 15% del total de delitos de ese año fueron de violencia sexual y que, en el Registro civil, del total de nacimientos un tercio son de madres adolescentes. (La Prensa 10/09/14. En versión impresa página: 4 A).

¿Por qué tantos casos de abuso sexual?

En sociedades patriarcales como la nuestra las desigualdades de poder entre hombres y mujeres crean grandes brechas que se transforman en discriminación, se normaliza la violencia y las situaciones de violencia no siempre se denuncian.

El miedo a las represalias de los agresores, la falta de confianza en que las autoridades lo resolverán, el estigma o marca que tienen que cargar las víctimas y la retardación de justicia hacen que las personas a veces desistan de denunciar o de continuar sus procesos. Esto se ve agravado porque no existen desde el Estado programas de prevención de estos delitos ni de atención para el abordaje psicosocial con la víctimas directas ni para sus madres y familias.

¿Cómo afecta a las madres el abuso sexual a sus hijos e hijas?

Como parte de esta cultura las mujeres somos estimuladas para que seamos las responsables del bienestar físico y emocional de la familia¹. (Batres, 1997). Esta es una de las razones por las cuales la sociedad hace responsables a las madres cuando sus hijas e hijos pasan por una situación de abuso imponiéndoles una sanción que no se merecen; de esta forma el perpetrador queda fuera del foco de atención y son las madres y sus hijos e hijas quienes llevan la peor parte.

En Nicaragua no hay programas gubernamentales de apoyo psicosocial a las madres que enfrentan casos de abusos a sus hijos e hijas. Las organizaciones de mujeres desde hace muchos años desarrollan procesos terapéuticos para la recuperación de adolescentes y niñas/os que han vivido abuso sexual, hay mucha experiencia en este sentido con psicólogas especialistas en terapias diversas. También hay experiencias de grupos de autoayuda y grupos de apoyo mutuo con sobrevivientes adultas de abuso sexual e incesto, todas son muy interesantes e intentan dar respuesta a la problemática.

Grupo Venancia ha realizado grupos terapéuticos con niñas y adolescentes desde hace más de 10 años utilizando el enfoque género sensitivo, pero es hasta 2014 que nos embarcamos a trabajar conjuntamente con madres e hijas en el mismo periodo para contribuir a la recuperación de ambas partes afectadas por la violencia sexual, unas como víctimas directas y otras como víctimas secundarias o indirectas que necesitan llevar un proceso que les permita fortalecer a sus hijas y a la vez trabajar en su propia recuperación. (Matamoros, R. (2014)



Pintura de Vickie Wade, E.U.

¹Del ultraje a la esperanza. Tratamiento de las secuelas del incesto. Batres, Gioconda. San José (Costa Rica): ILANUD. Programa Regional de Capacitación contra la Violencia Doméstica, 1997.



Pintura de Vickie Wade, EU.

V. Referente teórico conceptual

Alicia H. Ganduglia, citando a Deblinger en un artículo titulado **Niñas y niños. Padres y madres de víctimas primarias y secundarias**, sostiene que “... la capacidad de los padres no ofensores para proveer ayuda después de una revelación de abuso sexual puede ser el factor más crítico en relación a la adaptación psicológica del niño después del abuso”. (Adam-Tucker, 1981; Conte y Schuermanan, 1987; Everson et al., 1989, citado por Ganduglia, 2007, p. 14)

Señala que los padres no ofensores sin embargo, no reciben la intensidad de apoyo que necesitan y más bien desde la comunidad profesional han sido poco empáticos hacia las madres de los niños abusados, máxime cuando ha sido víctimas de incesto tratándolas como cómplices, negadoras e indirectamente responsables del abuso de sus hijos. Aunque las evidencias empíricas indican que la mayoría de las madres no responden a este estereotipo. (Conte & Berliner, 1988; Deblinger et al. 1993; Sirls & Franke, 1989, citado por Ganduglia, 2007, p. 14)

Autores citados en el mismo texto como Emilce Dio Bleichmar dice “En los casos de incestos padres, padrastros, hermanos- existen dos víctimas: la hija y la madre”. (Ganduglia, 2007, p.15), Parece ser que el apoyo de la madre para niños y niñas desde el mismo momento de la revelación y su posterior respaldo y protección es muy significativo incluso cuando se enfrentan a situaciones tan complejas como brindar su testimonio en un juicio.

La situación de las madres y su papel en la recuperación

Las madres se enfrentan a una serie de problemas producidos por una situación que ellas no provocaron; algunos relacionados a los efectos del abuso en sus hijos e hijas en su comportamiento, problemas escolares, en sus emociones o aquellos causados por el estigma del hijo/a abusado/a. Otros problemas tendrán que ver con afrontar la situación en su contexto familiar, por ejemplo la

división de la familia nuclear o ampliada, el distanciamiento de las amistades, las innumerables gestiones en la ruta de justicia, la probable pérdida de su trabajo o tener dejar a sus demás hijos en casa mientras acompaña al hijo o hija que ha sido victimizado/a.

Si las madres creen desde el primer momento el relato de sus hijos e hijas es ya un paso importante para la recuperación, sin embargo, las madres “podrían no ser capaces de proveer una adecuada contención debido a su propia angustia, así como a sus conocimientos y habilidades limitadas frente a las dificultades que presentan después de la revelación del abuso” (Deblinger y Helfing, 1996, citado por Ganduglia, 2007, p. 14)

Desde el campo de experiencias clínicas sobre todo, más que experimental, según Ganduglia, “...la figura de la madre ha pasado desde la ciega complicidad negligente [de la que se le acusaba en los primeros años de investigación, y que aún prevalecen] hasta el reconocimiento de la importancia de su sostén y comprensión para el trabajo terapéutico...” Ganduglia (2007, p.9). (Los corchetes son de la autora de esta sistematización).

El papel de las representaciones sociales en el rol que juegan las madres

El término **madre** se asocia con entrega, sacrificio y abnegación. Esta idealización de la figura materna trae consigo una situación muy injusta que demanda de ellas la incondicionalidad ilimitada y la perfección, difíciles de cumplir para cualquier persona.

Según Lorena Saleti (2008), las representaciones que configuran el imaginario social de la maternidad tiene un enorme poder reductor, donde todos los posibles deseos de las mujeres son sustituidos por uno: tener un hijo, y uniformados, en tanto que la maternidad crearía una identidad homogénea de todas las mujeres. (p. 177)

Esto significa que las expectativas que se tiene de las madres es que actúen solamente en su papel de cuidadoras, como si al tener un hijo su identidad total es la de ser madre y no se le considera como un ser individual; ya no puede ser o desear como mujer. Ese ideal sobre la maternidad se ha creado culturalmente.

Las madres están en el foco de atención siempre que suceden situaciones de abuso sexual y serán juzgadas por la sociedad por no haber cumplido los roles que vienen en el “paquete” de la maternidad. Son muy pocos los que se preguntan ¿dónde estaba el padre cuando los abusos sexuales estaban ocurriendo? Los roles asignados por la sociedad patriarcal a las madres: de protección, seguridad, afecto, son asumidos generalmente sin apoyo de las contrapartes masculinas y exigen un servicio permanente sin horarios ni límites.

Pero, ¿cómo puede ejercer esos roles una mujer cuando ella misma se siente insegura y con miedo para enfrentar que su hijo o hija ha sido víctima de abuso sexual?, ¿cómo podrá acompañarle?, ¿cómo enfrentar al abusador, cuando es una figura importante de la familia?, ¿de dónde tomará la fuerza para no dar pasos atrás cuando se le presenten dificultades en el proceso legal, la situación económica y demás factores en su contra? El sufrimiento y el menoscabo a sus emociones como resultado de enfrentar una situación tan injusta como es el abuso sexual a una de sus criaturas la convierte en víctima secundaria.

Ganduglia citando a Lilliana Pluis define a la víctima indirecta como “...Aquella persona que, sin participar expresamente en los hechos que se enjuician, es victimizada debido al sufrimiento, el menoscabo o incluso la muerte de la primera [la víctima directa] y en su propio caso por la propia contemplación de la víctima primaria”. (Ganduglia, 2007, p.3)

¿Por qué no se dan cuenta de la situación de abuso?



Las expectativas de la gente común es que las madres estén 24 horas al día pendientes de sus hijos e hijas y son las responsables de la satisfacción de todas sus necesidades. Así que, cuando sucede una situación de abuso, sobre todo si el perpetrador es un miembro de la familia, se le culpa de estar de acuerdo con el abusador, de que ella lo consentía y la acusan de cómplice y cooperadora. Por otro lado, también se les suele acusar de romper la armonía familiar si denuncia al agresor, por no resolver los problemas discretamente en casa. (Velásquez & Sequeira, 1999). Como ya se advirtió antes, todo esto quita el foco de atención sobre el verdadero responsable del delito: el abusador sexual.

Factores externos e internos entran en juego para que las madres no se den cuenta del abuso:

- La dinámica propia del abuso:

Por temor a que el abusador cumpla con sus amenazas, el niño o niña intentará esconder su sufrimiento delante de todos, incluso de su madre.

“Cuando el agresor vive en la casa o es cercano, éste asumirá actitudes que desorienten a la madre para que no sospeche. Se mostrará cariñoso y protector, bondadoso con el niño o niña... esto le permite recurrir al chantaje emocional...” (Sequeira Picado, C. y Velásquez Sandoval, R.I. 1999 (p.18)

También puede que se muestre hostil e indiferente y buscará la forma de crear la imagen del niño como mentiroso, para que no sea creído si rompe el secreto. Las señales que la madre pudo haber percibido antes de la revelación, solo tienen sentido luego de que el abuso sexual fue descubierto.

- Entre los factores internos estará la negación, culpa, frustración, enojo, miedo de las repercusiones, sentimientos de inadecuación, problemas emocionales.

Una cosa es reconocer el abuso y otra cosa es estar preparada como madre para responder tal y como la sociedad espera. A veces estas expectativas sociales de lo que las madres “deberían de hacer” son contradictorias entre sí, por ejemplo, exigen que apoye a la víctima y que a la vez no perjudique la imagen del agresor. Imagino el sentimiento de una mujer cuyo hijo de 18 años abusa de su hermanita de 5. Para ella es un trauma muy grande, le supone un gran conflicto emocional y está obligada a tomar decisiones.

- Entre los factores externos pueden estar la imagen del abusador ante las demás personas, no se concibe que esta persona sea capaz de tener “esas conductas”. Y entonces, una vez descubierto el abuso, la presión que pueden ejercer otros miembros de la familia o los amigos para protegerlo, las amenazas propias de los agresores, presiones económicas y la falta de apoyo de las instituciones, entre otras pueden complicar mucho la situación para las madres y sus hijos e hijas.

La madre en tanto persona en el proceso terapéutico: individuo que ha sufrido un menoscabo a su integridad emocional.

Trabajar la identidad como madres es importante porque fue lo que las llevó a la terapia, a la vez, hay que tener en cuenta que son sujetas de derecho y que su integridad como personas ha sido afectada por la experiencia del abuso sexual. La terapia debe revisar desde un enfoque de género los conceptos y actitudes de las mujeres en sus relaciones afectivas. Apoyarlas para que adquirieran la confianza suficiente de tomar decisiones importantes, pensando en sus hijos e hijas pero también en sí mismas.

En la terapia grupal, compartir con otras mujeres en igual situación les permitirá elaborar la experiencia y desmitificar el rol que como madres se les ha atribuido. Esto aporta mucho a superar el hecho de sentirse culpabilizadas. Es necesario que encuentren en la terapia información, apoyo, confianza y solidaridad.

El niño o niña victimizado/a se recuperará mejor y más rápido siempre que haya una persona que le crea, acompañe y apoye. Cuando la madre da seguridad y confianza, amor y cariño y además se coloca de su lado rechazando al victimario, se fortalecen los vínculos y ambas personas recuperan el deseo de vivir.

El enfoque sistémico nos permite reconocer que tanto las madres como los hijos e hijas se encuentran en un contexto muchas veces desfavorable; que deberán identificar recursos de apoyo para superar las difíciles situaciones que enfrentarán.

Un objetivo importante en este proceso es que las mujeres sepan proyectarse en el futuro; tendrán que aprender a no vivir en la inmediatez e imaginar una meta y cómo llegar a ella.

En síntesis, muchas mujeres pueden haber olvidado que como personas merecen también pensar en sí mismas y no solo en función de los demás. El hecho de ser madres es parte importante de su identidad pero no es todo lo que son. Han de recuperar la capacidad de cuidarse, de construir la vida que quieren tener, a la vez de acompañar a sus hijos e hijas en el proceso de recuperación del abuso sexual.



Pintura de Claudia Tremblay, Canada.

VI. Objetivo de la sistematización

Reconstruir y ordenar la experiencia vivida por las mujeres en el grupo de apoyo con madres de niñas sobrevivientes de abuso sexual realizado en el municipio de La Dalia, departamento de Matagalpa de agosto a octubre de 2014.

VII. Contando la experiencia

Nos planteamos como objetivo acompañar el proceso de las madres de las niñas y adolescentes que han vivido recientemente abuso sexual tanto en su situación de madres como de víctimas secundarias que las ayudase a sentirse más vinculadas con sus hijas y más empoderadas como mujeres. Se propone que la madre se convierta en un agente activo en el proceso de reparación de su hijo como lo proponen Martínez, J. y C. Sinclair, (2006).

A partir de la propuesta metodológica del Manual “Me reconozco y te acompaño”, una publicación de Dos Generaciones, de las autoras Reina I. Velásquez y Cándida Sequeira, e integrando elementos del Manual para facilitadoras de Grupos de Apoyo a Madres de víctimas de incesto y abuso sexual, de la Fundación Ser y Crecer, de Costa Rica fue construido un proceso que constó de 14 sesiones de trabajo.

Fue todo un reto integrar temas y metodologías para desarrollar un grupo de apoyo que sirviese a las mujeres a sentirse mejor y más vinculadas positivamente con sus hijas.

A la par de este grupo, las hijas también estaban llevando su propio proceso de recuperación emocional mediante un grupo terapéutico facilitado por dos psicólogas especialistas en la problemática del abuso sexual utilizando la terapia género-sensitiva. Este es un aspecto muy importante porque se reforzaron mutuamente los resultados obtenidos en uno y otro proceso.

“El grupo ayuda a romper el silencio y el secreto, a compartir con otras madres con historias similares lo que le ayuda a salir del aislamiento en el que pueden encontrarse...” Claramunt, M. 1993. (p.21)

Este es el planteamiento principal, a través de un grupo de apoyo se rompe con el aislamiento ante el sufrimiento provocado por la situación de abuso así como el enjuiciamiento que la sociedad les impone mediante creencias o representaciones sociales como: “ella no la cuidó, ella es culpable porque encubrió al abusador”... entre otras.

Este tipo de grupo es cerrado, lo que significa que las mismas mujeres que lo empiezan lo deberían terminar y es un grupo heterogéneo, pues no necesitan ser todas las madres de la misma edad, extracción social, nivel de educación; se intenta que cada una se sienta incluida e integrada en el proceso.

Centrarse en lo positivo

En concordancia con Martínez, J. y C. Sinclair en *Culpa o Responsabilidad: Terapia con Madres de Niñas y Niños que han Sufrido Abuso Sexual*, utilizando un enfoque de responsabilidad no se desconocen las dificultades que puede enfrentar la madre, pero se enfatiza en los recursos. Martínez, J. y C. Sinclair, (2006).

El enfoque de responsabilidad se centra en las competencias de la madre y el importante papel que pueden desempeñar en la reparación del daño donde se activan sus recursos para la realización de acciones concretas y se refuerza la relación entre las madres y sus hijas. Utilizar este enfoque contrarresta aquellos enfoques que se centran en el rol de la madre en la ocurrencia del abuso, enjuiciándola y haciendo que sus defensas eleven y finalmente abandonen la terapia. Martínez, J. y C. Sinclair, (2006).

En la terapia grupal se pretende que las madres o tutoras reconstruyan sus fortalezas y habilidades como mujeres, reconociendo sus derechos y libertades, cambiando la desconfianza, la vergüenza y el aislamiento por la autoestima, comunicación y sentimientos asertivos, así como desmitificar los mitos y creencias que las responsabilizan del abuso que fue cometido contra sus hijas.

La terapia contribuye a desarrollar mecanismos internos y externos para construir una relación de respeto y ternura con sus hijas e hijos acompañándolas de la mejor manera en su recuperación. Velásquez, R. y Sequeira, C. (p. 23)

En los programas planteados no se incluía profundizar sobre sexualidad, pero en esta experiencia fue introducido como un tema muy importante que ayuda a las madres a tener una mejor comprensión de la vulnerabilidad que el desconocimiento sobre la misma podría tener para las niñas frente a los agresores. También se trabajó Sexualidad para que las participantes tuvieran acceso a conocimientos que fueron tabú en su niñez y que ahora dificultan la comunicación con sus hijas e hijos por la importancia central de estos temas para su desarrollo.



Pintura de Claudia Tremblay, Canadá.

El proceso se organizó en 3 etapas:



Pintura de Claudia Tremblay, Canada.

1. **Confianza y seguridad.** Se promueve la integración de las participantes, crear un ambiente de seguridad y confianza en el grupo para sentirse comprendidas mientras elaboran sus experiencias.
2. **Compartiendo sentimientos, información y conocimientos para romper con las creencias y mitos** que han contribuido al sentimiento de culpabilidad y responsabilidad de la agresión que sufrieron sus hijas.
3. **Metas y proyectos de vida.** Las participantes estarán en mejor disposición de reconstruir sus vidas porque han compartido experiencias y han desarrollado habilidades para establecer una mejor relación con ellas mismas y con las demás. Identificarán sus recursos para seguir adelante luego de que el proceso grupal se cierra.

VIII. Resultado de la experiencia

La convocatoria fue facilitada por la coordinación con una psicóloga que realiza la intervención en crisis para las denunciadas de violencia en la Comisaría de la Mujer y la Niñez en el municipio de La Dalia. Las niñas y adolescentes fueron remitidas al grupo terapéutico de Grupo Venancia a la vez que se invitó a sus madres a conformar este grupo de apoyo. No se logró que todas las madres invitadas participaran, muchas de ellas están limitadas por las condiciones económicas (si viajan a la cabecera municipal, ese día no ganan para el sustento), dejar sus otros hijos e hijas en el hogar al cuidado de otras personas, entre otras situaciones.

En total participaron 8 madres, de las cuales 5 fueron las más constantes. La metodología fue adaptada con el objetivo de que todas se sintiesen integradas: la de la ciudad, las de comunidades, las neo-lectoras, lectoras y analfabetas. El énfasis estuvo en sus competencias.

En el grupo de madres había dos cuyas hijas resultaron embarazadas a consecuencia del abuso, uno por parte de un vecino y otro por parte del padrastro de la madre. Tres participantes reportaron que un ingeniero que trabajaba en la hacienda donde vivían ellas con sus familias sometió a las hijas a pornografía infantil. Otra denunció a un vecino que secuestró, con ayuda de los familiares de él, a su hija durante una semana y se presentó el caso de una chavala de 13 años acosada por el secretario político de la comunidad quien llegaba a su casa abusando de la confianza por ser primo del padre de la niña.

Se realizaron las tres etapas que se programaron para el grupo de apoyo con madres las cuales se detallan a continuación.

Etapas 1

En ésta etapa se planteó el grupo como un espacio de confianza para compartir entre madres que atravesaban una situación parecida, para sentirse mejor y apoyar el proceso de recuperación emocional que sus hijas comenzaron. Los primeros pasos fueron conocernos y caracterizar al grupo, desde este momento ya algunas madres hablaron de su situación. El grupo definió sus reglas para sentirse seguras y les permitió desarrollar relaciones de solidaridad entre todas. Cada una se expuso frente a las otras al dar conocer partes de su historia y de su identidad.

En la puesta en práctica de las sesiones, nos damos cuenta que necesitamos volver de una etapa a otra. Por ejemplo, reforzamos constantemente el grupo de apoyo como un espacio de confianza, en el que se sienten escuchadas y respaldadas. Hicimos varios ejercicios de escucha activa, reforzábamos la autoestima, en diferentes momentos nos transmitimos las mejores energías para ir haciendo los cambios necesarios.

Etapas 2

En ésta etapa logramos conocer y reflexionar sobre sus derechos, valorando en qué medida cada una los ha ejercido. A la par, conocieron los derechos de sus hijas e hijos mientras lo vinculábamos a la vida cotidiana de sus familias. Se les instó a respetar esos derechos sobre todo a opinar y dejarles decidir en cosas que tienen que ver con ellas y ellos. Además, identificamos sus fuentes de apoyo, así como sus recursos internos y externos que les ayudan en momentos difíciles.

Las madres contactaron con su historia en la niñez y sobre la confianza. Este tema les acercó mucho a la situación que viven sus niñas como víctimas de abuso sexual. Se cuestionaban ¿por qué mi hija no tuvo confianza de contarme lo que le estaba pasando? El proceso les ayudó a comprender que las estrategias utilizadas por el abusador comprometieron el silencio de las niñas; ellas intentaban mantenerse vivas dentro de una situación en la que fueron involucradas, en la que el abusador no tomó en cuenta las necesidades de las chavalas.



Pintura de Natalia Tejera, Argentina

La información y reflexión sobre la identidad de género y la discriminación hacia la mujer permitió que las participantes comprendieran cómo es que la sociedad basándose en mitos y creencias asigna a mujeres y hombres roles aprendidos, que generan desigualdad y emociones como la culpa y la impotencia.

Aprendieron también que es en el actuar diario en la casas donde hay que ir haciendo los cambios. Las participantes pusieron varios ejemplos de cómo ellas intentan que sus hijos e hijas hagan cosas en la casa, sobre todo los varones. Una de las madres dijo: “Hay que dar la oportunidad a las niñas de que tengan alguna experiencia para que no las engañen”; otras compartían: “Aprendí que tiene que haber igualdad”. “Me comprometo a que mi marido lave su ropa y darle un poco de libertad a mi hija”. “A pesar de que no sé leer, le he enseñado a mi varón a hacer sus propias cosas y mi hija estudia”.

Se reforzó la importancia de expresar las emociones, sabiendo que cuentan con fuentes de apoyo para compartir lo que les pasa. La facilitadora complementó con información sobre otros recursos en los que se pueden apoyar como son las amistades, las mujeres organizadas, las instituciones de la ruta de acceso a la justicia y aquí hablaron sobre lo difícil que ha sido para ellas que las atiendan en la Fiscalía porque el fiscal nunca está o que la Comisaría les dé respuesta sobre los denunciados que se encuentran prófugos de la justicia.

Reflexionar sobre la violencia y los derechos, como paso necesario para hacer el cambio.

Siempre dentro de la etapa 2, reflexionamos acerca de la violencia contra la mujer, enfatizando en la violencia sexual. Identificamos juntas diferentes manifestaciones de la violencia, cómo las costumbres y creencias sostienen las cosas en el mismo estado; lo que se dice de la mujer en los medios de comunicación, la falta de apoyo o sensibilidad de la población, la falta de funcionamiento de las instituciones y vimos la desigualdad entre hombres y mujeres como causa de la violencia.

También se ofrecieron alternativas ante los comportamientos violentos y luego cada participante asumió un compromiso para incorporarlo en las relaciones de la casa. Por ejemplo: “Tomar acuerdos entre los dos, compartir los gastos, que (el marido) reconozca que yo también puedo”, “Con mis hijas, apoyarlas en sus metas en la vida, respetar sus sentimientos, opiniones, amigas y actividades”. No quitarles que salgan (ni los varones ni las mujeres)”. Se enfatizó en lograr la identificación de las madres con sus hijas a través de varios ejercicios, entre ellos la línea de vida, en la que recordaron su niñez, unas experiencias alegres y otras difíciles.



Pintura de Vickie Wade, EU.

Compartieron acerca de las relaciones con su madre y padre, los contactos, el afecto y lo que ahora ellas emplean con sus hijos e hijas. Revelaron las situaciones de riesgo de abusos por parte de familiares, de novios que quisieron obligarlas a hacer cosas que ellas no querían; también ya como adultas, algunas vivieron situaciones de maltrato. Lo más reciente es el abuso hacia sus hijas y cómo ellas lo han vivido.

Valoraron también cómo lograron superar estas dificultades y la manera en que el proceso les está ayudando. “Ahora nos sentimos mejor, con el apoyo de ustedes, nos sentimos con confianza”.

Al abordar la violencia sexual trabajamos sobre los mitos del abuso. Las madres identificaron las dificultades que han tenido que enfrentar, las críticas que han recibido y los sentimientos que esto les ha generado, por ejemplo: “Sos descuidada, no les tenés amor a tus hijas”, “Toda mi familia me atacó”...

Para desculpabilizar a las madres en este proceso se hace necesario comprender las características del abusador sexual e identificar las estrategias que usaron para que las chavalas se quedaran en silencio y el abuso se prolongara. Los sentimientos de las madres por el abusador eran de impotencia, furia, “quisiera que se muriera decía una”. Se les advierte que sus sentimientos como madres no necesariamente son los mismos de sus hijas, sobre todo cuando el abusador las sedujo haciéndoles creer que sus conductas eran expresiones de amor.

Es importante explicarles a las madres que para prevenir este tipo de situaciones hay que reforzar la autoestima de las niñas y adolescentes.

Fue muy emotivo cuando, para cerrar una sesión, cada madre le dijo a la otra por qué no fue su culpa: “Usted es una madre y no quiere que le pase nada malo a su hija”, “no fue su culpa porque el hechor la acechaba y usted no sabía lo que pasaba”, “no es su culpa porque las madres nos damos cuenta hasta después”.

Luego, al evaluar esa sesión expresaron que habían aprendido que: “El responsable es el que hizo el daño”, “El abusador puede llegar a la casa cuando no estoy y se aprovecha de que estén solas”, “No me puedo seguir culpando porque me dijeron que yo descuidé a mi hija. Vi que él es el único responsable”. También dijeron que aprendieron a tener confianza entre ellas porque aunque es difícil contar lo que pasó, a pesar de todo están con sus hijas.

Para prevenir la violencia sexual es necesario hablar de sexualidad en cada etapa de la vida.

Un tema muy importante que fue introducido en el proceso y que no se contemplaba en los manuales que sirvieron de referencia para el grupo de apoyo mutuo, fue sexualidad. El objetivo era desmitificar la sexualidad actualizando los conocimientos de las madres y tener más seguridad en sí mismas.

Nos centramos en lo que ellas manejan sobre éste tema y cómo responden a las preguntas de sus hijos e hijas sobre el tema. Para las madres es difícil sobre todo porque nunca les hablaron de nada de sexualidad y cuando les vino la regla buscaron cómo solucionar y ya. Cuentan dos de ellas que han hablado con sus hijos varones advirtiéndoles que no embaracen a una chavala. Las otras esperan que en la escuela les digan. Una de las participantes tiene más información porque está organizada y ha participado en talleres.

Un dato importante es que todas estas mujeres se convirtieron madres a los 14, 16 y solo una a los 22 años por lo que comenzaron su vida en pareja con total inexperiencia y muy pocos conocimientos y expectativas sobre sexualidad.

Un ejercicio en el grupo de apoyo consistió en que de forma secreta hicieran preguntas sobre estos temas. Se compartieron conocimientos sobre cómo hablar de sexualidad con hijas e hijos en dependencia de la edad. La facilitadora explicó que la información sobre sexualidad hace que niños, niñas y adolescentes sean capaces de identificar a tiempo una situación de abuso sexual y que es importante respetar su derecho a no ser maltratados, para que sientan que su cuerpo es su territorio y que nadie debe tocarlos, que tienen derecho a decir NO y si algo les pasa pueden acudir a sus madres ya que la comunicación estará abierta siempre.

En el grupo de apoyo la mujer se coloca al centro de la reflexión como individuo y como madre, promovemos la estima y cuidado del cuerpo.

Las participantes elaboraron una figura de plastilina de su cuerpo y luego dijeron cuál es la parte que más le gusta y por qué. Identificaron los cambios de su cuerpo de adolescente a la madurez, cómo se cuidan... Es muy interesante que estas mujeres sienten la confianza de preguntar a su pareja si ellos no han tenido nada con otra mujer a la vez que con ellas. Para 4 de las 5 madres, éste solo hecho es una forma de cuidarse. La única que discrepa dice que no confía y que se cuida mucho, se hace el PAP y el examen del VIH.

Hablamos de la responsabilidad con el cuidado de su propio cuerpo y se complementó con otras ideas sobre cómo hacerlo. Como una forma de reconocimiento a su compromiso consigo mismas se les entregó de un regalo para el cuidado corporal, las participantes los apreciaron mucho; una de ellas estuvo muy agradecida, se emocionó dijo que no se lo esperaba.





Acercar a las madres a sus progenitoras y a sus propias hijas, es el camino para sanar.

Nuevamente la terapia lleva a identificar a las madres con las hijas reconociendo aquellos aspectos físicos y emocionales en los que se parecen. Este paso fue importante porque luego tratamos con los sentimientos y actitudes de las madres frente a la revelación del abuso sexual.

Las participantes pudieron expresar los sentimientos que experimentaron al darse cuenta del abuso contra sus hijas: “Deseaba morirme, quería estrangularlo, fue doloroso, me cuesta superarlo. Aún no lo asimilo”. Otra dijo: “Me sentí culpable, triste, quería morirme”... Una participante admitió que se sintió muy mal porque sucedió cuando ella no estaba y que siente rencor, tanto que, si fuera hombre y tuviera un arma, lo buscaría. Hubo sentimientos de soledad, de abandono, de miedo.

Reconocieron que las fortalezas propias y las de sus hijas les ayudaron a enfrentar ese momento y que hay gente que las respaldó. Les ha ayudado la perseverancia, el cambio de las chavalas con su proceso de

recuperación, el apoyo recibido por algunos familiares y los compañeros de vida en algunos casos. Mencionaron por ejemplo, el cambio de la niña que pasó de la agresividad a estar más relajada lo cual mejoró la relación entre ambas. Valoraron los talleres que han recibido y la alegría que han ido recuperando las chavalas.

Se exploraron los sentimientos de las madres hacia sus hijas hoy. Se sienten más seguras, han tomado acciones, ha mejorado la comunicación. Lo conversado en el grupo les da seguridad, aunque hay temor porque a pesar de la denuncia los agresores andan sueltos.

Con la terapia se perciben más acompañadas y alegres al ver que sus hijas están mejor. Una de las madres decía que ha visto cambios en su hija, de verla humilde ahora la ve más segura: “Ya no está oprimida, siento amor de acompañarla”.

El proceso terapéutico contribuye a mejorar la asertividad de las madres y el acercamiento a sus hijas por medio de diferentes ejercicios, por ejemplo recordando las relaciones con sus propias madres y con aquellas personas que en algún momento de su niñez las defendieron o cuidaron.

Cuando hablamos de los efectos del abuso sexual en sus hijas, algunas identificaron enojo en las chavalas, poca autoestima, tristeza antes de comenzar el grupo terapéutico. Una de las madres compartió cómo vivió el darse cuenta de que su hija estaba embarazada. Se lamentaba de que su niña no tuvo confianza en ella y lloró al recordar cómo la regañó y le pegó. Su actitud y sentimiento cambió cuando encontró una persona que la apoyó y se sintió comprendida. En estos momentos

se validan los sentimientos, sobre todo la impotencia y se releva la importancia de contar con otras personas.

Tomaron como referencia las experiencias de la infancia en las que ellas tuvieron a alguien que les escuchó, creyó y respaldó y lo importante que es para sus hijas que ellas de vivan este proceso a su lado. Se valora conjuntamente el acompañamiento que les brindan a sus hijas, creyéndoles lo que ellas les dicen, aceptando y comprendiéndolas para que superen la humillación y la vergüenza.

Para desarrollar la asertividad las mujeres tenemos que aprender a identificar nuestros deseos y aprender cuándo queremos decir que no ante otras personas. En el grupo de apoyo mutuo practicamos ejercicios que contribuyen a fortalecer la confianza en sí mismas y a responder cuando sus límites están siendo violados. Las participantes dijeron que lo aplicarán diciéndoles a las hijas que cuando alguien les “prometa algo” pueden decir que no, a la vez, les enseña a evitar el uso del maltrato con las hijas e hijos.

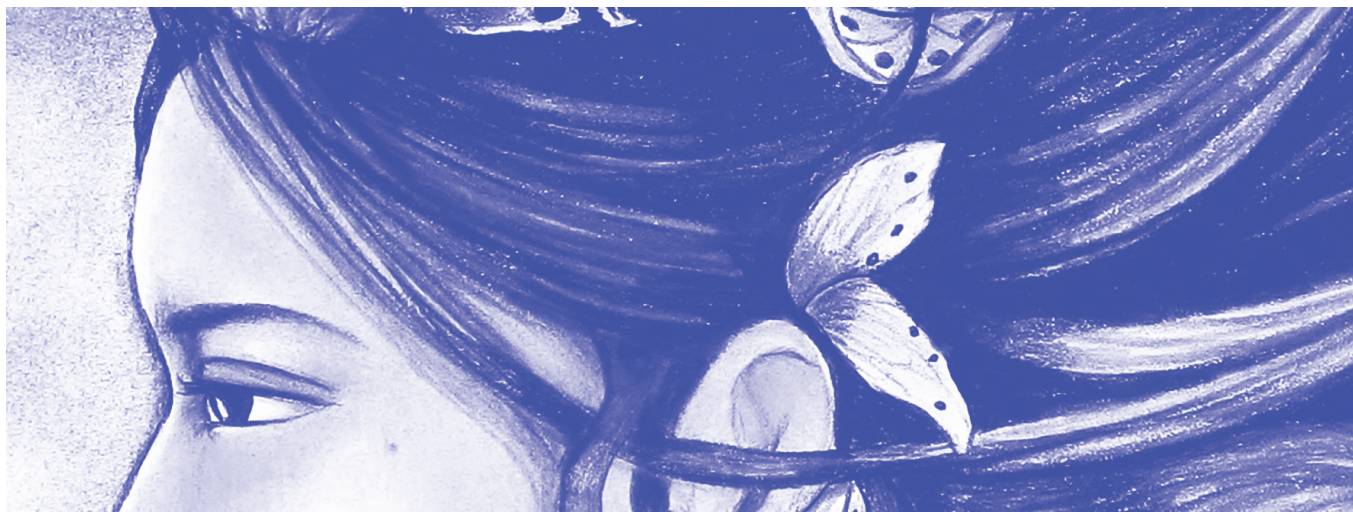
Experimentar el poder para sí mismas y sentir que tienen derecho a hacerlo.

Para desarrollar autoconfianza en las participantes se introdujo una sesión de auto-defensa para mujeres (Wendo) centrándose en escenarios que a menudo podrían enfrentar por su género, como la violación y los ataques de hombres violentos. En esta sesión juntamos los grupos: las madres pudieron observar la fuerza de sus hijas, éstas a su vez, vieron a sus madres capaces de dominar su territorio cuerpo. Una de las adolescentes afirmó: “Me sentí valiente y fuerte”.

La conducción estuvo a cargo de dos compañeras entrenadas en este sistema, las facilitadoras de ambos grupos de terapia estuvimos presentes para atender cualquier situación de crisis que pudiera presentarse. Las participantes experimentaron lo que significa defenderse de un ataque físico o verbal.

Fue muy divertido al principio, algunas no se atrevían a gritar ni siquiera su nombre, al final lo lograron. De cierre, cada participante rompió su tabla quedando en ellas una sensación de poderío y eficacia.

Las palabras de las madres al final de esta sesión fueron: “Yo animo a las chavalas para que sientan que una tiene su gusto y decisión, su fuerza. Si una mujer no quiere, el hombre no tiene que imponerse”. “Me siento bien, me gustó y fue alegre que hayamos estado juntas”.



Pintura de Claudia Tremblay, Canada.

Se valida la fortaleza demostrada en los ejercicios de Wendo y porque constituyen un ejemplo para sus hijas de que las mujeres tenemos poder. Una de las madres, aunque realizó algunos ejercicios, no quiso practicar los de contacto porque dijo que el ser cristiana no se lo permite. Es respetable permitir y reconocer estos límites, a la vez, vivir la experiencia de defenderse es muy valioso.

Otra participante afirmó: “!Qué bueno hubiera sido si yo hubiese sabido cómo defenderme de una agresión! Mi hija me alentó a practicarlo y me sentí bien”.

Más tarde, por grupos separados, volvimos la mirada acerca de cómo la vida de las mujeres está marcada por mandatos de género que, si no los hacemos conscientes nos lleva a repetir comportamientos una y otra vez en nuestra historia y la de nuestras hijas, así como pudieron estar en la vida de las propias progenitoras.

Compartir espacios como este con otras mujeres nos hace identificarnos entre nosotras y con nuestras madres. Escuchando las historias nos damos cuenta que somos más parecidas que lo que pensamos.

Con la reflexión sobre ¿qué cosas positivas podemos identificar como madres en la relación con las hijas e hijos? se visibiliza cómo ha incrementado la confianza de las niñas con sus madres. Aquellas les hacen preguntas, les cuentan cosas y les piden consejo. Valoran que ahora hay una mejor relación. Desde la facilitación se les insta a apoyar a sus hijas a seguir estudiando y mejorar las relaciones en la casa.

Etapa 3

Al entrar a ésta etapa las participantes se plantean metas reconociendo los recursos tanto internos como externos con los cuales cada una cuenta y que les permitirán conseguirlas. Es aquí también donde se preparan para concluir el proceso y despedirse de sus compañeras del grupo. Reconocen cualidades y fortalezas de las demás, la valentía que han tenido de enfrentar las situaciones de abuso.

Definimos con las madres un proyecto de vida que fuera lo más realista posible. Los cambios planteados de aquí a 3 años se plasmaron en dibujos e incluían: Tener su casa, criar en ella animales y cultivar plantas; mejorar la casa que tienen donde sus hijos puedan vivir. Para llegar a ese lugar deseado tienen que ir preparando condiciones, también les ayudarán su fe y el apoyo de su hija, la confianza en sí misma y el apoyo de la familia.





Pintura de Sally Rosenbaum, EU.

En la penúltima sesión fue cuando las madres elaboraron una carta para sus hijas basándose en una guía de preguntas donde expresaban los sentimientos hacia ellas, las preocupaciones actuales y lo que les gustaría para su futuro, así como la manera en que ellas les apoyarían. Las cartas para entregarlas al final del proceso quedaron muy bonitas y emotivas, reflejan el amor y la importancia de las hijas en la vida de las madres.

Se comprometen a apoyar y motivar a las hijas. Una de ellas dice que la va a apoyar para que estudie y le va a cuidar a la niña que tiene. Las preocupaciones que manifestaron tienen que ver con el temor de que regresen los agresores ya que están prófugos. La Policía es un recurso para la justicia, pero a la mayoría no les han dado respuesta todavía. Otra participante que todavía no ha denunciado teme la reacción del resto de la familia, es algo para lo que se tiene que preparar.

La evaluación del proceso

Se evaluó con las madres el proceso llevado en el grupo de apoyo. Dijeron que se sintieron tranquilas, desahogadas, no como antes. Fue impactante para ellas escuchar todas las historias y agradecían el apoyo recibido de parte de todas.

La sensación de “sentirse acabada por dentro”, de sentirse con una carga, “como un saco fruncido” cambió, se sienten optimistas y con las ganas de mejorar, se sintieron escuchadas, fortalecidas por el grupo, sintiéndose bien de haber compartido en confianza.

Una de las participantes contó que, después de una de las sesiones se atrevió a exigirle al marido que la apoyara frente al acosador de su hija (primo de éste) y luego, ella personalmente le exigió a este hombre que borrara de su celular la foto que le tomó a su hija. En el grupo la felicitamos por su valentía.

Del grupo recibieron, pero ellas también dieron. El grupo les aportó fuerzas, escucha, motivación, acompañamiento, comprensión, alegría, confianza y estaban contentas de que las que comenzaron, terminaron. Ellas también aportaron para que el grupo tuviera estos resultados: “Nos dimos cuenta que no sólo a una le pasó”, “Conté mi historia y quizá aprendieron de mí”, “Nos dimos amor y cariño”, “Nos recibimos como familia”, “Esto fue especial para nosotras”.

La facilitadora preguntó qué temas les hubiera gustado abordar, mencionaron dos: leyes y ¿por qué las mujeres vuelven con el hombre que las maltrató? En este momento la facilitadora explicó

que en situaciones de abuso sexual los ofensores, con mentiras, logran que las chavalas se sientan involucradas con ellos en el secreto del abuso. Por esa razón es importante que las muchachas desarrollen autoestima y confianza en sí mismas para que no las engañen. Para prevenir situaciones de abuso es importante hablar sobre sexualidad y sobre la existencia del abuso sexual.

En cuanto al seguimiento para el proceso de cada participante ofrecimos información sobre un servicio gratuito de apoyo psicológico disponible en la localidad.

En la última sesión, como siempre, se revisó el cumplimiento de los compromisos asumidos en la sesión anterior; cada cual iba a planificar un momento agradable a vivir con su hija. Todas comentaron que lo hicieron y fue bonito porque tuvieron oportunidad de platicar con ellas y de pensar juntas en una vida mejor. “Ahora siento que comprendo mejor lo que le pasó. Comprendo que es una niña, y que yo he cambiado” dijo una de las madres.

Para reforzar el orgullo de ser mujeres y sentirnos con derecho a decir que no, a que no nos levanten la voz y a exigir nuestros derechos, escuchamos juntas una canción donde se remarcan los derechos de la mujer y a todas les gustó. La compartimos en los anexos.

En el acto de cierre estuvimos juntas madres, hijas y facilitadoras de ambos grupos. Intercalamos las entregas de reconocimientos. Los fuimos leyendo uno a uno, así que las madres escucharon lo que decía en el diploma de sus hijas y, estas escucharon lo que les fue reconocido a sus madres ya que eran diplomas individualizados.

Cada participante del grupo de apoyo como muestra de cariño elaboró para otra un portaretratos con una foto, ésta fue entregada al final del acto como cierre del proceso. Las participantes intercambiaron además números telefónicos para seguir en contacto.

Como no todas las niñas tenían a su madre en este grupo, las cartas que las madres elaboraron fueron entregadas después del cierre para no crear sentimientos de abandono en las que no tuvieron esa experiencia. El acto culminó con muchas fotos, risas, brindis y mucho afecto compartido.





Imagen: Tomado de internet

IX Conclusiones del proceso de acompañamiento en el grupo de apoyo con madres

- Desarrollar un grupo de apoyo que sirva a las mujeres a sentirse mejor, más empoderadas y vinculadas positivamente con sus hijas es una experiencia muy gratificante cuando va acompañando el proceso de recuperación emocional de ellas.
- Seguir el plan de las 3 etapas del proceso ha sido muy acertado porque se abordan de forma integral todas las temáticas y se logra el acercamiento entre madres e hijas fortaleciendo su vínculo y aportando a la recuperación de ambas.
- Con el proceso terapéutico se logra la desculpabilización de las mujeres a quienes, injustamente, se les ha cargado con toda la responsabilidad del abuso sufrido por sus hijas mientras se desculpabiliza a los agresores, responsables directos del delito.
- Estas mujeres necesitan ser apreciadas no solo en su rol materno sino como individuos quienes, con la información y reflexión, lograron identificar el valor que tienen como personas.
- Conocer lo que pasó y por qué pasó les ayudó a procesarlo; también pudieron reconocer todos los recursos con los que cuentan y avanzar en su proceso de empoderamiento.
- La sexualidad es un tema central a trabajar en procesos grupales con las mujeres, máxime en situaciones en las que les ha sido arrebatado su derecho a decidir sobre su cuerpo. Romper con los tabúes y creencias erróneas acerca de la sexualidad trae un gran alivio a las madres

por las inquietudes que se les presentan en relación a la educación sexual de sus hijos e hijas. Contribuye a prevenir posibles abusos sexuales o enfrentar la situación que se les ha impuesto.

- Desarrollar un proceso grupal con madres como víctimas secundarias del abuso sexual nos da evidencia de todos los obstáculos que enfrentan estas mujeres y sus familias en la búsqueda de acceso a la justicia debido no solo a las presiones sociales que afrontan por la victimización de sus hijas, sino también por la falta de procesos legales rápidos y apegados a la ley.

De todos los 5 casos atendidos en este grupo 3 habían sido denunciados y todos los acusados se encontraban prófugos sin que hayan logrado hasta el momento obtener respuestas de las instituciones encargadas sobre su captura y procesamiento. En los otros dos casos hubo acciones y decisiones tomadas por las participantes: en una de ellas la niña decidió denunciar y le ha pedido a la madre que la acompañe, la madre está anuente a hacerlo, el proceso legal comenzará después de terminado el proceso terapéutico, pero como resultado directo de éste. El otro caso es el de una madre que confrontó con buen suceso al acosador de su hija advirtiéndole que de continuar su acoso le denunciaría.

- Como se puede verificar en la evaluación realizada por las participantes en la sesión 13 el grupo de apoyo fue una experiencia que les permitió desahogarse, compartir las historias entre ellas y sentirse mejor. Descubrieron en sí mismas la valentía, el amor, la confianza, se sintieron escuchadas. El grupo les aportó fuerzas, motivación, acompañamiento, comprensión y alegría.
- Las participantes reportaron en varias sesiones los logros en el acercamiento con sus hijas y la mejoría que vieron en ellas con la superación de la timidez, el enojo que lograron sacar, la oportunidad que se dieron para platicar con ellas.

Ha sido un trabajo muy satisfactorio y por eso invertir esfuerzos en procesos como éste hará la diferencia en la manera en cómo sobrellevan estas mujeres (madres e hijas) las experiencias futuras en sus vidas.



Imagen: Tomado de internet

X Lecciones aprendidas de la experiencia

1. Organizar un grupo de apoyo mutuo con madres de niñas y adolescentes sobrevivientes de abuso sexual requiere de contar con alianzas y coordinaciones con instituciones u organizaciones que capten los casos tanto de las víctimas primarias como de sus madres y los remitan para el proceso grupal. Es decir, que la identificación de las participantes no siempre viene de las situaciones que se presentan en la consulta psicológica o legal propia de la organización, sino que puede venir desde otras fuentes.
2. Es ideal desarrollar el proceso de las madres a la par del de las hijas para el refuerzo mutuo y que la recuperación sea más viable para ambas.
3. Los planes de trabajo, el tiempo y la metodología deben ser adaptados a las condiciones de las participantes. En este proceso solo una de las madres leía con fluidez, había dos neo lectoras y dos eran analfabetas. Esto significa que no se debe abusar de las técnicas que requieren lectura o escritura e implementar más aquellas que son de compartir de forma verbal con guías como en la co-escucha o escucha activa, dibujar o hacer trabajo corporal.
4. También se hace necesario ser flexibles en cuanto al horario y duración de las sesiones porque no siempre las participantes cuentan con tiempo suficiente. Algunas de ellas tenían que viajar temprano a sus comunidades o se les presentaban situaciones familiares que debían atender. En esta experiencia por ejemplo, una de ellas se le presentó su parto, otra la muerte de su suegra, otra porque tenía compromisos previos con su iglesia. En el caso de una de las participantes que solo estuvo en dos sesiones separadas entre sí, fue incorporada a los ejercicios y aceptada por las madres.

Esto significa que la flexibilidad es un elemento importante para dar continuidad al proceso incorporando los cambios que sean necesarios siempre y cuando no se pierda de vista el objetivo.



XI Recomendaciones

1. Desarrollar coordinaciones y alianzas para la remisión de casos que permitan conformar un grupo de al menos 8 a 12 participantes sabiendo que, no todas las que comienzan terminan el proceso.
2. La organización o colectivo que respalde estos procesos debe demostrar su compromiso prestando las condiciones necesarias y poniendo los recursos en la medida de sus posibilidades.
3. Reconocer que la recuperación de las madres y de las niñas es posible siempre que el proceso de acompañamiento cumpla con la ética y la especialización requeridas para conocer la problemática específica que atraviesan las madres de las niñas que han vivido abuso sexual.
4. De ser posible, realizar el proceso con distintas facilitadoras para los dos grupos para fortalecer la recuperación y las relaciones.
5. Mantener el enfoque de responsabilidad en la terapia con las madres, el cual reconoce las fortalezas más que las carencias. Esto es congruente con la búsqueda del empoderamiento personal y colectivo de las mujeres.

XII Lista de referencias

1. Claramunt, M.C. (1993). **Manual para facilitadoras de Grupos de Apoyo a Madres de víctimas de incesto y abuso sexual**. Costa Rica. Ediciones Ser y Crecer.
2. Código Penal de Nicaragua (2012). Ley No. 779 / Ley integral contra la violencia hacia las mujeres y de reformas a la Ley no. 641. La Gaceta, diario oficial de Nicaragua # 35.
3. Ganduglia, A. H. (2007). Niñas y niños. Padres y madres. De víctimas primarias y secundarias. Buenos Aires. Investigaciones y publicaciones, Observatorio de equidad de Género. Recuperado de: http://www.buenosaires.gob.ar/areas/des_social/mujer/observatorio_genero/pdf/Devictimasprimarias.pdf.
4. Grupo Venancia (2013). Documento interno de evaluación anual. Matagalpa.
5. López, E. (2013). Anuario estadístico de servicios médicos legales. Corte Suprema de Justicia. Managua, Nicaragua. Recuperado de: http://www.poderjudicial.gob.ni/pjupload/iml/pdf/Anuario_2013.pdf
6. Martínez, L.E. (2014). Municipio de niñas madres. Nicaragua. Diario La Prensa. Recuperado de: <http://www.laprensa.com.ni/2014/09/19/reportajes-especiales/212783-municipio-de-ninas-madres> recuperado 15/11/14.
7. Matamoros, R. (2014) Boletín del Observatorio de Violencia contra la Mujer. Nicaragua. 14ava. edición Grupo Venancia. Ediciones Las Lilas.
8. Saletti Cuesta, L. (2008). Propuestas teóricas feministas en relación al concepto de maternidad. En Clepsydra, 7 pp. 169-183.
9. Sequeira Picado, C. y Velásquez Sandoval, R.I. (1999). Me reconozco y te acompaño. Metodología grupal para mujeres y madres con hijas e hijos sobrevivientes de abuso sexual. Managua, Dos Generaciones.
10. Sinclair C. y Martínez, J. (2006). Culpa o Responsabilidad: Terapia con Madres de Niñas y Niños que han Sufrido Abuso Sexual. Pontificia Universidad Católica de Chile, Santiago. Psykhe [online], vol.15, n.2. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-22282006000200003>.
11. Bucay, J. (2010) El camino de la autodependencia. ISBN 9788425336881. Editorial GRIJALBO.
12. Liendenfield, G. (2011). Ten confianza en ti misma. Una guía para perfeccionar la propia autoestima. Editorial: GEDISA. Año 2011

XIII Anexos

1. Se presentan los planes de facilitación de las sesiones para su réplica. Se recomienda siempre pedir permiso a las participantes para tomar y/o plasmar sus nombres en cualquier publicación posterior.

Generalmente se realizaron 2 sesiones en cada encuentro con un receso al medio día, por tal razón, en la sesión de la tarde se introduce el tema nuevo y no se revisa el cumplimiento de tareas o compromisos.

2. Rueda del poder y control / Rueda de la igualdad.
3. Algunos ejercicios escritos, diplomas de reconocimiento.
4. Letra de la canción: Mis derechos de mujer.



Anexo 1

Planes de trabajo de las sesiones

Primera Etapa:

SESIÓN 1:

Conociéndose, estableciendo el marco de confianza y apropiándose de sus derechos.

Objetivos específicos:

- Generar un ambiente de seguridad y confianza a lo interno del grupo y con la facilitadora que active las relaciones de solidaridad entre las madres.
- Aprender a escuchar

Al llegar, las participantes se anotarán en una lista de asistencia y se dará un gafete para que lleven el nombre como una forma de empezar a llamarse por sus nombres propios.

Tiempo	Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
5	Presentar la propuesta del grupo de apoyo: Acompañar el proceso de recuperación emocional de las madres de las niñas y adolescentes que han vivido abuso sexual tanto como madres y como víctimas secundarias de la violencia.	La facilitadora da la bienvenida a las participantes, presentándose con su nombre y profesión. De forma breve expresa el objetivo que nos planteamos con el Grupo de apoyo mutuo, el # de sesiones, la duración de las sesiones, el tipo de metodología y la fecha de cierre.	Papelógrafo elaborado con la información
15	Conocernos y caracterizar al grupo	En círculo, nos presentamos con nuestros nombres y una característica que nos distingue. Colocarnos en orden de edad (El círculo nos da la sensación de reconocer de dónde venimos y para donde vamos en cuanto a etapa de vida). Juntarnos las que tenemos hijos e hijas/las que solo tenemos hijas. Las que venimos de la misma comunidad. Las que han tenido oportunidad de estudiar.	Espacio suficiente

Anexo 1

Planes de trabajo de las sesiones

Primera Etapa:

SESIÓN 1:

Conociéndose, estableciendo el marco de confianza y apropiándose de sus derechos.

Objetivos específicos:

- Generar un ambiente de seguridad y confianza a lo interno del grupo y con la facilitadora que active las relaciones de solidaridad entre las madres.
- Aprender a escuchar

Al llegar, las participantes se anotarán en una lista de asistencia y se dará un gafete para que lleven el nombre como una forma de empezar a llamarse por sus nombres propios.

Tiempo	Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
5	Presentar la propuesta del grupo de apoyo: Acompañar el proceso de recuperación emocional de las madres de las niñas y adolescentes que han vivido abuso sexual tanto como madres y como víctimas secundarias de la violencia.	La facilitadora da la bienvenida a las participantes, presentándose con su nombre y profesión. De forma breve expresa el objetivo que nos planteamos con el Grupo de apoyo mutuo, el # de sesiones, la duración de las sesiones, el tipo de metodología y la fecha de cierre.	Papelógrafo elaborado con la información
15	Conocernos y caracterizar al grupo	En círculo, nos presentamos con nuestros nombres y una característica que nos distingue	Espacio suficiente

Tiempo		Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
10	<p>Como mujeres, tenemos derechos: Salud, Educación, Vivienda digna, Empleo, Votar, participar y organizarse, Ser tratada en igualdad en todos los espacios de la vida de pareja, no ser discriminada, A vivir libres de violencias, A expresar ideas, creencias y opiniones, a decidir sobre su cuerpo, su tiempo y su dinero.</p>	<p>Lluvia de ideas: ¿Que es un derecho?² ¿Qué derechos tenemos las mujeres? (Los vamos anotando). Ejercicio de co-escucha:³ ¿Cómo vivimos cada una estos derechos? En plenaria se comparte voluntariamente, se validan los sentimientos generados y cómo se sintieron al ser escuchadas. La facilitadora debe propiciar que se expresen y se reconozcan los derechos de la participación, igualdad, a que sus sentimientos, pensamientos y acciones se respeten, el derecho vivir una sexualidad libre de violencia ya que es frecuente que estos derechos no se mencionen.</p>	<p>Papelógrafo Marcadores Masking tape</p>	
20	Finalizar la sesión.	<p>La facilitadora sintetiza lo trabajado en la sesión. Ronda para decir lo que aprendieron y lo que más les gustó. Se enfatiza en la importancia de respetar las reglas de oro aún fuera de la sesión e invita a las participantes a que pongan en práctica las reflexiones y aprendizaje de esta sesión en la relación su entorno y consigo mismas.</p>		

² Los Derechos humanos: Son facultades inherentes a todos los seres humanos, sin distinción alguna de nacionalidad, lugar de residencia, sexo, origen nacional o étnico, color, religión, lengua, o cualquier otra condición. Todos tenemos los mismos derechos humanos, sin discriminación alguna. Estos derechos son interrelacionados, interdependientes e indivisibles. Están a menudo contemplados en la ley y garantizados por ella.

³ La co-escucha se realiza dando igual tiempo a cada integrante de la pareja para que comparta sus experiencias. La otra persona solo escucha atentamente sin preguntar nada ni interrumpir. Se respeta el tiempo dado a cada cual, aunque ya haya terminado de hablar no se debe tomar para otra cosa que no sea compartir ese momento.

SESIÓN 2:

Compartir información sobre los derechos humanos de la niñez

Tiempo	Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
5		<p>La facilitadora comparte de qué se tratará esta sesión: Hablaremos de los derechos de la niñez e identificaremos con las participantes cuáles son sus fuentes de apoyo.</p>	
10	<p>Contribuir a que las madres identifiquen la importancia de reconocer y defender los derechos humanos de niños, niñas y adolescentes, sobre todo a su integridad física y emocional.</p>	<p>Trabajo de grupos:</p> <p>Paso 1: Se divide al grupo en subgrupos y se entrega un juego de tarjetas donde están dibujados una serie de elementos que son necesidades fundamentales de NNA⁴ (niños, niñas y adolescentes).</p>	<p>Tarjetas con derechos manual: “Me reconozco y te acompaño).</p>
30	<p>No olvidar: Reconocer el derecho a la integridad física, psíquica y moral.</p> <p>El derecho a opinar, decidir, a respetarles sentimientos, pensamientos, acciones.</p>	<p>Paso 2: Revisan las tarjetas, revisan si es un derecho o no y si piensan que falta algo importante que no aparece en las tarjetas pueden dibujarlo en otra tarjeta en blanco.</p>	
40	<p>Deben tomar en cuenta también la alegría y felicidad como condición para la vida de NNA.</p>	<p>Paso 3: Deberán priorizar 6 condiciones que no deben faltar en la vida de NNA y las colocarán en orden de prioridad.</p> <p>Paso 4: Cada grupo expone el razonamiento de sus prioridades.</p> <p>En plenario contestan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué opinan sobre los Derechos Humanos de NNA?⁵ Al crecer, NNA ¿tienen las mismas necesidades? • ¿Qué significa tener derecho a la integridad física, psíquica y moral? • ¿En que se parecen y en qué se diferencia los derechos de NNA de los suyos como adultas y como madres? 	

⁴ NNA: En este documento por el hecho de repetir las palabras niños, niñas y adolescentes, las abreviaremos poniendo las siglas NNA.

⁵ Los derechos son de responsabilidad social compartida, todo derecho tiene una responsabilidad a la par. Ejemplo: Ante el derecho al estudio, la persona (niña, niño) tiene la responsabilidad de estudiar y cursar el año. La familia tiene la responsabilidad de garantizar matrícula, útiles escolares, uniformes, alimentación, acompañamiento y seguimiento. La comunidad tiene que proteger, acompañar, monitorear. El estado tiene la obligación de garantizar escuelas dignas, docentes capacitados, salarios dignos, etc.

Tiempo	Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
15	Evaluación y cierre de la sesión	En círculo cada una dirá: ¿Cómo me sentí hoy? ¿Qué descubrí de mi misma? La facilitadora agradece la participación e invita la siguiente sesión.	

Validación de sentimientos, pensamientos y actitudes

Cada vez que finalizamos una sesión preguntamos a las participantes cómo se sintieron y que expresen sin pena lo que sienten. Esto les permite tener más confianza y entenderse mejor entre ellas. Además, ayuda al proceso de recuperación propio y de sus hijas porque les permite validarlos, comprenderlos y darles cariño diciéndoles que las entienden y que están con ellas. Florecerá la solidaridad de forma gradual, respetando los sentimientos de la chavalas, reconociendo también la individualidad y consideración y apoyo en situaciones difíciles.

Si las chavalas se sintieron cuestionadas, no entendidas o no escuchadas por sus madres estarán enojadas, confundidas, desconfiadas o echándoles la culpa a sus madres. Solo trabajando madres e hijas estos sentimientos pueden establecer una relación de confianza y respeto.

Continuación de la primera y comienzo de la segunda etapa

SESIONES 3 Y 4

- Aprender a escuchar
- Continuar con la reflexión sobre los Derechos de la Niñez
- Reflexionar sobre la confianza
- Identificar fuentes de apoyo para el fortalecimiento de sus recursos personales

Tiempo		Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
10			<p>La facilitadora da la bienvenida a las participantes. Si hay nuevas participantes dar oportunidad para que se presenten.</p> <p>Da a conocer que hoy continuaremos con los derechos de niñez y de las mujeres; haremos ejercicios de escucha y abordaremos los mitos sobre lo que es ser hombre y ser mujer y cómo éstos afectan lo que hacemos, sentimos y pensamos.</p>	
20		Reglas de oro creadas en la sesión 1: Participar, Ser escuchadas, Opinar todas, Respetar, Confidencialidad.	<p>Recordar las reglas de oro que elaboramos en la sesión uno.</p> <p>La facilitadora enfatiza en la importancia de respetarlas aún fuera de la sesión y en la relación con las hijas.</p> <p>Primera ronda: ¿Cómo me siento hoy?</p>	Papelógrafo con las normas elaboradas en la sesión 1.
10	Confianza es una característica primordial, un requisito esencial en cualquier relación. Las personas buscamos sentirnos seguras y protegidas.		<p>Ejercicios de confianza:</p> <p>1. Nos ponemos de pie en círculo. Realizamos un ejercicio de mirar a la persona que tenemos enfrente y le preguntamos ¿puedo? Si ella dice sí o asiente, cambiamos de lugar con ella. Esta hará lo mismo. Luego se intentará hacer lo mismo utilizando solo la mirada. (Ocupamos el lugar de la otra sólo si esta nos lo permite).</p> <p>2. Nos colocamos en pareja: Una será A y la otra B. A dirigirá un movimiento y B la seguirá. Después de un tiempo se cambian los roles.</p>	
10	Cuando sentimos que una persona nos escucha, nos toma en cuenta, nos sentimos en confianza, nos sentimos apoyadas y descargadas.			

Tiempo		Objetivo y Contenido		Metodología		Recursos	
				Compartimos en plenario la experiencia. ¿Qué tiene que ver esto con sentirte escuchada o respetada? Reflexionar sobre las ventajas de sentirse escuchada.			
5		Los derechos de la niñez	¿Qué recuerdan de la sesión anterior? Hacer el recordatorio de los derechos humanos de las mujeres y hacemos el listado. La facilitadora complementa recordando el derecho a vivir sin violencia tanto para la niñez como para las madres.				
10				RECESO			
20 (10 Min. cada persona)		Escucha y confianza: En la vida elegimos personas en quienes creer, apoyarnos y confiar. Quizá hemos experimentado rechazo, traición, engaño, y otras desafortunadas situaciones. Es bueno aprender de la experiencia, confiar en nosotras mismas, en lo que observamos en los demás.	Tomando en cuenta que todas fuimos niñas y que NNA tienen derechos, hacemos el siguiente ejercicio: Vamos a escoger a una persona con quien nos sentimos cómodas para compartir en base a las siguientes preguntas:				Papelógrafo Marcadores Masking tape
20		La confianza se construye. Nadie puede garantizarte que las personas en quienes ahora confías no fallarán alguna vez; nosotras mismas quizá alguna vez lo hemos hecho. No deberíamos huir de toda persona que quiere acercarse pensando que tienen intención de hacernos daño. Hay que brindar confianza y confiar en base a lo que observamos.	<ul style="list-style-type: none"> • ¿En quién confiaba cuando era pequeña? • ¿En quién confío ahora y por qué? • ¿Cuándo sé que puedo confiar en alguien? • ¿Qué hace que yo no confíe en las personas? En plenario comparten voluntariamente y hablamos un poco sobre lo que es la confianza y cómo a veces hemos vivido situaciones donde hemos visto traicionada nuestra confianza. Resaltamos las cosas positivas que nos permiten confiar y las señales de que no deberíamos confiar en alguien.				
10		Una fuente de apoyo es una persona u otro recurso (instituciones, familiares, amistades, pareja, hijos/as...) que nos han servido en algún momento difícil.	Fuentes de apoyo: Hacemos una relajación. Cada una recordará una situación en la que hubo alguien que le escuchó, le alentó o le dio un buen consejo.				Música de relajación.
15			<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo era esa persona? ¿Puede identificar en su vida actual una persona a quien recurrir o contar en situaciones difíciles? • ¿Sos vos esa persona para alguien más? • Compartir de forma voluntaria. 				

Tiempo		Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
15	Evaluación y cierre de la sesión	En círculo cada una dirá: ¿Cómo me sentí? y ¿Qué descubrí de mi misma? La facilitadora agradece la participación e invita la siguiente sesión.		

SESIÓN 4

Reflexionar sobre la desigualdad y la discriminación por género basado en mitos y creencias.

Tiempo		Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos				
10	Animación	Dinámica de animación						
30	Des-construir el sentimiento de culpa y de ser la responsable de las situaciones que las hijas han pasado. Los mitos y creencias limitan las oportunidades de desarrollo de hombres y sobre todo de las mujeres. Muchas veces son aceptados como naturales, o como verdades absolutas y a partir de esta condición se definen los roles femeninos y masculinos, reforzados en la familia, la escuela, la religión, el trabajo y los medios de comunicación. Promueven la desigualdad entre hombres y mujeres, al uso de la violencia y a que tengamos una percepción débil o incompleta de lo que es ser mujer.	La facilitadora explica que reflexionaremos sobre cómo llegamos a ser mujeres y cómo los hombres llegan a ser hombres. Basadas en el cuadro que presentamos aquí abajo, las madres irán mencionando las características y acciones que se suelen identificar como realizadas por uno u otro género, incluido los roles de madres y padres.	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Las mujeres y las niñas son</th> <th>Los hombres y los niños son</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Delicadas Bonitas Mimadas Provocadoras Coquetas Ofrecidas Buenas para cuidar la casa Fieles Lloronas</td> <td>Fuertes Trabajan y traen reales a la casa No lloran Valientes Sirven para trabajar fuera de la casa, en el campo Mujeriego No pueden hacer nada que sea de mujer</td> </tr> </tbody> </table>	Las mujeres y las niñas son	Los hombres y los niños son	Delicadas Bonitas Mimadas Provocadoras Coquetas Ofrecidas Buenas para cuidar la casa Fieles Lloronas	Fuertes Trabajan y traen reales a la casa No lloran Valientes Sirven para trabajar fuera de la casa, en el campo Mujeriego No pueden hacer nada que sea de mujer	Papelógrafo Marcadores Masking tape Mitos y estereotipos de género (Pág. 50 “Me reconozco y te acompaño”)
Las mujeres y las niñas son	Los hombres y los niños son							
Delicadas Bonitas Mimadas Provocadoras Coquetas Ofrecidas Buenas para cuidar la casa Fieles Lloronas	Fuertes Trabajan y traen reales a la casa No lloran Valientes Sirven para trabajar fuera de la casa, en el campo Mujeriego No pueden hacer nada que sea de mujer							
30	Mitos y estereotipos de género: 1. Los niños son más fuertes que las niñas 2. Las mujeres y las niñas deben permanecer en la casa	La facilitadora pregunta: 1) ¿Nacemos así o aprendemos a ser así? Se pueden desaprender porque han aprendidos y están en la						

Tiempo	Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
	<p>3. Los varones no deben realizar los oficios domésticos</p> <p>4. Los niños son menos sensibles que las niñas</p> <p>5. A las niñas se les debe cuidar más que a los niños</p> <p>6. Los varones nacen más bruscos (groseros)</p> <p>7. Las madres son las responsables de la educación de las hijas e hijos</p> <p>8. Los hombres no pueden tener una sola mujer</p> <p>9. Los niños son más inquietos que las niñas</p> <p>10. Algunos juegos (correr, subir árboles, etc.) no son para niñas</p> <p>11. Las mujeres, entre menos hablan les va mejor</p> <p>12. Los hombres son más inteligentes que las mujeres</p>	<p>cultura. Se pueden construir relaciones más igualitarias y de respeto entre hombres y mujeres.</p> <p>2) Mitos y estereotipos de género:</p> <p>Contestar falso o verdadero según se vayan mencionando las afirmaciones que aparecen en la columna de la izquierda de éste plan.</p> <p>3) ¿Qué consecuencias nos trae a las mujeres y a los hombres creer en estos estereotipos de género?</p>	
5	<p>Crear lazos de confianza e identificación entre las participantes</p>	<p>Escuchamos la canción: Mis Derechos de Mujer (interpretada por Norma Helena Gadea); nos tomamos de las manos y nos despedimos de las demás compañeras con una expresión de afecto.</p> <p>(Si las participantes saben leer, se les puede regalar la letra de la canción escrita)</p>	<p>Canción grabada</p> <p>Equipo de música</p>
15	<p>Cierre de la sesión</p>	<p>Ronda:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo me sentí hoy? • ¿Qué me comprometo a cambiar en las relaciones en la casa para que haya relaciones más iguales entre los varones y las mujeres, entre las personas adultas y niños/as? <p>La facilitadora agradece la participación e invita la siguiente sesión.</p>	<p>Ir anotando los compromisos de las participantes</p>

SESIÓN 5 Y 6

Reflexionar sobre la desigualdad y la discriminación por género basado en mitos y creencias.

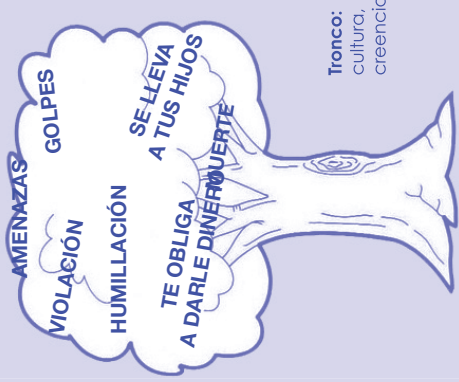
Objetivos:

- Trabajar las causas, dinámicas y consecuencias de la violencia en la familia y la violencia sexual
- Desmontar sentimientos de culpa de las madres mediante la desmitificación del abusador sexual.
- Reforzar la autoestima de las participantes como madres y como mujeres.

SESIÓN 5:

- Violencia contra la mujer

Tiempo	Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
5	La facilitadora enfatiza en la importancia de respetar las reglas de oro aún fuera de la sesión y en la relación con las hijas.	Bienvenida Recordar reglas de oro.	Papelógrafo elaborado en la sesión 1
15	Tomar el pulso del grupo. Seguimiento de compromisos.	Ronda: ¿Cómo me siento hoy? Revisar si han puesto en práctica los compromisos de la sesión pasada.	Tener a mano los compromisos adquiridos en la sesión anterior.
20	Como parte de fortalecer su empoderamiento, se debe propiciar en las participantes el desarrollo de habilidades y mecanismos internos que les fortalezca y permita ser asertivas. Autoestima: A lo largo de nuestra vida recibimos mensajes de las demás personas que influyen en la valoración que creamos de nosotros/os mismas/os. Cuando nos dicen que somos tontas, feas, inútiles, débiles nos lleva a tener una autovaloración distorsionada, sentimientos de inseguridad, ineficacia, incapacidad, pues llegamos a aceptar estos mensajes como normales.	Facilitar la expresión de cualidades. Se les entrega una caja que contiene un espejo adentro, para que pase por las manos de cada una de ellas, se les dice que lo que hay dentro es lo más valioso e importante y que cuando llegue a sus manos no comenten con nadie que es lo que contiene. Cuando todas hayan finalizado se pregunta cómo se sintieron cuando descubrieron el contenido de la caja y se promueve la reflexión acerca de la importancia de reconocerse a sí mismas como personas valiosas. Esta reflexión se relacionará con el concepto de autoestima. La valoración positiva genera autorrespeto, reconocer sus capacidades, ponerse en primer lugar, ponerse en contacto con sus sentimientos, identificarlos, nombrarlos, decir cuando algo no les parece son pasos importantes para rescatar la valía personal.	Caja Espejo

Tiempo	Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
20	<p>Esto profundiza la dificultad para reaccionar ante la situación por la que pasaron sus hijas. La madre se siente diferente a las demás, se reprocha a sí misma y los demás también. El sentimiento de no servir para nada se profundiza.</p> <p>Resaltar cómo la socialización de género promueve las relaciones desiguales de poder entre el hombre y la mujer, entre personas adultas y NNA (obediencia, respeto absoluto). Todo lo que contradiga este patrón justifica las actuaciones violentas.</p> <p>En el abuso de poder la principal motivación es sometimiento y obediencia.</p> <p>La violencia de género son las agresiones, amenazas, maltrato físico, psicológico, violación sexual por parte de la pareja o extraños y el abuso sexual a la niñez.</p> <p>Es un sistema que se mantiene porque está en las costumbres, en la cultura y en las instituciones (familia, leyes, medios de comunicación, iglesia) que lo reproducen. (Poner ejemplos de la vida cotidiana).</p>	<p>Esta reflexión se relacionará con el concepto de autoestima.</p> <p>La valoración positiva genera autorespeto, reconocer sus capacidades, ponerse en primer lugar, ponerse en contacto con sus sentimientos, identificarlos, nombrarlos, decir cuando algo no les parezca son pasos importantes para rescatar la valía personal.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Violencia contra la mujer ¿Qué es? Cuando las participantes han contestado, dibuja un árbol, donde se colocarán las respuestas a las siguientes preguntas: • ¿Cómo se manifiesta o expresa la violencia? (se coloca en las hojas) • ¿Qué mantiene las cosas en el mismo punto? Cuando las participantes contestan las situaciones que perpetúan la violencia se colocarán en el tronco) • ¿Cuál es la causa? (se coloca en las raíces) 	Pizarra o papelógrafo para dibujar el árbol con su tronco y raíces
 <p>Tronco: lo que sostiene la violencia (la cultura, las instituciones (escuela, familia, creencias religiosas).</p> <p>La causa: es la desigualdad entre hombres y mujeres. El machismo son expresiones de esta desigualdad</p>			

Tiempo	Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
10		Ronda 1: ¿Alguna vez han vivido situaciones como éstas? ¿Cómo se sintieron? ¿Qué hicieron? Ronda 2: ¿Alguna vez han realizado algunas de estas acciones contra otras personas? ¿Cómo se sintieron? ¿Qué hicieron? Exposición: La facilitadora expone la Rueda de la Igualdad como alternativa a los comportamientos violentos y cada participante hará un compromiso para fomentar comportamientos de igualdad en sus hogares.	
10		RECESO	
15	Conectarse con la niña interior.	Ejercicio de visualización para ponerse en contacto con la niña interior. Cuidar a la niña, abrazarla, hacerle sentir bien. Compartir la experiencia de forma voluntaria.	Música de relajación Pequeña guía elaborada.
20	Identificar si ellas han vivido situaciones de maltrato, probablemente han generado vivencias cotidianas de maltrato o de imposición con sus hijos e hijas, patrones de comportamiento que se repiten; reconocer también si por otro lado, han contribuido a fortalecer la seguridad en sus hijos e hijas.	Línea de vida: Paso 1: Se forman parejas buscando a alguien de confianza, solo para acompañarse. La facilitadora realiza la observación cuidando por si se da alguna situación de crisis. De pie, comenzando en un punto de la sala y nos ubicamos en el momento actual hasta llegar al momento de nuestra niñez dando tiempo a cada etapa (adultez, juventud, adolescencia, niñez) Paso 2: Ronda para compartir la experiencia, estando pendiente si se revela alguna situación de abuso sexual o violencia. Paso 3: Al finalizar la ronda, se pregunta ¿qué tiene que ver esto con la situación de su hija?	Espacio suficiente para que en dos turnos, la mitad de las participantes realicen el ejercicio.
5	Cierre	Ejercicio de contención: En silencio, colocadas en círculo y tomadas de la mano, cada una tocará el corazón de la otra. Se tomarán turnos para dedicarse frases positivas unas a otras.	

4 SESIÓN 6

- Violencia sexual / Perfil del abusador sexual
- Mitos sobre la responsabilidad de las madres en el abuso sexual

Tiempo		Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
5	Introducir los temas de la sesión	La facilitadora introduce el tema de la sesión		
50	<p>Negar, querer olvidar lo ocurrido son formas de protegerse. Esto a veces es aprovechado por otras personas para culpabilizar a la madre por el abuso que sufrieron sus hijas.</p> <p>Hay enojo, dolor, parálisis, confusión, vergüenza y culpa.</p> <p>Contener, solidarizarse y acompañar a las participantes</p>	<p>Violencia sexual: Exposición</p> <p>Concepto</p> <p>Tipos de violencia sexual</p> <p>Consecuencias</p> <p>Lluvia de ideas:</p> <p>¿Qué se dice de las madres de las niñas/os que han vivido abuso sexual? (anotar)</p> <p>Leer los mitos y estereotipos (los que profundizan las secuelas tanto para las madres como para las hijas) y las verdades.</p> <p>Ronda: ¿Qué sentimientos les generó la revelación, a ellas, a sus compañeros, a la familia, a la gente en general?</p>	<p>Exposición sobre violencia sexual, tipos, efectos.</p> <p>Lista de mitos y estereotipos acerca de las madres</p>	
30	<p>Desmitificar su responsabilidad y culpa.</p> <p>Las personas del entorno cercano de la niña son las más proclives a cometer algún tipo de abuso sexual.</p> <p>El abusador es totalmente responsable de sus actos, pues utiliza su relación de confianza con la niña o niño para abusar.</p> <p>Es un oportunista; toma ventaja de las situaciones y utiliza a los niños aprovechando que los tiene a su alcance.</p> <p>Muchos de ellos tienen pareja.</p> <p>Suelen abusar de sus propios hijos o de los niños de su actual pareja.</p>	<p>Perfil del abusador sexual.</p> <p>Dibujar la silueta de un hombre que representa al abusador sexual.</p> <p>Se pregunta a las participantes: ¿Cómo es? ¿Cómo logró acercarse a la niña? ¿Cómo logró que ella no hablara sobre lo que le pasaba? ¿Qué sentimientos les genera el abusador?</p> <p>Es frecuente que las madres expresen sentimientos de Impotencia, enojo y hasta pueden haber sentimientos ambivalentes; por eso es importante sacarlos afuera.</p> <p>Explicar a las madres que por las mismas estrategias que utilizan los abusadores para acercarse a las chavalas, las involucran de tal forma que ellas pueden pensar que esa persona realmente las quiso.</p> <p>Por eso, hay que reforzar su autoestima, para que no sean presa de los abusadores.</p>	<p>Papelógrafo</p> <p>Marcadores</p> <p>Masking tape</p>	

Tiempo	Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
	<p>Hay abusadores que solo abusan y victimizan a NNA y hay otros que abusan de otras personas de mayor edad.</p> <p>Los abusadores sexuales no son personas desconocidas, sin educación o enfermas.</p> <p>Por lo general están bien preparadas y suelen tener varias víctimas (pueden ser maestros, sacerdotes, médicos, familiares, etc.)</p> <p>Abusador sexual puede ser cualquiera y solo un pequeño número pueden sufrir alguna enfermedad mental.</p> <p>La realidad es que la única razón que lleva a una persona a abusar sexualmente de niñas, niños y adolescentes es la condición de poder que utilizan a través de su sexualidad.</p>	<p>¿Qué hacer?</p> <p>Mantener la credibilidad en niñas, niños y adolescentes cuando hablan del abuso sexual que están viviendo y sobre todo evitar justificar al abusador.</p>	
10	<p>Contrarrestar los mensajes que el abuso ha dejado a las madres, culpándolas.</p>	<p>Retroalimentación: Una madre le dice a la otra: “No fue tu culpa (o responsabilidad) porque ...”</p>	
20	<p>Evaluación y cierre</p>	<p>En círculo cada una dirá: ¿Cómo me sentí hoy?, ¿Qué descubrí de mi misma?, ¿Cómo me ayudará lo aprendido a relacionarme mejor con mi hija?</p> <p>La facilitadora agradece la participación e invita la siguiente sesión.</p>	

SESIÓN 7 Y 8

Objetivos:

- Lograr la comprensión de la Sexualidad desde el placer. Vincular la sexualidad a la autoestima y asertividad.
- Ofrecer herramientas para una mejor comunicación de las madres con sus hijas validando sus sentimientos e inquietudes en relación a sus hijas.

SESIÓN 7

- Sexualidad.
- Reacciones de las madres ante la revelación.

Tiempo		Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
15		La facilitadora enfatiza en la importancia de respetar las reglas de oro aún fuera de la sesión y en la relación con las hijas.	Bienvenida Recordar reglas de oro. Revisar si han puesto en práctica los compromisos de la sesión anterior.	Reglas de oro.
5-8 min.		Preparación para el trabajo siguiente	Ejercicios de respiración. Recordar que los ejercicios de respiración se pueden utilizar para mejorar la concentración y distensionarse.	
50		Desmitificar la sexualidad actualizando los conocimientos de las madres para tener más seguridad en sí mismas. Sexualidad es más que relaciones sexuales y procreación. ¿Qué inquietudes les genera habla sobre relaciones sexuales? La sexualidad es parte del ser mujer y ser hombre; está relacionado no solo con nuestro cuerpo, sino con lo que pensamos y sentimos de nosotras mismas y los demás; con el placer, el goce, las miradas, el afecto, las caricias, la atención, la comprensión, el disfrutar ... La sexualidad esta muy relacionada a la autoestima (cómo se valoran, se aceptan, estiman y se aprecian).	En una ronda, hablamos sobre qué significa para nosotras la palabra sexualidad y si alguna vez alguien les habló sobre este tema. ¿Qué sabemos de sexualidad? y ¿cómo respondemos a las preguntas de los hijos y las hijas? La facilitadora expone información sobre cómo hablar de sexualidad en dependencia de la etapa del niño/a, respondiendo a sus preguntas de forma clara y sencilla.	

Tiempo		Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
10			RECESO	
50	<p>Aprendiendo sobre cómo hablar de sexualidad con nuestras hijas e hijos. Se ha hablado de la sexualidad siempre desde el problema, no desde el placer. El fin de la educación sexual es: conocerse, aceptarse y expresarse. A cualquier edad hay cambios y son naturales.</p>	<p>Cada participante, de forma anónima, hará una pregunta que no se atreve a hacer, algo sobre lo que siente que necesita hablar con sus hijas e hijos. Luego iremos una por una intentando contestarlas entre todas. Exposición sobre sexualidad según la etapa. La facilitadora explica que la poca o nula información sobre sexualidad hace que NNA sean vulnerables a los abusos sexual es y que es importante reconocer en niños y niñas sus derechos a no ser maltratados, para que sepan que su cuerpo es su territorio y que nadie debe tocarlos, que tienen derecho a decir NO y si algo les pasa pueden acudir a ellas ya que la comunicación estará abierta siempre.</p>	<p>Papelitos para las preguntas. Lápices Una caja o recipiente para depositar las preguntas.</p>	
1h.	<p>Promover la estima y cuidado del propio cuerpo; introducir el tema de la sexualidad. Para cuidar el cuerpo no solamente se necesita descanso, comida, aseo, ejercicio, relajación, respiración. También necesitamos el placer. La confianza en la pareja es importante, pero eso no es suficiente, cada mujer debe velar por su salud y hacerse los exámenes médicos necesarios. Se puede identificar así a tiempo si hay algún problema y esto es parte del cuidado. Aunque tengamos pareja estable tenemos derecho a usar protección si tenemos dudas que nos podemos infectar de una infección de transmisión sexual.</p>	<p>Paso 1: Elaborar una figura de plastilina de su propio cuerpo. Paso 2: Cada una dirá cuál es la parte que más le gusta y por qué. ¿Te sentís atractiva? ¿Cómo ha cambiado tu cuerpo de adolescente a la madurez? ¿En qué se parecen vos y tu hija? ¿De qué manera cuidas tu cuerpo? y si no lo hacen ¿qué les gustaría hacer? La facilitadora complementa con ideas de cómo cuidar su cuerpo. Para finalizar se colocan las figuritas juntas como en exposición y se fotografían (opcional) tanto para la memoria como para que cada una se lleve la propia.</p>	<p>Plastilina de colores</p>	

SESIÓN 8

Las madres frente al abuso sexual de sus hijas

Tiempo	Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
5		Introducción: La facilitadora comparte de qué se tratará ésta sesión y la relaciona con la sesión anterior.	
40	<p>Validar sentimientos y actitudes de las madres frente a la revelación del abuso sexual. Las madres identifican, tanto de su parte como de la hija, situaciones y personas que les fortalecieron para poder enfrentar el abuso sexual.</p> <p>Se ven a sí mismas como mujeres luchadoras, a otras personas que les han apoyado, algunas personas de la familia, en otros casos es la pareja... miran en sus hijas personas con capacidad de recuperarse pues al igual que ellas han ido avanzando en su proceso y ellas valoran el progreso que van haciendo.</p> <p>Hacia el abusador puede ser que experimenten rabia, odio o miedo; a veces, cuando es alguien de la familia pueden tener sentimiento ambivalentes e impotencia.</p>	<p>Ronda 1 ¿Cómo se enteró que su hija había sido abusada? y ¿cómo reaccionó? ¿Qué sentimientos le provocó esto en relación a su hija? ¿Qué sintió en relación al abusador?</p> <p>Ronda 2 ¿Qué le ayudó a enfrentar la situación? (Validar cualidades, actitudes y capacidades) ¿Qué fortalezas identifica en usted y en su hija? ¿Qué siente hoy hacia su hija? ¿Qué piensa y siente sobre usted hoy?</p>	Guía del manual: Me reconozco y te acompaño (Pág. 66)
20	Evaluación y cierre	<p>En círculo cada una dirá: ¿Cómo me sentí hoy? ¿Cómo me ayudará lo aprendido a relacionarme mejor con mis hijos e hijas?</p> <p>La facilitadora agradece la participación e invita la siguiente sesión.</p>	

Mitos acerca de la culpabilidad materna del abuso sexual en niñas y adolescentes

MITOS

- Descuida a su hija
- Conoce y acepta el abuso que se está cometiendo contra su hija
- Prefiere al ofensor que a su hija
- Tiene complicidad inconsciente con el agresor
- No le cumple con su responsabilidad sexual de pareja y deja que la niña ocupe su lugar
- Es disfuncional
- Tiene un comportamiento inapropiado

VERDADES

- Ella no lo puede saber porque se comete en secreto. Los agresores manipulan, lastiman y amenazan a sus víctimas para impedir la revelación.
- El abuso sexual ha sido precedido por una conducta manipulativa hacia la madre y otras figuras cercanas a las niñas para lograr que sea “impensable el abuso”.
- Las niñas y niños por lo general interpretan la revelación como una deslealtad hacia su familiar. Entonces, tienen sentimientos ambivalentes hacia su agresores y muchas veces no desean destruir el hogar, despojar del proveedor económico hacia sus madres, hermanos o bien, no desean que por ella se castigue al agresor.
- Las niñas y niños no revelan el abuso por temor a no ser creídos o culpados
- Las víctimas de abuso sexual se sienten culpadas y avergonzadas por la agresión que sufren.

SESIÓN 9

- Efectos del abuso sexual en las hijas
- Asertividad

Objetivo:

- Contribuir a mejorar la asertividad de las madres y su acercamiento a sus hijas mediante la comprensión de los efectos del abuso.

Tiempo	Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
15		<p>Bienvenida</p> <p>Recordar reglas de oro.</p> <p>Revisar si han puesto en práctica los compromisos de la sesión anterior.</p>	Papelógrafo elaborado en la sesión 1
1h.	<p>Comprender las reacciones de las hijas posterior al abuso sexual y lograr un mejor acercamiento entre ambas.</p> <p>Para resistir, las sobrevivientes utilizaron muchos mecanismos, algunos de ellos positivos y otros destructivos.</p> <p>A continuación, aparece una lista de algunos mecanismos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Minimizar 2. Racionalizar 3. Negar 4. Olvidar (reprimir) 5. Disociación (“división”, en las palabras de ellas) . 	<p>Paso 1: Breve exposición: Efectos del abuso sexual y mecanismos de defensa</p> <p>Las sobrevivientes de abuso sexual presentan un gran número de conductas autodestructivas (Bass y Davis, 1988), que tienen a veces una intención de autocastigo, que fueron conductas adaptativas cuando la sobreviviente era pequeña o como respuestas a su ambiente y circunstancia (Mc Cann, 1988).</p> <p>Estas conductas son frecuentemente uso de alcohol o drogas, tener accidentes a menudo, manejar o caminar por lugares peligrosos, involucrarse sexualmente con personas peligrosas o autodañarse físicamente (Gil, 1988, Bass y Davis, 1988, Finkelhor y Browne 1988).</p> <p>Ronda para que las madres reaccionen frente a la exposición.</p> <p>Explicar que el proceso terapéutico que están llevando las chicas les permitirá superar los efectos traumáticos del abuso sexual en dependencia de su individualidad.</p>	<p>Exposición elaborada con tarjetas para ir armando sobre el papelógrafo a medida que se va explicando</p>

Tiempo	Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
40	<p>Reflexionar sobre las relaciones tradicionales entre personas adultas y NNA, promoviendo las relaciones asertivas Madres-Hijas.</p>	<p>En este momento aprovechar para felicitarlas por el apoyo que han dado a sus hijas y cómo eso hace la diferencia en la recuperación emocional de ambas partes.</p> <p>Se invita a las madres a recordar una experiencia en su niñez donde necesitaron el apoyo de una persona adulta.</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo era esa persona? • ¿Qué hizo para que te sintieras apoyada? • ¿Cuáles de esas cualidades y actitudes pueden emplear en las relaciones con sus hijas? <p>Compartir en una ronda.</p> <p>La facilitadora pregunta si les gustó contar con esas personas. Resalta que ellas tuvieron a alguien que les escuchó, creyó y respaldó y que eso es lo que sus hijas necesitan de ellas hoy y por eso es tan importante que vengan con ellas a vivir este proceso.</p> <p>Resaltar las actitudes de escuchar, creer y acompañar.</p>	
30	<p>Aprendiendo a pedir y aprendiendo a decir NO.</p> <p>La identidad tradicional femenina nos convierte en seres para los demás y por eso el estar al servicio de las y los demás nos hace difícil decir que no aunque no queramos o no estemos de acuerdo en algo que nos pidan.</p> <p>Desarrollar la capacidad de pedir y de negar es importante para defender los derechos. Para ello, es necesario identificar nuestros propios deseos (ante la petición de otra persona.</p>	<p>Ejercicio:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se forman parejas. Una pide a otra algo que quiere que le regale o le preste e intentará convencerla por todos los medios: rogando, insistiendo, portándose fuerte. La otra le dirá que no y mantendrá su posición. Se cambian los roles. • Comparten cómo se sintieron en uno u otro rol. <p>Ser asertivas ayudará a las madres a mejorar las relaciones en la familia, sobre todo con sus hijos e hijas, enfrentar a las autoridades que atienden el caso legal que se puede estar llevando y con las críticas que reciban de las demás personas.</p>	

Tiempo	Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
	hay que valorar si queremos o no hacerlo) y decidir sin temores respetando nuestro deseo.	<ul style="list-style-type: none"> Ser asertivas significa sentir respeto por si misma y responder ante las situaciones a las que se enfrenta cotidianamente. Es poder defender sus ideas y opiniones aunque otras personas no estén de acuerdo. 	
30	Evaluación y cierre	<p>En círculo cada una dirá: ¿Cómo me sentí hoy?</p> <p>De lo aprendido hoy, ¿Cómo lo puedo aplicar en mi hogar?</p> <p>La facilitadora agradece la participación e invita la siguiente sesión.</p>	

SESIONES 10 Y 11

Objetivos:

- Fortalecer el poder personal
- Acercamiento a nuestras madres

Tiempo	Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
5	Mantener el marco de la confianza	<p>Recordar reglas de oro</p> <p>Revisar si han puesto en práctica los compromisos de la sesión anterior.</p>	Papelógrafo
3 hrs.	Tener una experiencia positiva en cuanto al dominio de nuestro cuerpo, sensación de poder sobre el propio cuerpo.	<p>Sesión de defensa personal</p> <p>Iniciar con la presentación de las facilitadoras y dar a conocer el objetivo de la sesión de Wendo con madres e hijas.</p> <p>Ronda para validar sentimientos, reforzar asertividad.</p> <p>Esta ronda puede hacerse juntas o por separado con el grupo de chavalas</p>	

SESIÓN 11

Tiempo		Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
10			Dinámica de concentración	
30	<p>Al encuentro con la historia de mi madre.</p> <p>Es importante reconocer de dónde venimos para saber hacia dónde vamos. El reconocimiento a las madres genera sentimientos positivos para la relación con sus propios hijos e hijas.</p> <p>Probablemente surjan historias positivas así como historias difíciles.</p> <p>La facilitadora debe enmarcar esto en las relaciones de género y poder, también haciendo el reconocimiento a las madres de que a pesar de todo, muchas mujeres como ellas apoyan a sus hijas e hijos.</p> <p>La tendencia a repetir patrones en las relaciones amorosas o con sus hijos e hijas es un elemento presente que si no se hace consciente, no se rompen aun y cuando nos hagan daño.</p>	<p>Visualización:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué conozco de la historia de mi mamá? ¿En qué me parezco a ella? ¿En qué soy diferente? ¿Qué cosas positivas puedo identificar como madre en la relación con mis hijas e hijos? • Hacer ronda para compartir. • Imaginar a nuestros padres que están detrás nuestro para apoyarnos. Verlos y reconocer la vida que recibimos de ellos. • Identificar los recursos y fortalezas que recibieron de ellas y ellos. Agradecer. Luego ver hacia delante. Nuestros hijos e hijas que toman la fuerza de nosotras y de sus padres- y se apoyan para dar pasos adelante. • Ronda para chequear sentimientos. <p>La facilitadora cierra esta parte diciendo que por condición de género a las mujeres nos cuesta identificarnos entre nosotras y con nuestras madres, pero que escuchando las historias nos damos cuenta que somos más parecidas que lo que pensamos porque los mandatos que tenemos como género nos llevan a repetir comportamientos que, si no los hacemos conscientes, van a estar presentes en nuestra historia y la de nuestras hijas.</p> <p>Se les insta a apoyar a sus hijas a seguir estudiando y mejorar las relaciones en la casa. A reconocer que sus hijas son fuertes y ellas también, sus hijas las vieron en los ejercicios de defensa personal y eso es una imagen positiva que les queda a ambas.</p>	<p>Si las condiciones lo permiten, se puede realizar esta visualización en petates, en el suelo y con una música de fondo.</p>	
30				
20	Evaluación y cierre	<p>En círculo cada una dirá: ¿Cómo me sentí hoy?, De lo aprendido hoy, ¿cómo lo puedo aplicar en mi hogar?</p> <p>La facilitadora agradece la participación e invita la siguiente sesión.</p>		

Tercera Etapa

SESIONES 12 Y 13

- Reforzar la relación de las madres e hijas.
- Evaluar el proceso, valorar seguimiento y preparar la despedida del grupo.

Tiempo	Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
5	Mantener el marco de la confianza	Recordar reglas de oro. Revisar si han puesto en práctica los compromisos de la sesión anterior.	Papelógrafo
30	Identificar los sentimientos más importantes de las madres hacia las hijas. Promocionar la importancia de sobrellevar los conflictos cotidianos mediante el diálogo, enfatizando en escuchar, respetar, creer y respaldar.	Preparar una carta a la hija ¿Qué siente hacia su hija hoy? ¿Qué le preocupa actualmente acerca de su hija? ¿Qué futuro le gustaría que tuviese tu hija? ¿De qué manera vas a apoyarla para ese futuro? Vamos a hacer la plática primero y vamos a ir ayudando a las madres que no saben escribir a construir su carta en base a lo que han contestado a cada pregunta, leyéndoselas para que confirmen que es eso lo que quieren que sus hijas reciban de ellas.	Hojas de papel de colores Pegatinas para adornar Lapiceros
1h.	Identificar los propios recursos de las madres para que le sirvan en el presente y futuro Recibir ayuda no es lo mismo que depender. A veces es necesario tener valor para pedir ayuda sin depender y hay que aprender a recibir ayuda sin creer que una está dependiendo.	1. Exposición sobre lo que son los recursos internos y externos 2. Ejercicio individual <ul style="list-style-type: none"> • Identifiquen al menos 3 recursos externos con los cuales cuenta y para qué • Que identifiquen 3 recursos internos que tienen y cómo le han servido en su vida • ¿Cuáles les serán más importantes en un momento difícil? 3. Ronda para compartir. (Reforzar cualquier cualidad o destreza que las participantes reconozcan en sí mismas que les ayudarán en su vida).	Exposición (pueden ser tarjetas) Guía para el ejercicio individual.

R. Externos: son aquellas cosas, instituciones y personas que, desde fuera pueden ayudarme a retomar el camino

Dinero
Cosas
Bienes
Amistades
Familia

Defensoras de derechos en la comunidad
Instituciones del Estado que tienen como función proteger nuestros derechos, ...)
Responde a la pregunta:
¿Con quienes cuento y para qué?

R. Internos: Son herramientas comunes a todas las personas, no hay quien no las tenga. Se pueden tener naturalmente o desarrollarlas

Capacidad **de generar confianza**, empatía, generar una corriente afectiva entre dos personas.

Autoconciencia, que es autoconocimiento la cual es estar consciente de mí, darme cuenta de mí y del afuera.

Asertividad: Es la capacidad de defender el lugar que ocupo y la persona que soy. Es la fuerza que me permite no dejar de ser quien soy para complacer a otros. Es la capacidad de afirmarse en sus decisiones, tener criterio propio y defender tus propias ideas y poner límites. (Del libro: Ten confianza en ti misma – Gael Liendenfeld)

Emociones: Todo aquello que soy capaz de sentir desde el amor hasta el odio, desde el rechazo hasta el deseo. (mis valores, voluntad, atracción, tristeza ...) No puedo elegir lo que siento pero sí puedo decidir qué hago con mis emociones. (Jorge Bucay)

Autoaceptación: Aceptarse implica no tener la urgencia para cambiar porque los demás te lo piden o exigen. La aceptación te empuja hacia delante, la resignación te ancla en la rabia, a veces sin expresarla. (Jorge Bucay)

Tiempo		Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
10	1h.	Definir con las madres un proyecto de vida. Propiciar que sea lo más real posible y que puedan identificar qué necesitan, que condiciones hay que ir creando progresivamente para lograr este plan. Compartir que de esta manera se planifica se programan las metas que queremos alcanzar en las diferentes áreas de nuestra vida. Que los proyectos son ajustables que pueden cambiar.	<p style="text-align: center;">RECESO</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué cambios quisieran proponerse en relación a su vida de aquí a 3 años? (incluyendo las relaciones con sus hijas) • Dibujar la situación deseada de aquí a 3 años. • ¿Qué necesitan para llegar a ese lugar deseado? <p>Ronda. (Cada participante presenta su dibujo y lo pega en la pared, la cual quedará como una galería). La facilitadora debe observar que los proyectos sean concretos y que se puedan realizar reconociendo los recursos que las participantes identificaron en el ejercicio anterior).</p>	1/2 pliego de papelógrafo para cada participante Crayolas Lápices Masking tape
20		Cierre en positivo con un compromiso	Tarea: Planifiquen un momento agradable a vivir con su hija, de aquí al siguiente encuentro.	

SESIÓN 13

- Preparar el encuentro de cierre

Tiempo	Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
45	<p>Reconocer que el siguiente encuentro es el último podría ser un momento de duelo para las participantes.</p> <p>Es importante propiciar que se intercambien los números telefónicos o que identifiquen alguna manera de mantenerse en contacto.</p> <p>También reconocer todo lo que el grupo les ha contribuido y que llegamos a construir relaciones de apoyo entre todas.</p>	<p>Comentar acerca del encuentro final que será la próxima semana (que se hará una actividad conjunta con las hijas, entrega de certificado de participación, despedida con pastel y bebidas... puesto que es una celebración).</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué quisieran compartir ese día y qué no? 2. ¿Qué les preocuparía de ese encuentro? <p>Si algunas niñas no han tenido a sus madres en este grupo de apoyo, es importante que la entrega de las cartas se haga posterior a la sesión para que no se sientan en desventaja.</p>	<p>Hoja de la Pág. 76 del manual: “Me reconozco y te acompaño”.</p>
40	<p>Evaluación de todo el proceso</p> <p>Es importante en este paso tomar por escrito las palabras y testimonios de las participantes puesto que se valora no sólo el progreso que hicieron como madres en la relación con sus hijas, sino también como mujeres que se apoyaron de forma mutua.</p> <p>Pueden surgir dudas, nuevas preguntas que hay que aclarar y reforzar algunas ideas claves como por ejemplo, que para prevenir el abuso sexual es importante hablar de sexualidad, no castigar, mantener abierta la comunicación, entre otras cosas.</p>	<p>Preguntas a incluir en la evaluación:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cómo se han sentido en el proceso de este grupo de apoyo? 2. ¿Qué les ha aportado ser parte de éste grupo de apoyo? 3. ¿Qué dieron ellas? 4. ¿Qué les hubiera gustado que abordáramos y no lo abordamos? 5. ¿Qué le sugieren a la facilitadora? 6. ¿Quiénes de ustedes sienten la necesidad de seguimiento con una psicóloga? (darle a conocer las posibilidades). 	<p>Hojas con las preguntas.</p>
10	Cierre	Ronda para decirle a su compañera de al lado algo positivo sobre su persona.	

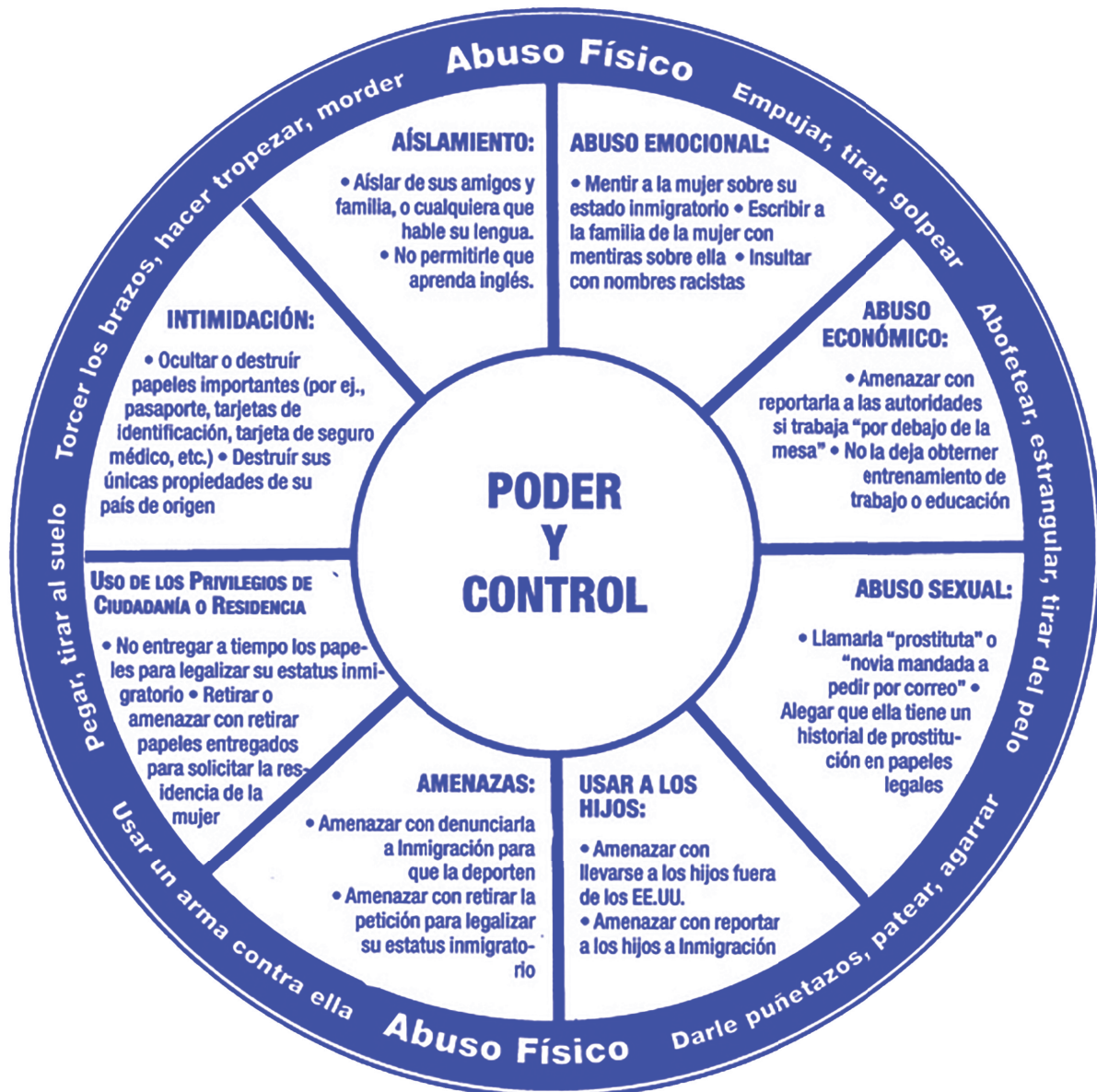
Despedida y cierre del proceso del grupo de apoyo mutuo con madres y niñas

Tiempo	Objetivo y Contenido	Metodología	Recursos
10		<p>Se reúnen aparte las madres y aparte las hijas primero para realizar esta parte.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida y se revisa la tarea. ¿Qué actividad lograron desarrollar en esta semana con su hija? y ¿cómo se sintieron? 	
20	Motivar a llevar adelante su plan de vida	<ul style="list-style-type: none"> • Escriban un mensaje positivo que las anime a hacer cada día algo positivo para llegar a cumplir con su plan de vida. Compartirlo. 	Tarjetas y lápices
40	Preparación para la actividad conjunta	<ul style="list-style-type: none"> • Se rifan los nombres de las participantes y secretamente se va a elaborar un regalo para otra madre del grupo el cual se entregará en el encuentro conjunto. Si no lo han hecho aún, este es un buen momento para que las madres intercambien teléfonos y contactos para continuar la relación en el futuro. 	Papel de colores pegatinas cartulina
10	Favorecer los sentimientos positivos en relación a sus derechos como mujer y como madre.	<ul style="list-style-type: none"> • Escuchar la canción: Mis derechos de mujer, cantada por Norma Helena Gadea. (podemos escucharla una vez y luego cantarla juntas) Propiciar las expresiones de afecto, abrazos entre ellas. 	Grabadora Canción escrita.
90	Cierre del proceso. Las madres escuchan cómo se valora el proceso para sus hijas, las hijas observan cómo se reconoce el proceso llevado por sus madres. Hay un mutuo reconocimiento y percepción positiva.	Actividad conjunta (madres e hijas). Entrega de certificados y regalos.	Salón, chimbombas, flores u otros elementos. Certificados personalizados. Brindis, Cámara

Anexo 2

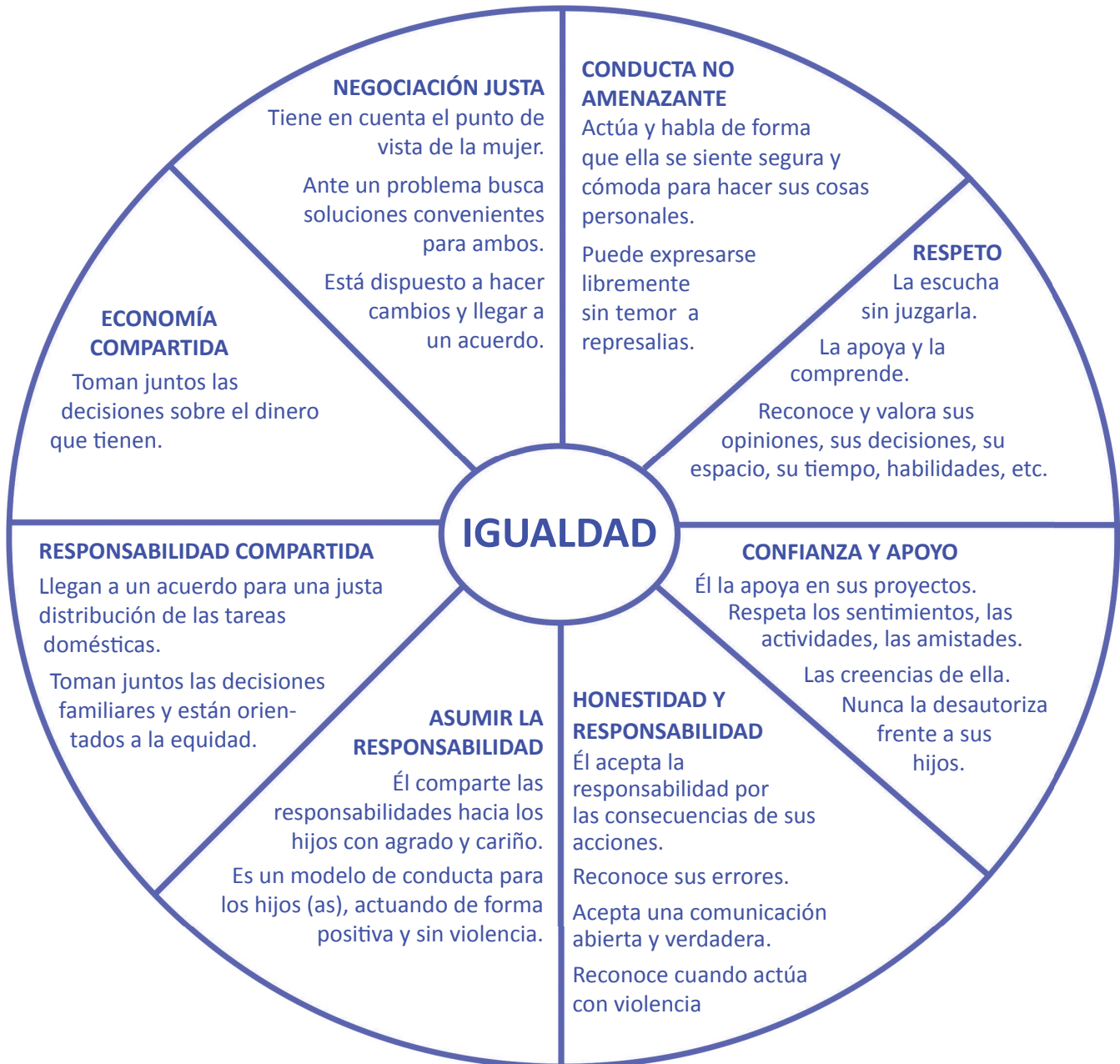
Rueda del poder y control

Formas en las que la mujer experimenta el abuso doméstico



Esta versión de la Rueda de Poder y Control, adaptada con autorización del "Domestic Abuse Intervention Project" (Proyecto de Intervención Contra la Violencia Doméstica) de Duluth, Minnesota, se concentra en algunas de las muchas maneras en que las mujeres maltratadas inmigrantes pueden ser abusadas.

Rueda de la igualdad



Adaptado por: Domestic Abuse Intervention Project 205 West 4th Street Producido y distribuido por: Duluth, MN 558064612 Shoal Creek BIVd. Austin Texas 7875.722.4134512.
s.slideshare.net/carlosFmartinez/rueda-de-la-igualdad

Anexo 3

Materiales elaborados por las participantes y desde la facilitación.

Cartas de las madres dirigidas a sus hijas (dos de ellas son transcripciones de las palabras de las participantes).



09/10/74

Querida,

Hoy me di cuenta que siento algo muy especial por ti que te quiero mucho te aprecio e igual como mi otro hijo. se que t. no te lo e podido demostrar con apapachos como todo hijo espera de su mamá.



ahora te digo tendrás esa mamá para consentirte mucho y luchar por ti para que seas una niña valiente y puedas vencer cualquier obstáculo en la vida.

Lo que mas preocupa es que se te acerquen las personas que te hicieron daño a ti y a mi porque eres parte de mi vida.

en el futuro me gustaria que llegues a prepararte a ser una persona profesional y que lo des por logrado tus objetivos.

hija mia te doy todo mi apoyo mi cariño y motivación a que continues tus estudios para que logres alcanzar lo que te propones y que vengas siempre conmigo como amiga e hijo nuevamente te digo te quiero mucho eres el centro de toda mi vida.



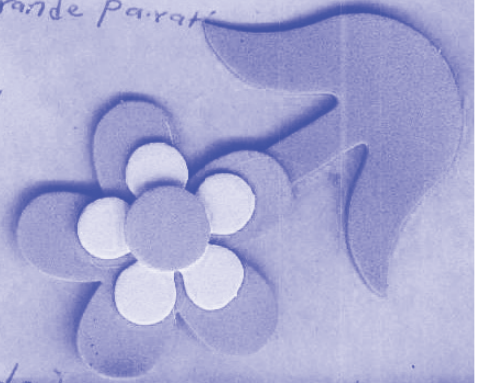
Fecha 9 de octubre de 2014

Siempre amor cariño Me siento feliz contigo

te sienten contigo por ese amor tan grande para ti



Esta carta es dirigida a
mi niña



quiero que

te sienta feliz con esto

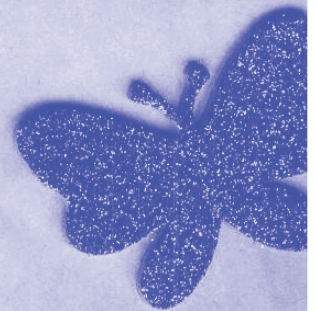
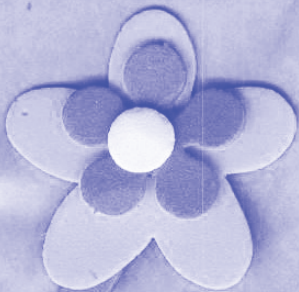
te escribi tu mamá

qué te preocupa actualmente acerca de tu hija

cuídate bien de ti misma yo esara
visítandote a las veces que sea necesario
de a quien que te quiera a ser tu mamá
de fende tus derecho

¿Que futuro te gustaria tubiera tu hija?
yo tuma me gustaria verte feliz con alguien
que te respete que te ame y tulado que te
apoye en el momento necesario para que
en climomas necesio

¿De que manera va a apoyarte en ese futuro?
yo la voy a apoyar ~~en su estudio~~ en su estudio
en su zapato y su ropa en darle mucho amor
Respeto a ayudar en pasar su estudio



Querida



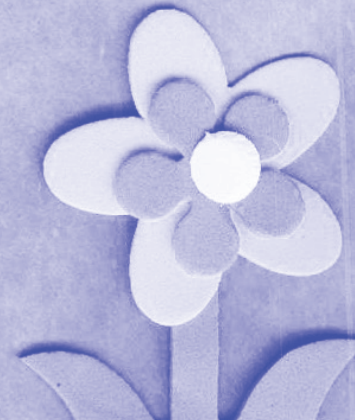
Hoy siento amarte como la maravillosa hija que sos y lo haré todas los días de mi vida.

Me preocupa tu timidez, quisiera que no exista en ti, porque me gustaría que puedas estudiar y pienses en tu futuro.

Ya sabes que contás conmigo para ayudarte a crecer la niña y que eso te permita llegar a donde vos querés.

Me despido con besos y abrazos.

Tu mamá



Querida



Quiero decirte que me gusta sentirte cerca de mí; que estoy agradecida porque me invitaste a venir; que tengas confianza en mí.

Me preocupa que por timidez vayas a aceptar a alguien que no te merece, veo que tu mente ha cambiado y eso me alegra, de que hayas pasado por este grupo.

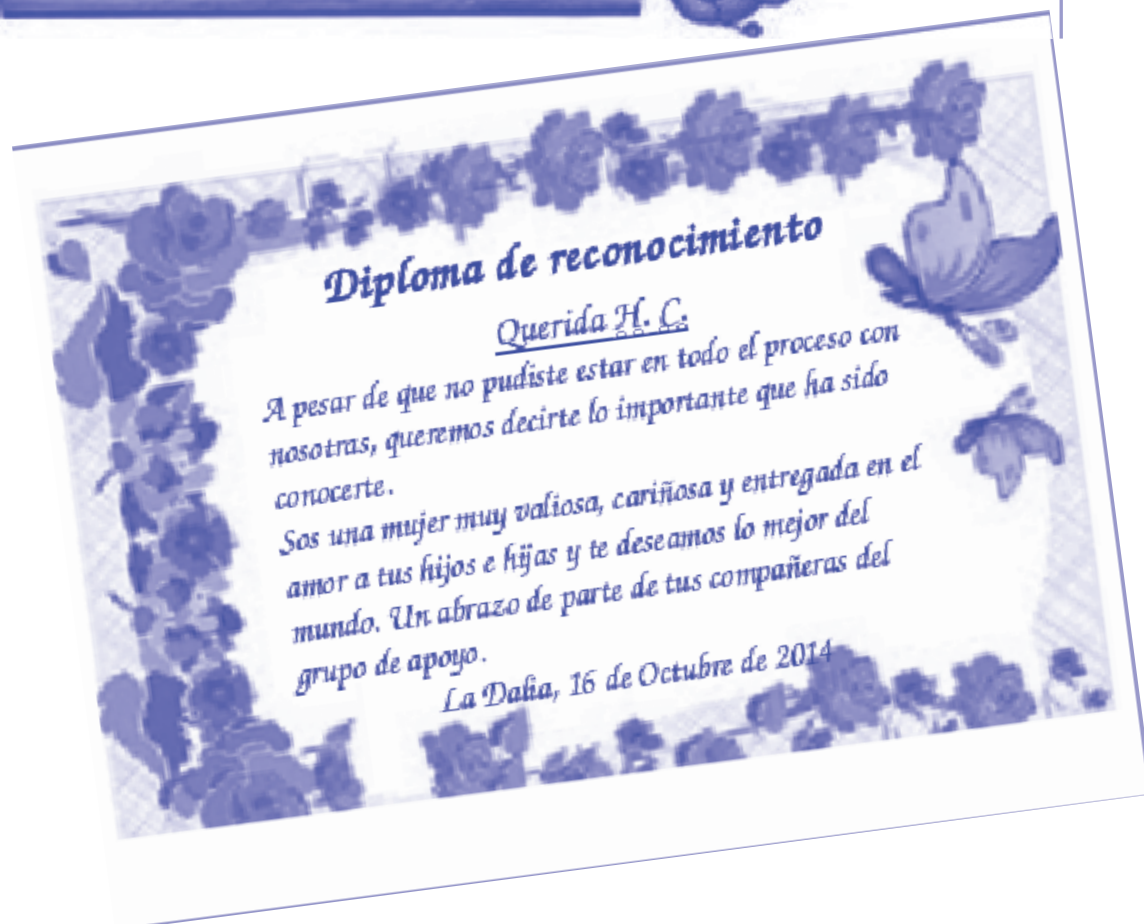
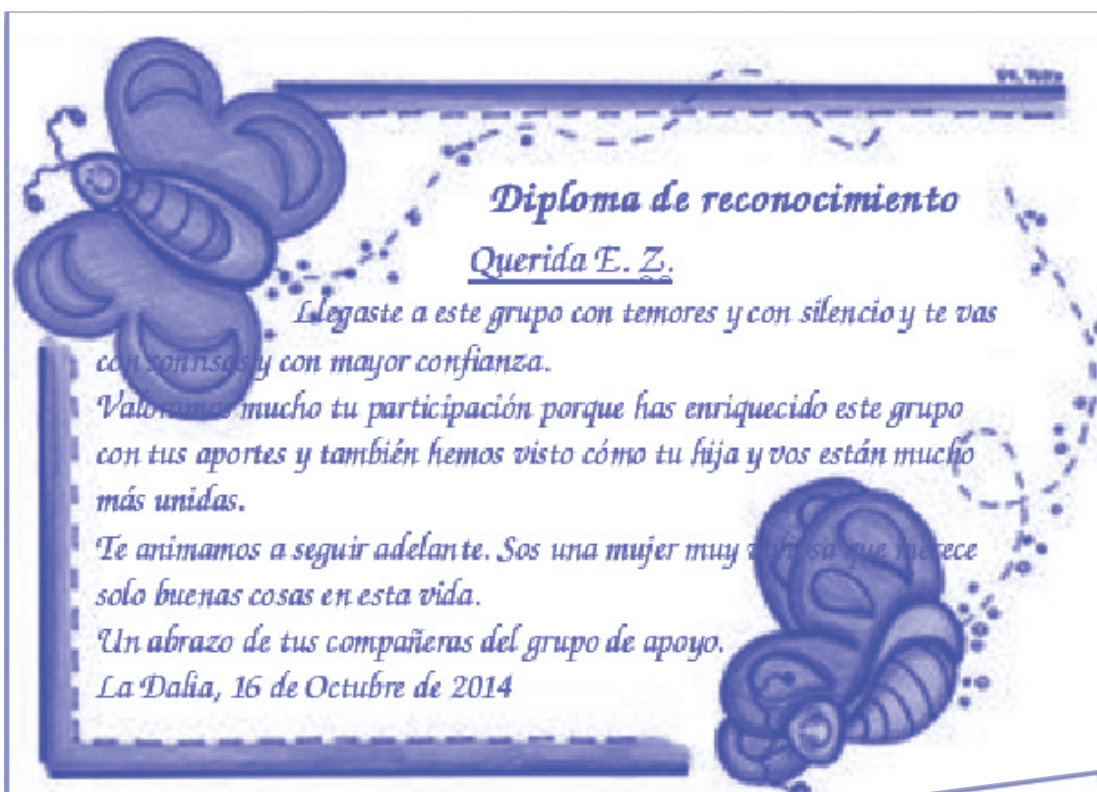
Quisiera que el estudio te ayude a lograr un futuro, que te prepares bien y si un día decidís hacer pareja sea con alguien bueno. Te voy a apoyar mandándote a la escuela, escuchándote y que sepas que yo estoy aquí para que confíes en mí.

Soy tu mamá



Diplomas entregados a participantes en el cierre del proceso







Diploma de reconocimiento

Querida F. V.

En este grupo de apoyo mutuo entre madres te hemos conocido y hemos aprendido de vos, que sos una mujer fuerte, valiente y decidida.

Sos una mujer muy valiosa y te animamos a seguir siendo así, ya que sos un gran apoyo para tu hija.

Con mucho cariño, tus compañeras del grupo.

La Dalia, 16 de Octubre de 2014



CANCIÓN: MIS DERECHOS DE MUJER

Cantada por Norma Helena Gadea
Composición de: Auxiliadora Cárdenas.
Música de: Luis Enrique Mejía Godoy.



Quiero decir lo que pienso, lo que siento
en lo profundo de mi ser como mujer,
quiero decir lo que muchas de mis
abuelas callaron o las que fueron calladas
por querer la libertad,
¿Cuántos años han pasado de
desigualdad perversa en la casa, en el
trabajo y en la cama sin placer?
De nada sirven las leyes, los decretos
la justicia, si no rompemos prejuicios en
contra de la mujer.



(Estribillo)

La respuesta es el respeto, la respuesta es
la igualdad, que respeten nuestro cuerpo,
que respeten nuestra voz, que respeten mi
deseo cuando yo diga que no que no me
levanten la mano ni me levanten la voz.



Hemos parido los hijos que los demás han
querido con temor al porvenir,
hemos visto pasar siglos mancilladas
desde niñas, abusadas, calumniadas,
señaladas ante Dios.
quieren que sigamos siempre en el papel
de sumisas como la mujer perfecta,
sonriente, esclava y feliz,
de la escoba a la cocina, de la cocina
a la plancha, sin horario ni salario
maltratada es la mujer.



(Estribillo)

La respuesta es el respeto, la respuesta es
la igualdad, que respeten nuestro cuerpo,
que respeten nuestra voz, que respeten mi
deseo cuando yo diga que
!No!, que no me levanten la mano ni me
levanten la voz. (se repite)

!Exijo que el mundo cumpla mis derechos
de mujer!





EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN POPULAR FEMINISTA

GRUPO
Venancia

Grupo Venancia
Ermita de Guadalupe 1 1/2 cuadras al sur.
Barrio Guanuca. Matagalpa, Nicaragua.
Teléfonos: 2772 3562 - 2772 4971
Email: venancia9@turbonett.com.ni

Con el apoyo de:



OXFAM



Zaragoza
AYUNTAMIENTO