



UNIVERSIDAD DE CUENCA

RESUMEN

Este es un proyecto que se aplica en la identificación y prevención de la violencia en mujeres adolescentes dado que son muchos los cambios a los cuales entran en esta etapa dejando su niñez para entrar a un mundo totalmente desconocido para ellas, etapa llena de retos como búsqueda y formación de la identidad, la sexualidad en desarrollo, la separación del adolescente y sus padres, cambios físicos, cambios psíquicos, entre otros, son muchos de los aspectos a los que se enfrenta una adolescente que es como un soldado que se enfrenta a una guerra en la cual si no está lo suficientemente armada y preparada puede morir en el combate o quedar gravemente herida por el resto de su vida, y a esto debe añadirse un ejército que se preocupe y esté listo para socorrerle cuando lo necesite, su familia

El maltrato es un monstruo que devora a muchas parejas jóvenes y no saben cómo detectar previamente los factores de riesgo, todos y todas merecemos una vida digna, libre de violencia y abusos, una vida con respeto de género, sembrando en los jóvenes la equidad en todas las áreas y que mejor forma que prevenir el problema antes que necesite tratamiento

Palabras claves:

Maltrato – violencia de género – adolescencia – mujer



UNIVERSIDAD DE CUENCA

INDICE

CAPITULO 1

- I. Violencia
- II. Tipos de violencia
 - i. Violencia emocional y psicológica
 - Manifestación emocional y psicológica
 - Abuso verbal
 - Intimidación
 - Amenazas
 - Abuso sexual
 - Aislamiento
 - Desprecio
 - ii. Violencia verbal
 - iii. Violencia física
 - iv. Violencia sexual
 - v. Violencia económica
- III. Características de la violencia
 - i. La violencia no es natural
 - ii. La violencia es dirigida e intencional
 - iii. La violencia se basa en el abuso de poder
- IV. Factores de la violencia
 - i. Perspectiva biológica
 - ii. Perspectiva psicológica
 - iii. Perspectiva psiquiátrica
 - iv. Perspectiva del contexto específico
 - v. Perspectiva social
- V. Violencia de género
- VI. Ciclo de la violencia



UNIVERSIDAD DE CUENCA

CAPITULO 2

I. LA ADOLESCENCIA

- i. Ciclo vital humano
- ii. Etapas del desarrollo psicosexual de Freud
- iii. Etapas psicosociales de Erickson

II. Agresor/Agredida

- i. Categorías del agresor
- ii. Perfil psicológico del maltratador
- iii. Perfil psicológico de la maltratada
- iv. Tipos de mujeres maltratadas
- v. Características de la persona agredida
- vi. Errores en relación al tema

CAPITULO 3

I. Técnicas metodológicas

- i. Psicoterapia
- ii. Terapia cognitiva conductual
- iii. Psicoeducación
- iv. Terapia ocupacional



UNIVERSIDAD DE CUENCA

**FACULTAD DE JURISPRUDENCIA
ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL Y ORIENTACIÓN FAMILIAR**

CARRERA DE ORIENTACIÓN FAMILIAR

TEMA:

“PREVENCIÓN DEL MALTRATO FÍSICO Y EMOCIONAL POR PARTE DE SUS PAREJAS EN MUJERES ADOLESCENTES QUE CURSAN EL 4TO, 5TO Y 6TO AÑO DE BACHILLERATO EN EL COLEGIO FISCOMISIONAL RÍO UPANO EN EL PERÍODO ENERO – JUNIO DEL 2011”

**PROYECTO PREVIO A LA
OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
LICENCIADA EN ORIENTACIÓN
FAMILIAR**

AUTORA:

MARÍA JOSÉ ASTUDILLO LUNA

DIRECTORA:

PSICÓLOGA CLÍNICA JUANA OCHOA

CUENCA, JUNIO DEL 2011



UNIVERSIDAD DE CUENCA

“Prevención del maltrato físico y emocional por parte de sus parejas en mujeres adolescentes que cursan el cuarto, quinto y sexto año de bachillerato en el colegio Fisco misional Río Upano en el periodo enero-junio del 2011”

1. Objetivos

Objetivo General

- Realizar un programa de prevención en el maltrato de Género para el Colegio Fiscomisional Río Upano

Objetivos Específicos

- Aplicar psicoterapia de grupo a las adolescentes
- Incentivar actividades recreativas en las adolescentes para ocupar su tiempo libre
- Trabajar con los padres de familia como refuerzo en el bienestar de las adolescentes

2. Delimitación del tema

El tema que he escogido para mi proyecto trata sobre la prevención de la violencia en estudiantes mujeres de los 4tos, 5tos y 6tos cursos de un colegio, aplicable en un periodo de seis meses

Ejecutaré este método preventivo en el cantón Sucúa, provincia de Morona Santiago, Sucúa cuenta con cuatro colegios en funcionamiento, dicho proyecto será puesto en funcionamiento en el Colegio Fiscomisional Río Upano el cual cuenta con 1107 alumnos pero se tomará en cuenta únicamente el ciclo diversificado, género femenino, que está distribuido de la siguiente manera:



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Curso/ Sección	DIURNA	NOCTURNA	Total
4to Curso	98	23	121
5to Curso	81	16	97
6to Curso	70	8	78
Total	249	47	296

Tomando en cuenta estos datos se trabajará con 296 alumnas

3. Definición del problema

Si hablo de Sucúa (Morona Santiago), tendría que hacer referencia a muchas características propias del lugar, como que es un cantón relativamente nuevo con no más de 100 años desde la llegada de los primeros colonos entre ellos la mayoría curas y la congregación de madres salesianas, por lo que las primeras instituciones educativas fueron y son dirigidas por un gran peso religioso.

Esta breve reseña histórica del cantón la doy porque ha sido de gran importancia dicha trascendencia para entender el porqué del funcionamiento social actual de este lugar, con una gran influencia del machismo respaldada por la religión impuesta en sus inicios, promovidos este tipo de pensamientos en ya casi 4 generaciones desde la llegada de los primeros colonos como ya mencioné anteriormente

La violencia está latente en todo el mundo sin ser este pequeño pueblo la excepción y con mucha tristeza se ve reflejada en mujeres, desde niñas de pre escolar hasta señoras de la tercera edad quienes desafortunadamente dejan como herencia el mismo ejemplo de vida a la descendencia que viene atrás suyo

El maltrato, la violencia, el abuso o como queramos llamarle, tiene muchas formas de manifestarse, y al ser considerado el hombre como el género más fuerte en el ámbito físico es el principal agresor y la mujer la víctima de este mal uso de poder y desgraciadamente en el ámbito legal, la violencia en el noviazgo no está tipificada expresamente pero puede contemplarse dentro de



UNIVERSIDAD DE CUENCA

la violencia familiar lo cual es un gran avance pero algo que detiene este progreso así nos cueste creerlo es la propia familia de la joven violentada sobre todo los adultos quienes contribuyen a restar visibilidad a la violencia entre las y los jóvenes porque consideran que es normal porque es una relación "PASAJERA"

Uno de los factores más importantes, el medio en donde crecemos, define nuestro comportamiento y los pensamientos que tengamos y al referirme a Sucúa, un pueblo con mucha concentración religiosa implantada por Salesianos que fundaron el lugar (no con el afán de repartir culpas, mucho menos a la religión) la aceptación social de la violencia se la considera normal y se le quita importancia aún más en el noviazgo

El machismo podría decir yo, es el principal factor para que se produzca la violencia, factor aprendido en la misma familia principalmente de la misma madre quien aplaude que su hijo tenga cinco novias en el colegio, quien da prioridad a los hijos varones sobre las mujeres o quien es la que calla cuando su marido la maltrata, ¿Con este contexto que más podríamos esperar? De este modo, el noviazgo se convierte en el escenario donde revelan los estereotipos adquiridos



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Noticias de violencia



Un joven de 24 años ha sido detenido en la ciudad de Sucúa después de que presuntamente golpeará en la calle a su novia y tratara de simular que la socorría cuando se percató de la presencia de policías en las inmediaciones

El suceso tuvo lugar la madrugada del pasado domingo en las calles del lugar, cuando una patrulla de la Policía Municipal observó cómo una joven daba manotazos intentado defenderse de un individuo que le propinó un puñetazo en la cabeza, según informaron testigos del suceso

A consecuencia del impacto, la chica, de 22 años, cayó al suelo y el presunto agresor continuó zarandeándola, hasta que se percató de la presencia policial y comenzó a fingir que la estaba socorriendo. Ante estos hechos, los agentes arrestaron al joven



Un hombre asesina a su esposa por aparecer "soltera" en facebook

Una impactante historia ocurrió en Inglaterra cuando un hombre de 41 años asesinó a su esposa de 26 al ver que ella había cambiado su estatus de "casada" a "soltera" en la red social, y es que facebook por defecto informa a todos los contactos de estos eventos, cosa que causó la furia de Edward Richardson llevándolo a irrumpir la casa de Sarah Richardson y cometer el terrible homicidio.

No es que Facebook tenga la culpa de este acto de violento, pero sin duda llegar a entender la forma en cómo se relacionan los seres humanos es sin duda algo muy complicado y facebook ya está empezando a tener problemas con ello. Recuerden que hay muchos aspectos de esta red social que se pueden limitar para conservar un mayor grado de privacidad ante las grandes amenazas de la red



UNIVERSIDAD DE CUENCA

4. Justificación

Pellizcos, celos, llamadas incesantes, chantaje emocional, insultos o incluso alguna bofetada son tolerados muchas veces por las adolescentes en nombre del amor

He creído importante realizar un proyecto que se aplique en la identificación y prevención de la violencia en mujeres adolescentes dado que son muchos los cambios a los cuales entran en esta etapa dejando su niñez para entrar a un mundo totalmente desconocido para ellas, que es la adolescencia, etapa llena de retos como búsqueda y formación de la identidad, la sexualidad en desarrollo, la separación del adolescente y sus padres, cambios físicos, cambios psíquicos, entre otros, son muchos de los aspectos a los que se enfrenta una adolescente que es como un soldado que se enfrenta a una guerra en la cual si no está lo suficientemente armada y preparada puede morir en el combate o quedar gravemente herida por el resto de su vida, y a esto debe añadirse un ejército que se preocupe y esté listo para socorrerle cuando lo necesite, su familia

El maltrato es un monstruo que devora a muchas parejas jóvenes y no saben cómo detectar previamente los factores de riesgo, todos y todas merecemos una vida digna, libre de violencia y abusos y que mejor forma de prevenir el problema antes que necesite tratamiento

Por medio de este proyecto busco lograr un mejor nivel de vida para las chicas adolescentes del Colegio Rio Upano ya que el tema de la violencia se lo ha mantenido como un tabú en esta institución, y como un fenómeno que solo afecta a la población adulta, por ello me he enfocado en esta parte de la sociedad que es tan vulnerable y poco atendida llevando a las adolescentes a consecuencias nocivas para su salud física y emocional e incluso la muerte



UNIVERSIDAD DE CUENCA

5. Marco teórico

Violencia

- La raíz de la palabra violencia es la combinación de dos palabras en latín: “vis” (fuerza) y el participio “latus”, de la palabra “fero” (acarrear, llevar), “acarrear fuerza hacia”, violencia significa “fuerza intensa”
- La violencia (del latín violentia) es un comportamiento deliberado, que provoca, o puede provocar, daños físicos o psicológicos a otros seres, y se asocia, aunque no necesariamente, con la agresión física, ya que también puede ser psicológica o emocional, a través de amenazas u ofensas. Algunas formas de violencia son sancionadas por la ley o por la sociedad, otras son crímenes. Distintas sociedades aplican diversos estándares en cuanto a las formas de violencia que son o no son aceptadas. Por norma general, se considera violenta a la persona irrazonable, que se niega a dialogar y se obstina en actuar pese a quien pese, y caiga quien caiga. Suele ser de carácter predominantemente egoísta, sin ningún ejercicio de la empatía. Todo lo que viola lo razonable es susceptible de ser catalogado como violento si se impone por la fuerza
- La violencia se define como un acto intencional, dirigido a dominar, controlar, agredir o lastimar a alguien más. Casi siempre es ejercida por las personas que tienen el poder en una relación, como el padre y/o la madre sobre los y las hijas, los y las jefas sobre los y las empleadas, los hombres sobre las mujeres, los hombres sobre otros hombres y las mujeres sobre otras mujeres, pero también se puede ejercer sobre objetos, animales o contra uno mismo
- La violencia es un acto que, ya sea que se dé una sola vez o se repita, puede ocasionar daños irreversibles. Implica un abuso del poder



UNIVERSIDAD DE CUENCA

mediante el empleo de la fuerza, ya sea física, psicológica, económica, sexual o verbal

Violencia de género

Es el tipo de violencia física o psicológica ejercida contra mujeres de todo tipo de edades.^{1 2 3} Sin embargo, debido a la amplitud que abarcan las distintas formas de violencia y a que no todos los estudios se enfocan en las definiciones, identidades y relaciones de género, no toda la violencia contra la mujer puede identificarse como violencia de género, ya que por definición, el término hace referencia a aquel tipo de violencia que socava sus raíces en las relaciones y definiciones de género dominantes existentes en una sociedad, por lo que es habitual que exista cierta confusión al respecto

Tipos de Violencia

La violencia se ejerce de diferentes maneras, desde una ofensa verbal hasta el homicidio. Existen cinco tipos de violencia: verbal, emocional, económica, física y sexual. Es importante aclarar que estas diferentes manifestaciones de la violencia se pueden ejercer al mismo tiempo en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana

La violencia entre parejas jóvenes con abuso de poder de el hombre hacia la mujer se dan por mayor números de casos y por frecuencia de la siguiente manera:

1) Violencia emocional y psicológica

Este tipo de violencia, cuya frecuencia es muy alta, es la más difícil de identificar porque, a diferencia de la violencia física, no deja huellas en el cuerpo sino en el ser interno de la persona

La violencia emocional se ejerce a través de palabras, gritos, gestos agresivos, malos tratos, falta de atención, silencio y chantajes, que buscan denigrar,



UNIVERSIDAD DE CUENCA

intimidar, amenazar o manipular a la persona violentada, y aunque aparentemente no dañan, lo hacen profundamente, destrozando la autoestima y la estabilidad emocional

Manifestaciones de violencia psicológica:

- 1.1) **Abuso verbal:** Rebajar, insultar, ridiculizar, humillar, utilizar juegos mentales e ironías para confundir, etc.
- 1.2) **Intimidación:** Asustar con miradas, gestos o gritos. Arrojar objetos o destrozar la propiedad
- 1.3) **Amenazas:** De herir, matar, suicidarse, amenazar con dejarla o hacer y hacerse daño si le dejan
- 1.4) **Abuso sexual:** Imposición del uso de anticonceptivos, presiones para abortar, menosprecio sexual, imposición de relaciones sexuales contra la propia voluntad o contrarias a la naturaleza, invadir la intimidad en contra de la persona, miradas intimidantes, desvalorizarla e incomodarla aún con palabras referidas a la sexualidad, etc.
- 1.5) **Aislamiento:** Control abusivo de la vida del otro, mediante vigilancia de sus actos y movimientos, escucha de sus conversaciones, impedimento de cultivar amistades, etc.
- 1.6) **Desprecio:** Tratar al otro como inferior, tomar las decisiones importantes sin consultar al otro



UNIVERSIDAD DE CUENCA

2) *Violencia verbal*

Incluye los insultos, los gritos, las palabras hirientes u ofensivas, las descalificaciones, las humillaciones, las amenazas, los piropos que causen molestia, etc.

3) *Violencia física*

Son aquellos actos que dañan el cuerpo y la salud física: los empujones, bofetadas, puñetazos, puntapiés y los golpes con objetos. Este tipo de violencia muchas veces deja cicatrices, enfermedades que duran toda la vida, y lesiones leves o severas, que incluso pueden causar la muerte

4) *Violencia sexual*

Es todo acto verbal o físico con connotaciones sexuales que se realiza contra cualquier persona sin su consentimiento, que vulnera su libertad y daña su autoestima y desarrollo psicosexual, y que le genera inseguridad, sometimiento y frustración. Sus formas son el hostigamiento, el acoso, el tráfico y la explotación sexual, el incesto, el estupro y por supuesto la violación

5) *Violencia económica*

Es una de las prácticas más sutiles de la violencia, que consiste en el control o restricción del dinero o de los bienes materiales como forma de dominación o castigo

Características de la violencia

Es importante que sepas que la violencia tiene las siguientes características:

a) La violencia no es natural



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Por lo tanto, consideramos a la violencia como una construcción social, no como un fenómeno natural, y asumimos que es posible actuar para eliminarla de nuestras relaciones personales y sociales

b) La violencia es dirigida e intencional

La violencia es intencional porque un insulto, un golpe, una mirada o una palabra, para que sean considerados como actos violentos deben tener la intención consciente o inconsciente de dañar

c) La violencia se basa en un abuso del poder

La principal característica de la violencia es el abuso del poder, mediante el empleo de la fuerza o superioridad de unos con el objetivo de someter a otros, particularmente contra individuos o grupos que tienen menos poder por ejemplo los niños, los jóvenes, las mujeres, las personas adultas mayores

Factores de la Violencia

La violencia puede ser estudiada desde varios enfoques:

- a) ***Perspectiva biológica:*** Algunos casos de lesiones en el sistema límbico, en los lóbulos frontales y temporales o anormalidades en el metabolismo de la serotonina pueden predisponer a la agresión
- b) ***Perspectiva psicológica:*** Las personas que más maltratan son aquellas que poseen baja autoestima, quienes tienen antecedentes de maltrato y por ello agreden como fueron agredidos ya que es la forma que aprendieron a relacionarse, los que están deprimidos, los que tienen baja tolerancia a la frustración y los dependientes al alcohol
- c) ***Perspectiva psiquiátrica:*** Los testigos y víctimas de violencia presentan altas tasas de depresión y estrés post-traumático. El abuso de sustancias y de alcohol, así como los trastornos de personalidad límite o antisocial incrementan de manera considerable el riesgo de violencia. La violencia y el suicidio se han encontrado relacionados



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- d) **Perspectiva del contexto específico:** Hay diferencias en la expresión de la violencia en medios rurales y en medios urbanos debido a que los estresores en dichos ambientes son distintos
- e) **Perspectiva social:** Hay evidencia de que los aspectos sociales juegan papeles importantes en la expresión de las conductas violentas, uno de ellos es la trasmisión intergeneracional de la violencia

El Ciclo de la Violencia

En muchas relaciones que se vuelven violentas, es frecuente que el primer ataque aparezca como un evento aislado, pero en muchos casos, después que hubo violencia una vez, se desarrolla el siguiente patrón o ciclo:



Cuando la violencia sigue, las mujeres aprenden a esperarla e incluso a planificar cada parte del ciclo. Cuando existe violencia la voluntad de la mujer



UNIVERSIDAD DE CUENCA

se ha roto, el dominio del hombre sobre ella se hace tan completo que el ya no necesita prometerle que las cosas van a mejorar

Fase I

Acumulación de Tensión

- Irritabilidad del hombre
- Esta violencia se manifiesta a través del tono de voz
- La violencia se va haciendo poco a poco más manifiesta
- La mujer ya se siente responsable de ella
- Cuando la mujer quiere arreglar la situación él le dice que ella tiene una falsa percepción
- Violencia verbal

Esta fase se caracteriza por la sucesión de acontecimientos que incrementan la tensión, la hostilidad y ansiedad entre la pareja, variando en intensidad y frecuencia

Se produce una dinámica marcada por la tolerancia al conflicto y la acumulación de tensiones resultantes de ellos. La duración de esta fase del ciclo es diferente en cada pareja y puede durar desde meses hasta pocas horas

Fase II

Episodio Agudo, Explosión:

- El hombre pierde el control de sí mismo
- Gritos, humillaciones
- Se pueden dar violaciones sexuales a la mujer
- La mujer no reacciona por miedo a su agresor
- La mujer siente deseos de cambiar la situación

Durante esta fase se produce la descarga incontrolada de las tensiones acumuladas durante la fase anterior. Esta descarga puede variar en gravedad y



UNIVERSIDAD DE CUENCA

abarcar desde un empujón hasta el homicidio. Esta fase tiende a incrementar tanto su ocurrencia como la gravedad de la violencia o bien, puede suceder que permanezca igual durante algún tiempo, antes de aumentar, caracterizándose por ser incontrolable e impredecible

Fase III

Arrepentimiento, las disculpas

- El hombre trata de anular o minimizar su comportamiento, estas explosiones de violencia van seguidas de remordimiento y trata de racionalizar (pretextos, justificaciones)
- Promesas y juramentos de cambio, pueden ser palabras sinceras pero no puede, se necesita un proceso
- La mujer se cree a ciegas las promesas del hombre y le concede el perdón

El agresor intenta de todas las formas posibles lograr el perdón de la mujer mostrando gran arrepentimiento y en ocasiones de una manera sincera pero no puede mantener este deseo pues no está en sus manos y ya necesita ayuda

Fase IV, V

Reconciliación, Luna de Miel

- El hombre adopta una actitud agradable, se muestra solícito, amoroso, muestra un cambio temporal para tranquilizar a la mujer
- El hombre siente pánico al abandono, por eso muestra conductas diferentes
- La mujer siente satisfacción y piensa que va a cambiar
- El hombre hace esto para que no le dejen y la mujer no lo abandona por el supuesto cambio que ha tenido



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Esta fase se distingue por la actitud del agresor, extremadamente amorosa y arrepentida. Manifiesta sentirse arrepentido, prometiendo que nunca se volverá a repetir lo ocurrido, mostrándose cariñoso y considerado con la mujer. Muchas veces se produce una negación de lo ocurrido, minimizando la gravedad del acto violento, se intentan renegociar los términos de la relación

Cada vez los ciclos de agresión son más largos y la luna de miel por periodos más cortos, hasta que llega a anularse y la agresión se hace permanente porque el hombre también se hizo adicto a la violencia y la mujer crea un mayor grado de tolerancia a dicho abuso

Maltrato

Cualquier acto de omisión o comisión humana que pone en peligro la salud física, emocional y el desarrollo de la persona agredida

Manipulación

La manipulación es un recurso para salir de situaciones difíciles, que emplea quien es más débil o está en una posición más frágil o vulnerable. La persona intenta crear sentimientos en otra para que se dedique más a ella o para salvar una relación sentimental

La manipulación mental o control mental se produce cuando un individuo o grupo de individuos ejerce una tentativa de toma de control del espíritu o del comportamiento de una persona o de un grupo, utilizando técnicas de persuasión o de sugestión mental, en busca de eliminar las capacidades críticas o de autocrítica de la persona, esto es, su capacidad de juzgar o de rehusar informaciones u órdenes

La Adolescencia

Es una etapa de la vida que se caracteriza por un continuo crecimiento, pues es la transición entre la infancia o edad escolar y la edad adulta. Esta transición de cuerpo y mente proviene no solamente del individuo mismo, sino que se conjuga con su entorno, el cual es trascendental para que los grandes cambios



UNIVERSIDAD DE CUENCA

psicológicos que se producen lo hagan llegar a la edad adulta. La adolescencia es un fenómeno biológico, cultural y social y, por lo tanto, sus límites no se asocian a las características puramente físicas

Depresión en adolescentes

Es un trastorno que se presenta durante los años de la adolescencia e implica continua tristeza, desánimo, pérdida de la autoestima y pérdida de interés en actividades habituales

Sociopatía

También conocida como trastorno de personalidad antisocial (TPA), es una patología de índole psíquica que deriva en que las personas que la padecen pierden la noción de la importancia de las normas sociales, como son las leyes y los derechos individuales. Si bien, generalmente, puede ser detectada a partir de los 18 años de edad, se estima que los síntomas y características vienen desarrollándose desde la adolescencia

Celopatía

Enfermedad de celos, tiene su origen en la misma personalidad del celoso; algo hay en esa personalidad que no funciona bien. La celotipia, pasión de celos, es una pesadilla malsana para el que la sufre (víctima), y para el que la vive (protagonista)

En toda enfermedad de celos se produce una especie de paranoia. El paranoico es una persona que por definición jamás se equivoca (según él), pues su percepción distorsionada de las cosas se las hace percibir así, deformadas, y nada ni nadie podrá convencerle de lo contrario. Esa percepción consiste en una fijación de determinadas ideas o de un orden de ideas, que quedan como ancladas en lo profundo de su personalidad, y nada las remueve de ahí. Todo lo que el sujeto perciba pasará por el filtro de esa curiosa fijación cognitiva, y quedará coloreado de sus distorsiones peculiares. Si él/ella está



UNIVERSIDAD DE CUENCA

persuadido de que su pareja le quiere engañar, no habrá modo de convencerle de lo contrario: todo lo que suceda lo interpretará de forma que se convenza más y más de que está en lo cierto, y de que su sospecha de infidelidad se confirma a cada momento. Para el celopático todo sirve de prueba que pone en evidencia el engaño de que es víctima

Ciclo Vital Humano

<u>ETAPA</u>	<u>EDADES</u>
<i>Periodo Prenatal</i>	<i>De la concepción al nacimiento</i>
<i>Infancia</i>	<i>Del nacimiento a los 18- 24 meses de edad</i>
<i>Comienza a caminar</i>	<i>De los 12- 15 meses a 2- 3 años de edad</i>
<i>Periodo preescolar</i>	<i>De 2 a 6 años de edad</i>
<i>Niñez media</i>	<i>De 6 a 12 años de edad aproximadamente</i>
<u><i>Adolescencia</i></u>	<u><i>De 12 a 18- 21 años de edad</i></u>
<i>Juventud o adultez temprana</i>	<i>De 18- 21 a 40 años de edad</i>
<i>Madurez o adultez media</i>	<i>De 40 a 60- 65 años de edad</i>
<i>Vejez o adultez tardía</i>	<i>De 60- 65 años de edad hasta la muerte</i>

Etapas del desarrollo Psicosexual según Freud



UNIVERSIDAD DE CUENCA

1) Etapa Oral

Según Freud, la etapa oral es el primer momento en la evolución de la personalidad del individuo. Corresponde al primer y segundo año de vida y se caracteriza por dirigir la libido hacia la boca y buscar la satisfacción gracias a la actividad de succión

2) Etapa Anal

Freud sitúa esta segunda etapa del desarrollo de la personalidad entre los dos y tres años del niño; la libido se dirige hacia el ano y la satisfacción sobreviene por la expulsión o retención de las heces

3) Etapa Fálica

Para Freud la etapa fálica es fundamental para el desarrollo del psiquismo, porque en ella se produce el Complejo de Edipo y el Complejo de Electra. Entre los cuatro y los seis años el niño dirige el impulso erótico hacia sus genitales y consigue la satisfacción el varón mediante el juego con su pene y la niña con su clítoris, o mediante la masturbación

4) Etapa de Latencia

Para el psicoanálisis, etapa del desarrollo psicosexual situada entre los cinco o seis años y la pubertad. En esta fase y como consecuencia de la aparición del superyó el niño reprime sus sentimientos edípicos e inhibe sus apetitos erótico-sexuales

5) Etapa Genital

Según Freud, a partir de la *pubertad (de los 12 años en adelante)* se produce la etapa genital o segunda etapa de interés genital. En esta etapa, el niño, tras la superación del complejo de Edipo, orienta su deseo sexual fuera de la familia, hacia personas del sexo opuesto y convierte la relación genital reproductora en el objetivo del instinto sexual



Etapas Psicosociales de Erickson

1) Confianza frente a desconfianza

Desde el nacimiento hasta la edad de un año, los niños comienzan a desarrollar la capacidad de confiar en los demás basándose en la consistencia de sus cuidadores (generalmente las madres y padres). Si la confianza se desarrolla con éxito, el niño/a gana confianza y seguridad en el mundo a su alrededor y es capaz de sentirse seguro incluso cuando está amenazado. No completar con éxito esta etapa puede dar lugar a una incapacidad para confiar, y por lo tanto, una sensación de miedo por la inconsistencia del mundo. Puede dar lugar a ansiedad, a inseguridades, y a una sensación excesiva de desconfianza en el mundo

2) Autonomía frente vergüenza y duda

Entre el primer y el tercer año, los niños comienzan a afirmar su independencia, caminando lejos de su madre, escogiendo con qué juguete jugar, y haciendo elecciones sobre lo que quiere usar para vestir, lo que desea comer, etc. Si se anima y apoya la independencia creciente de los niños en esta etapa, se vuelven más confiados y seguros respecto a su propia capacidad de sobrevivir en el mundo. Si los critican, controlan excesivamente, o no se les da la oportunidad de afirmarse, comienzan a sentirse inadecuados en su capacidad de sobrevivir, y pueden entonces volverse excesivamente dependiente de los demás, carecer de autoestima, y tener una sensación de vergüenza o dudas acerca de sus propias capacidades

3) Iniciativa frente a culpa

Alrededor de los tres años y hasta los siete, los niños se imponen o hacen valer con más frecuencia. Comienzan a planear actividades, inventan juegos, e inician actividades con otras personas. Si se les da la oportunidad, los niños desarrollan una sensación de iniciativa, y se sienten seguros de su capacidad para dirigir a otras personas y tomar decisiones. Inversamente, si esta tendencia se ve frustrada con la crítica o el control, los niños desarrollan un sentido de culpabilidad. Pueden sentirse como un fastidio para los demás y por lo tanto, seguirán siendo seguidores, con falta de iniciativa



UNIVERSIDAD DE CUENCA

4) Laboriosidad frente a inferioridad

Desde los seis años hasta la pubertad, los niños comienzan a desarrollar una sensación de orgullo en sus logros. Inician proyectos, los siguen hasta terminarlos, y se sienten bien por lo que han alcanzado. Durante este tiempo, los profesores desempeñan un papel creciente en el desarrollo del niño

5) Identidad frente a confusión de papeles

Durante la adolescencia, la transición de la niñez a la edad adulta es sumamente importante. Los niños se están volviendo más independientes, y comienzan a mirar el futuro en términos de carrera, relaciones, familias, vivienda, etc. Durante este período, exploran las posibilidades y comienzan a formar su propia identidad basándose en el resultado de sus exploraciones. Este sentido de quiénes son puede verse obstaculizado, lo que da lugar a una sensación de confusión sobre sí mismos y su papel en el mundo.

6) Intimidación frente a aislamiento

En la adultez temprana, aproximadamente desde los 20 a los 25 años, las personas comenzamos a relacionarnos más íntimamente con los demás. Exploramos las relaciones que conducen hacia compromisos más largos con alguien que no es un miembro de la familia. Completar con acierto esta etapa puede conducir a relaciones satisfactorias y aportar una sensación de compromiso, seguridad, y preocupación por el otro dentro de una relación. Erickson atribuye dos virtudes importantes a la persona que se ha enfrentado con éxito al problema de la intimidad: afiliación (formación de amistades) y amor (interés profundo en otra persona). Evitar la intimidad, temiendo el compromiso y las relaciones, puede conducir al aislamiento, a la soledad, y a veces a la depresión.

7) Generatividad frente a estancamiento

Durante la edad adulta media, en una etapa que dura desde los 25 hasta los 60 años aproximadamente, establecemos nuestras carreras, establecemos una relación, comenzamos nuestras propias familias y desarrollamos una sensación de ser parte de algo más amplio. Aportamos algo a la sociedad al criar a nuestros hijos, ser productivos en el trabajo, y participar en las actividades y



UNIVERSIDAD DE CUENCA

organización de la comunidad. Si no alcanzamos estos objetivos, nos quedamos estancados y con la sensación de no ser productivos

No alcanzar satisfactoriamente la etapa de generatividad da lugar a un empobrecimiento personal. El individuo puede sentir que la vida es monótona y vacía, que simplemente transcurre el tiempo y envejece sin cumplir sus expectativas. Son personas que han fracasado en las habilidades personales para hacer de la vida un flujo siempre creativo de experiencia y se sienten apáticos y cansados.

Las personas generativas encuentran significado en el empleo de sus conocimientos y habilidades para su propio bien y el de los demás; por lo general, les gusta su trabajo y lo hacen bien

8) Integridad del yo frente a desesperación

Mientras envejecemos y nos jubilamos, tendemos a disminuir nuestra productividad, y exploramos la vida como personas jubiladas. Durante este periodo contemplamos nuestros logros y podemos desarrollar integridad si consideramos que hemos llevado una vida acertada

Categorías del Agresor

Los agresores suelen venir de hogares violentos, suelen padecer trastornos psicológicos y muchos de ellos utilizan el alcohol y las drogas lo que produce que se potencie su agresividad. Tienen un perfil determinado de inmadurez, dependencia afectiva, inseguridad, emocionalmente inestables, impaciente e impulsivo

Se puede diferenciar en dos grupos a los hombres agresores según la clasificación de los psicólogos norteamericanos (Dr. Jonh Gottman y Dr. Neil Jacobson)

Pit bull:

- Solamente es violento con las personas que ama
- Celoso y tiene miedo al abandono
- Priva a pareja de su independencia



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Vigila y ataca públicamente a su propia pareja
- Su cuerpo reacciona violentamente durante una discusión
- Tiene potencial para la rehabilitación
- No ha sido acusado de ningún crimen
- Posiblemente tuvo un padre abusivo

Cobra:

- Agresivo con todo el mundo
- Propenso a amenazar con cuchillos o revólveres
- Se calma internamente, según se vuelve agresivo
- Difícil de tratar en terapia psicológica
- Depende emocionalmente de otra persona, pero insiste que su pareja haga lo que él quiere
- Posiblemente haya sido acusado de algún crimen
- Abusa de alcohol y drogas

El pitbull espía a su mujer, es celópata, cae bien a todas las personas, excepto a sus novias o esposas. Él cobra es un sociópata, frío, calculador, puede ser cálido. El maltrato no cesa por sí solo

Perfil psicológico del maltratador

- Fue víctima o testigo de malos tratos; la mayoría proceden de familias donde se han dado malos tratos, habiendo sido víctimas o cuanto menos testigo de éstos
- Aprendió en su familia a ser violento, adoptando la violencia como una forma típica de relacionarse y de conseguir aquello que se desea
- Aspira por medio de la violencia ejercer poder y control absoluto sobre su pareja, no sólo en lo que hace, sino también en sus pensamientos y sentimientos más íntimos



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Se considera con derecho a saber todo sobre ella
- Considera a su mujer como una posesión suya y no como una persona con vida propia
- Tiene baja autoestima, lo cual coexiste con sus actitudes amenazantes y omnipotentes, reforzándose y confirmándosele con cada uno de los actos de violencia
- Suele tener una imagen negativa de sí mismo
- Se siente fracasado y no soporta los desafíos porque se siente en desventaja, lo cual es compensado con la violencia
- Es celoso hasta extremos patológicos; la mayoría de actos violentos se inician ante el miedo de que su mujer le va a abandonar
- Es manipulador y nunca reconoce sus errores
- La sexualidad la basa en el poder del hombre y la sumisión de la mujer
- Siempre busca la culpa en el otro, busca explicaciones a su conducta como motivada por la provocación, especialmente de su compañera
- Desautoriza a su pareja ante las demás persona

Perfil psicológico de la maltratada

Las personas maltratadas comparten las siguientes características:

- Fue maltratada por sus padres, bien en forma de abusos físicos, psicológicos o sexuales, o fue testigo de ellos



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Aprendió a someterse a la voluntad del hombre, representado por la figura paterna autoritaria y punitiva; por ello adoptan un rol pasivo, de sumisión y sometimiento en sus relaciones
- Está acostumbrada a conductas violentas pues éstas han sido su medio de vida y las ve como normales
- No se valora como persona a causa de esa infancia traumática, e intenta adaptarse a una vida perpetua de malos tratos
- Tiene baja autoestima y la desvalorización como persona (y como mujer en la mayoría de los casos), conducen a una vida de sumisión y obediencia
- Tiene un concepto del amor que la lleva al sacrificio y a la dependencia absoluta de su pareja
- En las relaciones de pareja la víctima lo da todo por el otro miembro, es altruista y está dispuesta a sacrificarlo todo por el otro, comportamientos que conducen a la dependencia exclusiva de su pareja
- Necesita la aprobación de su pareja, no tienen autonomía, viven para hacer felices al otro miembro
- No tolera la idea del fracaso debido a su desvalorización y baja autoestima, que hace que tenga una visión irrealista de su situación y no perciba, como tal, la humillación a la que está siendo sometida
- Percibe el sufrimiento como desafío e intenta, engañándose a sí misma, convertir a su pareja en la ideal a pesar de que esto suponga culpabilizarse ella de todos los problemas
- Como mujer, se siente inferior, física y psicológicamente, al hombre



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Confronta continuamente sentimientos ambivalentes de odio y amor respecto a su pareja
- Sobre valora el rol masculino
- Presenta problemas de salud recurrentes: somatizaciones, dolores de cabeza, problemas de sueño, agotamiento, etc.

Hay personas mujeres con una mayor tendencia a caer en las redes de una relación violenta o dominadora y que en sucesivas relaciones “suelen dar” con hombres que las vuelven a maltratar

La persona maltratada que se encuentra bajo la tiranía de un compañero violento, se percibe sin posibilidad de salir de la relación, piensa que su pareja es casi un “Dios todopoderoso”, perciben el mundo como hostil y cree que no va a poder valerse por sí mismas

Hay dos tipos de mujeres maltratadas:

Las que han sido educadas con más responsabilidades de las adecuadas a su edad

Caracterizadas por volcarse en los demás dándoles todo lo que tienen, y si algo falla es porque no han dado lo suficiente; están muy concienciadas respecto a sus deberes para con el otro

Las mujeres que han sido excesivamente protegidas durante su infancia

Estas han sido educadas para ser dependientes de alguien “superior” que las proteja, por lo que buscan hombres que decidan por ellas y las dominen

Una características que comparten, tanto maltratadores como maltratadas que explica porque su relación es tan destructiva, *es una baja autoestima*



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Características de la persona agredida:

Pérdida del control: Consiste en la convicción de que la solución a las agresiones le son ajenas, la mujer se torna pasiva y espera las directrices de terceras personas

Baja respuesta conductual: La mujer decide no buscar más estrategias para evitar las agresiones y su respuesta ante los estímulos externos es pasiva. Su aparente indiferencia le permite culpabilizarse menos por las agresiones que sufre pero también limita de capacidad de oponerse a éstas

Identificación con el agresor: La víctima cree merecer las agresiones e incluso las justifica, ante críticas externas, la conducta del agresor. Es habitual el "Síndrome de Estocolmo", que se da frecuentemente en secuestros y situaciones límite con riesgo vital y dificulta la intervención externa. Por otra parte, la intermitencia de las agresiones y el paso constante de la violencia al afecto, refuerza las relaciones de dependencia por parte de la mujer maltratada

Indefensión aprendida: Tras fracasar en su intento por contener las agresiones, y en un contexto de baja autoestima reforzado por su incapacidad por acabar con la situación, la mujer termina asumiendo las agresiones como un castigo merecido

Baja autoestima: Las mujeres involucradas en estas situaciones, impulsadas por su desvalorización, no perciben la humillación que implica el esfuerzo de intentar arrancar amor, interés o cuidados auténticos a quien no puede o no quiere darlos o sentirlos

En ocasiones las mujeres permanecen con su pareja violenta porque creen que las alternativas que tienen son peores a su situación. Se convencen de que las cosas no están tan mal y piensan que son ellas las que incitan a la violencia por no haberse quedado calladas, se culpan y se censuran. Hay que destacar especialmente el síndrome de indefensión aprendida, porque en la situación de los malos tratos, éstos nunca vienen por un motivo concreto. Al ver que no hay manera de evitar los malos tratos se quedan paralizadas, se inmovilizan. Por eso desde fuera da la impresión de que la mujer no quiere remediar el problema



UNIVERSIDAD DE CUENCA

El hombre violento también es dependiente de su esposa. Su baja autoestima le lleva a controlar todo lo que ella hace, pues se siente inseguro de que lo quiera y lo acepte por él mismo. De ahí que utilice todas las técnicas de abuso emocional para socavar la autoconfianza de la mujer, haciéndole creer que no puede arreglárselas sola y que es una inútil

Errores en relación al tema

1. Minimizar el problema

Muchos adultos creen que como los jóvenes no están casados, no viven juntos y no hablan del tema, no hay violencia entre ellos. Los incidentes donde hay agresión verbal, incluso física, suelen ser mirados como cosa de novios que se les va a pasar

2. Esconder la situación

Tan malo como minimizar, es esconder el problema, muchos adultos lo hacen por imagen, los jóvenes lo esconden por otras razones que van desde el sentir que serán obligados a romper sus relaciones, hasta la vergüenza por la reprobación familiar o social.

3. Suponer que la violencia es menor

La violencia que se da entre novios no difiere del que ocurre entre adultos casados, la violencia es siempre violencia, y no debería dejarse pasar como algo menor

Codependencia

La codependencia puede ser definida como una enfermedad, cuya característica principal es la falta de identidad propia. La persona codependiente pierde la conexión con lo que siente, necesita y desea

Características:

- Si es dulce y agradable aunque no lo sienta, es porque busca aceptación
- Cree que su valor como persona depende de la opinión de los demás
- Da más importancia a los demás que a sí mismo.
- Se crea un yo falso, pues en realidad no está consciente de quién es y está tan desconectado de sus propios sentimientos



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Asume la responsabilidad por las acciones de los demás
- Se avergüenza por lo que hacen otras personas y toma las cosas de una manera personal
- Invierte una enorme cantidad de energías en mantener una imagen o un estatus para impresionar porque su autoestima es muy baja, ya que depende del valor que los demás le otorgan

Todo amor que no produce paz, sino angustia o culpa, está contaminado de codependencia. Ese tipo de amor patológico, de obsesión, es sumamente destructivo. Al no producir paz interior ni crecimiento espiritual, no lleva a la felicidad

El codependiente no sabe quién es, lo que siente, cuáles son sus necesidades; vive como un ser vacío

Ley contra la Violencia a la Mujer y la Familia

Congreso Nacional, El Plenario de las Comisiones Legislativas del Ecuador

Ley N°. 103

Ley contra la violencia a la mujer y la familia

Artículo 1. Fines de la Ley

La presente ley tiene por objeto proteger la integridad física, psíquica y la libertad sexual de la mujer y los miembros de su familia, mediante la prevención y la sanción de la violencia intrafamiliar y los demás atentados contra sus derechos y los de su familia.

Sus normas deben orientar las políticas del Estado y la comunidad sobre la materia.

Artículo 2. Violencia intrafamiliar

Se considera Violencia intrafamiliar toda acción u omisión que consista en maltrato físico, psicológico o sexual, ejecutado por un miembro de la familia en contra de la mujer o demás integrantes del núcleo familiar.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Artículo 3. Ámbito de Aplicación

La protección de esta Ley se hará extensiva a los ex cónyuges, convivientes, ex convivientes, *a las personas con quienes se mantengan o se haya mantenido una relación consensual de pareja*, así como a quienes comparten el hogar del agresor o del agredido.

Las disposiciones de esta Ley prevalecerán sobre otras normas generales o especiales que se las opongan. Los derechos que se consagran en esta Ley son irrenunciables

Modelo Cognitivo

A diferencia de las terapias psicodinámicas, que se focalizan en los pensamientos inconscientes y ponen énfasis en la catarsis, se aboca a modificar comportamientos y pensamientos, antes que brindarle al paciente la oportunidad de simplemente descargar sus sentimientos. Está orientada hacia el presente, se investiga el funcionamiento actual y no hay mayores exploraciones del pasado, aunque por supuesto se hace una historia clínica y se pone énfasis en los patrones disfuncionales actuales de los pensamientos y conductas

La Terapia Cognitiva está basada en el modelo cognitivo que postula que las emociones y conductas de las personas están influidas por su percepción de los eventos. No es una situación por sí misma la que determina lo que una persona siente, sino más bien la forma en que ella interpreta la situación (Ellis, 1962; Beck, 1964). Por lo tanto la forma en que se sienten las personas está asociada a la forma en que interpretan y piensan sobre una situación. La situación por sí misma no determina directamente cómo se sienten; su respuesta emocional está mediada por su percepción de la situación”

“La Psicoterapia Cognitiva destaca que lo que las personas piensan y perciben sobre sí mismos, su mundo y el futuro es relevante e importante y tiene efecto directo en cómo se sienten y actúan”

En otras palabras, las terapias cognitivas se basan en los siguientes supuestos básicos:



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- 1) Las personas no son simples receptores de los estímulos ambientales, sino que construyen activamente su "realidad"
- 2) La cognición es mediadora entre los estímulos y las respuestas (cognitivas, emotivas o conductuales)
- 3) Las personas pueden acceder a sus contenidos cognitivos
- 4) La modificación del procesamiento cognitivo de la información (sistemas de atribución, creencias, esquemas, etc.) es central en el proceso de cambio

En cuanto a su estilo las terapias cognitivas enfatizan:

- 1) La importancia de la alianza terapéutica y la colaboración y participación activa del paciente en el proceso
- 2) Un enfoque orientado al problema y los objetivos
- 3) El carácter educativo (o reeducativo) del proceso, capacitando al paciente para enfrentar por sí mismo futuras situaciones de manera más saludable y funcional

La terapia cognitiva es un procedimiento activo, directivo, estructurado y de tiempo limitado que se utiliza para tratar distintas alteraciones psíquicas (por ejemplo, ansiedad, depresión, fobias, problemas relacionados con el dolor, distorsiones de la realidad, control de emociones, etc.). Como esta anotado anteriormente, se basa en el supuesto teórico subyacente de que los efectos y la conducta de un individuo están determinados en gran medida por el modo que tiene dicho individuo de estructurar el mundo. Sus cogniciones se basan en actitudes o supuestos desarrollados a partir de experiencias anteriores

El terapeuta cognitivo ayuda al paciente a pensar y actuar de un modo más realista y adaptativo en relación con sus problemas psicológicos, reduciendo o eliminando así los síntomas. La terapia cognitiva se sirve de una gran variedad de estrategias cognitivas y conductuales, para lograr el objetivo de delimitar las falsas creencias y los supuestos desadaptativos, mediante técnicas de aprendizaje



UNIVERSIDAD DE CUENCA

En este caso la concepción implicaría que las jóvenes que sufren de maltrato distorsionan sistemáticamente sus experiencias en dirección negativa y tiene una concepción global negativa de sí mismas y de sus experiencias. Por lo tanto se intenta que mediante un objetivo claro se pueda modificar el auto contexto y los esquemas que tienen sobre la violencia a la que son sujetas

Se buscan experiencias de aprendizaje altamente específicas dirigidas a enseñar a los pacientes las siguientes operaciones:

- Controlar los pensamientos (cogniciones) automáticos negativos.
- Identificar las relaciones entre cognición, afecto y conducta
- Examinar la evidencia a favor y en contra de los pensamientos distorsionados

Psicoeducación

La psicoeducación hace referencia a la educación o información que se ofrece a las personas que sufren de un trastorno psicológico, aunque este tipo de intervenciones psicológicas también incluyen el apoyo emocional, la resolución de problemas y otras técnicas. También están incluidos los miembros de la familia. La meta es que el paciente entienda y sea capaz de manejar la enfermedad que presenta. De igual manera, se refuerzan las fortalezas, los recursos y las habilidades propias del paciente para hacerle frente a su enfermedad, para así evitar una recaída y contribuir con su propia salud y bienestar, con un fundamento a largo plazo. La teoría es, entre mejor conozca el paciente su propia enfermedad, mejor puede vivir con su condición

Objetivos psicoeducativos

La educación terapéutica del paciente tiene como objetivo principal hacer del paciente un experto en su enfermedad, es decir, es un proceso continuo, integrado y centrado en el o la paciente. Debe comprender actividades organizadas de sensibilización, información, aprendizaje y acompañamiento psicosocial en la enfermedad. Dicha educación debiera hacer del paciente una



UNIVERSIDAD DE CUENCA

persona capaz de adquirir y mantener los recursos necesarios para gestionar el problema de manera óptima, reduciendo la frecuencia e intensidad de las crisis y mejorando su calidad de vida

Los objetivos principales serían:

- Optimizar el tratamiento de prevención
- Prevenir las recaídas y disminuir el número de jóvenes violentadas por sus parejas
- Mejorar la calidad de vida de las mujeres en todas sus dimensiones
- Favorecer, mantener y consolidar su estima ya reconociendo cuánto valen
- Facilitar la identificación de los rasgos que anuncian que un hombre es un posible maltratador

6. Cronograma

Habrà una planificación que pese a los distintos temas o actividades del cronograma general, se cumplirá diariamente, será un esquema a seguir y será el siguiente:

- 1) *Bienvenida.*- Recibimiento del grupo
- 2) *Dinámica de Relajación.*- Contaré con varias actividades para iniciar la terapia con el fin de obtener una mayor apertura y colaboración de las adolescentes en el resto dl día
- 3) *Actividad del día.*- Será la ejecución de lo que se tenga planeado para cada día, ya sea un taller, charla, integración, etc. Con su respectivo tema, Ej. "CONOCIENDONOS"
- 4) *Preguntas.*- Dudas sobre lo que se realizó y habló durante la terapia, comentarios y aportes del tema aprendido



UNIVERSIDAD DE CUENCA

- 5) *Puesta en común (que es lo que se llevan).*- Será el tiempo que se utilizará para que las chicas compartan con el grupo que es lo que han recibido que han aprendido, como se sienten, como lo utilizarán, esto con el fin de que ellas mismo lo digan y así lo interioricen

- 6) *Despedida.*- Al finalizar la terapia



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Cronograma General

Curso/Mes	ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO
Observación del comportamiento de las adolescentes, división de los cursos, preparación de los materiales y aulas						
Aplicación del Plan de trabajo a los 4tos Cursos, sección Diurna						
Aplicación del Plan de trabajo a los 5tos Cursos, sección Diurna						
Aplicación del Plan de trabajo a los 6tos Cursos, sección Diurna						
Aplicación del Plan de trabajo al 4to, 5to y 6to Curso, sección Nocturna						
Tiempo de HOLGURA						

AUTORA:
MARÍA JOSÉ ASTUDILLO LUNA



UNIVERSIDAD DE CUENCA

CRONOGRAMA MENSUAL

Actividades	FEBRERO																			
	1era Semana					2da Semana					3era Semana					4ta Semana				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
Presentación del plan de trabajo a las alumnas de los 4tos cursos(sección diurna) y presentación de las adolescentes	■																			
Taller de educación sobre la Violencia		■	■	■																
Enseñarles técnicas para el control de emociones, como el stock de pensamiento					■															
Taller sobre el "AUTOESTIMA"						■														
Realización de un FODA (Fortalezas y Debilidades personales)							■													
Mesa redonda "La violencia de los hombres hacia las mujeres)								■												
Rasgos para identificar a una persona manipuladora, agresiva y mal tratante, con el fin de prevenir									■											
Una película de concientización sobre el tema, debate sobre la película										■										
Exposición de grupos "Rol de la mujer en la Sociedad"												■								

AUTORA:
MARÍA JOSÉ ASTUDILLO LUNA



UNIVERSIDAD DE CUENCA

7. Recursos

Materiales

CONCEPTO	UNIDAD MEDIDA	CANTIDAD	PRECIO	TOTAL
UTILES DE OFICINA:				
borrador blanco de queso	docena	2	2,50	5,00
Caja de Clips mariposa	docena	1	2,00	2,00
Caja de Clips pequeños	docena	2	3,00	6,00
Cajas de grapas	docena	1	6,00	6,00
Cajas de vinchas para folders	caja	1	6,00	6,00
Carpetas de cartulina	unidad	35	0,15	5,25
Cuaderno espiral grande 100h	unidad	3	0,90	2,70
Esferos color azul	unidad	30	0,30	9,00
Goma en barra	unidad	5	0,60	3,00
Grapadora de escritorio	unidad	3	5,00	15,00
Lápices HB	caja	5	3,50	17,50
Líquido corrector	unidad	20	1,00	20,00
Marcadores para pizarrón	cajas	2	6,00	12,00
Marcadores permanentes para los papelotes	cajas	5	9,00	45,00
Papel bond tamaño A4 para impresiones y fotocopias de 85g	resmas	4	6,00	24,00
Papelógrafos	unidad	80	0,15	12,00
Pinturas de dedos	unidad	10	6,00	60,00
Pinturas grandes de 12 colores	caja	20	1,50	30,00
Pliego de cartulinas	unidad	50	0,20	10,00
Sacapuntas metálico un solo servicio	unidad	10	0,80	8,00
Tijeras	unidad	10	0,50	5,00
TOTAL MATERIALES DE OFICINA				303,05



UNIVERSIDAD DE CUENCA

MATERIALES DE IMPRESIÓN, FOTOGRAFÍA, REPRODUCCIÓN Y PUBLICACIONES				
COPIADOS Y ANILLADOS DE DOCUMENTOS		400	0,05	20,00
ENCUADERNADOS DE DOCUMENTOS		5	10,00	50,00
TOTAL MATERIALES DE IMPRESIÓN, FOTOGRAFÍA, REPRODUCCIÓN.....				70,00

8. Técnicas Metodológicas

En este espacio indicaré los métodos con los que se llevará a cabo este proyecto de prevención, cada uno estará especificado y con sus respectivas actividades

Psicoterapia

La psicoterapia proporciona a la adolescencia una oportunidad de explorar acontecimientos y las sensaciones que son dolorosas o preocupantes para ellas. La psicoterapia también les enseña habilidades que le hacen frente a dichas situaciones

Terapia Cognitivo Conductual

La terapia Cognitiva Conductual combina dos clases muy eficaces de psicoterapia, la del conocimiento conjunto con el comportamiento. *Es decir se cambian patrones negativos del pensamiento y esto lleva a modificar la manera de comportarse*

a) Programa de eliminación de conductas atrayentes a la violencia

Cuando decides superar la una relación violenta ya has dado el primer paso, y en muchos casos el más importante ya que estás en disposición de abandonar la actitud negativa, los sentimientos de conformismo y resignación, de esperar a que ocurra una solución mágica, que venga alguien o algo que te libere de la

AUTORA:

MARÍA JOSÉ ASTUDILLO LUNA



UNIVERSIDAD DE CUENCA

cárcel del maltrato. Has decidido coger las riendas de tu vida y ese QUERER superarte es el paso más importante. Para que este impulso te lleve a la meta que deseas de superar una relación a base de violencia

La clave 1 (actívate) y la 2 (positiva tus pensamientos) son fundamentales para tu recuperación por lo que el programa de recuperación, siempre debe incluir estas claves

Ejemplo de programa de superación:

Se trata de Martha, una estudiante de de secundaria de 17 años de edad que desde hace algunos meses viene experimentando violencia de parte de su novio lo cual la ha llevado a alejarse de sus relaciones sociales junto con un distanciamiento de sus padres, no realiza las mismas actividades diarias y hasta a perdido contacto con sus amigas más íntimas, y esto acompañado de bajas calificaciones dado que no ha podido reunirse en varias ocasiones con sus compañeros de grupo para realizar las tareas debido a que su novio le ha prohibido verse con amigos

<i>FASE</i>	<i>CLAVES</i>	<i>ACTIVIDAD/TIEMPO</i>
<i>1era</i>	1 (Actívate)	<ul style="list-style-type: none">• Caminar ó pasear 15 minutos al día• Lectura agradable 15 minutos al día
	2 (Positiva tus pensamientos)	<ul style="list-style-type: none">• Registro de pensamientos negativos y búsqueda de alternativas racionales, 1 vez al día
	3 (Afronta situaciones pendientes desagradables)	<ul style="list-style-type: none">• Lista de asuntos escolares evitados, fijar calendario para afrontarlos gradualmente y empezar a realizarlos
<i>2da</i>		



UNIVERSIDAD DE CUENCA

	1 (Actívate)	<ul style="list-style-type: none">• Caminar ó pasear 30 minutos al día• Lectura agradable 30 minutos al día• Organizar 1 reunión a la semana con familiares o amigos
	2 (Positiva tus pensamientos)	<ul style="list-style-type: none">• Registro de pensamientos negativos y búsqueda de alternativas racionales, 2 veces al día
	3 (Afronta situaciones pendientes desagradables)	<ul style="list-style-type: none">• Continuar afrontando gradualmente la lista de temas escolares evitados
	4 (Establece objetivos)	<ul style="list-style-type: none">• Elabora una lista de objetivos que quieras alcanzar con estas actividades y ponles fecha límite
<p>Esta planificación se la hará con un mínimo de 5 fases (cada fase puede durar de 1 a 3 semanas), con el fin de lograr una normalización de vida con mantenimiento de aquellas claves que han sido más útiles y lo pueden seguir siendo ya no solo para superar la dependencia y el temo r por como actúela pareja si no para conseguir otras metas</p>		

Lo más importante no es el ir rápido en las etapas si no la constancia y la dedicación en cada una de las tareas previstas. Tiene más valor hacer una pequeña tarea con toda tu concentración y cariño que el hacer grandes cosas y aburrirte o dejarlas al día siguiente

Ejemplo:

AUTORA:
MARÍA JOSÉ ASTUDILLO LUNA



UNIVERSIDAD DE CUENCA

“Más valen 5 minutos de pasear a diario y quedar satisfecha, que una caminata de 4 horas que te cansen en un día”

Esta será una tarea larga, se la aplicara en varios días y será de aplicación personal durante varias semanas la cual podrán y se incentivará a las chicas del gran beneficio que tendrán si aplican este método continuamente hasta después que haya finalizado de las terapias que incluye mi plan de trabajo

a.2) Realización de un FODA personal (fortalezas y debilidades), con el fin de mejorar su autoestima, enfocando y profundizándonos más en las FORTALEZAS, se trabajará mucho en esta actividad, en todos los días rescatar las cualidades de cada chica por sobre los que consideren sus defectos

Ejemplo:

<i>Fortalezas</i>	<i>Debilidades</i>	<i>Análisis</i>	<i>Solución a las debilidades</i>
CUALIDADES	DEFECTOS		
Se anotarán el mayor número de cualidades que les sea posible sin la restricción de que deban ser cosas asombrosas, se exaltará así sean pequeños logros	El número de defectos no deberá sobrepasar al de cualidades y en caso de hacerlo se les pedirá que por cada defecto más, deberán anotar otra cualidad, con esto se logrará controlar los pensamientos de una imagen	Se hará un análisis sobre cada defecto y lo que con él se está logrando. Muchas veces en el análisis se puede destacar que utilizaremos las cualidades para la solución del problema	Se plantearán alternativas para disminuir poco a poco hasta llegar a la eliminación de cada debilidad que causa inconvenientes en el desempeño de las chicas



UNIVERSIDAD DE CUENCA

	negativa personal		
--	-------------------	--	--

Ejemplo de aplicación:

<i>Fortalezas</i>	<i>Debilidades</i>	<i>Análisis</i>	<i>Solución a las debilidades</i>
<ul style="list-style-type: none"> • me gusta la naturaleza • me encanta cocinar • juego bien al fútbol 	<ul style="list-style-type: none"> • no me llevo bien con mis padres desde que salgo con XXX • tengo pocos amigos por culpa de mi novio 	<ul style="list-style-type: none"> • todos necesitamos pertenecer a un grupo social y todos estamos en la capacidad de relacionarnos solo debo aprender a hacerlo, ninguna relación debe impedirme la continuación de otra siempre y cuando lo haga con respeto, puedo tener un novio y también amigos 	<ul style="list-style-type: none"> • mi opinión es muy importante y la haré respetar porque quien me quiera no me cortará las alas, deben confiar en mí

a.3) Cuadro de corrección

Muchas adolescentes sufren los estragos de la violencia por las erróneas distorsiones cognitivas que han formado en sus pensamientos y para esto aplicaremos un cuadro que les ayudará re plantear estas ideas de una mejor manera para su salud emocional



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Ejemplo:

<i>Pensamiento negativo</i>	<i>Pensamiento Positivo</i>
Se apunta la distorsión del pensamiento que tenga y que le esté afectando	Se señalará el pensamiento real es decir cognición afirmativa

Ejemplo de aplicación

<i>Pensamiento negativo</i>	<i>Pensamiento positivo</i>
Mi novio me engaña con otras mujeres porque no tenemos relaciones sexuales, yo debería tener relaciones con él para que me quiera más	No debo hacer cosas que no quiero, si él me quisiera de verdad respetará lo que pienso y no tendría porque engañarme, hay chicos que de verdad valen la pena

Estos son unos modelos de las actividades que se ejecutaran con los diferentes grupos de chicas para lograr una reestructuración cognitiva y darán excelentes resultados en la modificación de conducta y lo más importante su amor propio aumentará y podrá dar más ya que con los cambios de pensamiento elevará su autoestima y su manera de ver a las demás personas y a la vida misma

Las palabras de afirmación jugarán un papel muy importante en estas tareas, ya sean palabras escritas o dichas para sí mismas o palabras del resto de compañeras del grupo para cada una, ya que las actividades serán practicadas algunas de forma individual y otras en forma grupal

Psicoeducación



UNIVERSIDAD DE CUENCA

La psicoeducación servirá para enseñar a las adolescentes sobre lo que es vivir en un estado de violencia continua y sobre muchos temas más que se relacionen con este con el fin de saber entenderlo y así protegerse "El conocer es la mejor forma de defenderse", y los temas que se abordarán serán:

- La violencia, definición, causas y consecuencias, como se manifiesta, como detectarla, controlarla y detenerla
- Ciclo de la violencia y sus etapas
- Rasgos para la identificación de personas con características de manipulación, agresión, maltrato y otros síntomas que conllevan al abuso hacia su pareja, categorías de una persona violenta
- Amor propio, un buen autoestima, importancia de la mujer en la sociedad

Para lograr un enriquecimiento de las adolescentes en estos temas se trabajará con:

- Talleres
- Mesas redondas
- Exposiciones de los terapeutas
- Exposiciones grupales de las adolescentes

Terapia Ocupacional

La terapia Ocupacional lo que intenta lograr es ocupar el tiempo de los pacientes en actividades recreativas que disipen su mente del problema central, actividades en la cuales se planteen objetivos a mediano plazo y que los objetivos sean metas que ayuden a mejorar su estado de ánimo al conseguir lo propuesto

Ejemplo:

Anita de 16 años tiene síntomas de depresión desde que Alejandro, su novio la comenzó a violentar emocionalmente, hace lo que él le pide (exige), no quiere salir con sus amigas y mucho menos con su familia para no tener problemas con su enamorado quien es excesivamente celoso, él trata de absorberla el



UNIVERSIDAD DE CUENCA

mayor tiempo posible y cuando se encuentra sola los pensamientos negativos se adueñan de ella

- A Anita le gusta leer y hacer actividades manuales por lo que establecerá horarios, se comprará un libro y se pondrá una fecha corta para terminar de leerlo, realizará trabajos manuales a otra hora del día y poco a poco irá aumentando actividades en su diario vivir con el fin de llenar los espacios de soledad que son donde surgen los pensamientos negativos y poco a poco ir disminuyendo las copadas horas que sale con su novio y que sienta la diferencia de la independencia que irá logrando poco a poco, lo que le ayudará a sentirse mucho mejor

Con el pasar del tiempo las ideas negativas irán desapareciendo pues se siente valiosa y siente que es útil en muchas cosas y más que todo, sus pensamientos estarán ocupados en otros temas y así se busca que logre sus objetivos (retomar relaciones sociales, lograr independencia emocional, cortar la codependencia, etc.)

Terapia Vivencial

La terapia vivencial busca que por medio de situaciones vividas por otras personas, se logre concientizar a una persona o grupo de personas sobre los riesgos y dificultades que acarrean las malas decisiones, dando como ejemplo sus experiencias

- Se utilizará la colaboración de mujeres que han sufrido problemas de depresión y violencia por parte de sus parejas, mujeres que en la actualidad se encuentren bien emocionalmente y recuperadas

Técnicas de relajación

Tiene como objetivo:

- Reducir y manejar los niveles de ansiedad, en grupo
- Provocar un ambiente más relajado en el grupo



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Existen formas diferentes de buscar la relajación, pero todas ellas persiguen un objetivo fundamental: Permitir que los miembros del grupo liberen tensiones al enseñar a relajarse en pocos minutos para que las siguientes actividades sean aprovechadas de una mejor manera

Bibliografía

- CASTRO Cecilia. 2010 "Investigación Cualitativa, Visión teóricas y técnicas operativas" Facultad de jurisprudencia. Universidad de Cuenca
- Constitución del Ecuador.
- Constitución del Ecuador. Código de la Niñez y Adolescencia.
- DELGADO María Laura. 2005 "VIOLENCIA EN RELACIONES TEMPRANAS". Editorial PORTOALEGRE.
- GUTIÉRREZ Seller Agustín. "Ua vida sin vionencia". Editorial Caritas. Madrid - España.
- JIMENEZ Manuel. 2006 "Los hombres violentos y su origen (Esperanzas y amenazas en una relación)". Editorial Marisol. Bolivia
- MONTERO Lourdes. 2004 "Abandono personal por Dependencia". Editorial Sol Asteca. México
- SAUCEDA Juan Manuel. 2003 2010"La Familia, su Dinámica y Tratamiento". Instituto Mexicano de Seguridad Social.
- Sin Autor. "LA FAMILIA Y SUS EFECTOS EN LOS HIJOS".

Páginas de Internet

- De Wikipedia, la enciclopedia libre