



“UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO”
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN



**SECCIÓN DE POS GRADO - PROGRAMA DE ESTUDIOS DE
SEGUNDA ESPECIALIDAD**

**“PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN AUTOESTIMA PARA MUJERES EN
SITUACIÓN DE VIOLENCIA POR SU PAREJA EN EL CEM DE SANTA CRUZ –
CAJAMARCA -2019”**

**TRABAJO ACÁDEMICO QUE SE PRESENTA PARA OBTENER EL TÍTULO DE
SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL CON MENCIÓN EN PSICOLOGÍA
FORENSE, CRIMINAL Y PENITENCIARIA**

AUTORA

Mariela Gianinna Sebastiani Chávez

ASESOR:

Juan Antonio Seclén Flores

LAMBAYEQUE - PERÚ

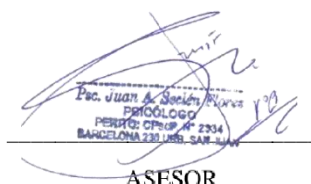
2022

Presentado por:



AUTORA

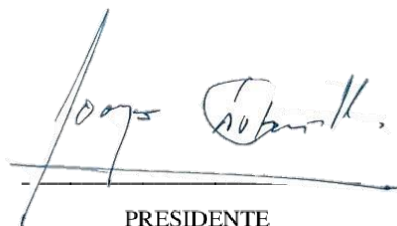
Lic. SEBASTIANI CHÁVEZ, Mariela Gianinna



ASESOR

Lic. SECLÉN FLORES, Juan Antonio

Aprobado por:



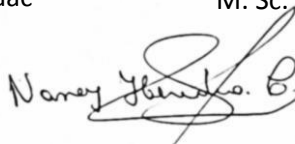
PRESIDENTE

Dr. CASTRO KIKUCHI, Jorge Isaac



SECRETARIO

M. Sc. MUÑOZ TAGLIOLI, Mónica Elena



VOCAL

Dra. HEREDIA CARHUAPOMA, Nancy Liliana

Agradecimiento

Agradezco a Dios ya que sin el nada hubiera sido viable, por fortalecerme frecuentemente cuando estuve a punto de desistir, por impulsarme a ser mejor cada día.

A mi familia por mostrarme su apoyo en cada instante de mi vida, en especial a mis padres Zoila e Ítalo a mis dos hermanos Patty y Renato, a mi prima por su paciencia y apoyo incondicional y un particular agradecimiento a mi cuñado Jorge por ser un hermano más ya hace 10 años aproximadamente, así como a cada una de las personas que participaron en el programa de intervención, a mi asesor y otros docentes que enriquecieron el presente trabajo académico.

Índice

PRESENTACIÓN	7
I. MARCO REFERENCIAL.....	13
1.1 La Referencias Teórico – Conceptual	13
1.1.1 Referencia Teórica:	13
1.1.2 Referencia conceptual	23
1.2 Los propósitos de la intervención	30
1.3 La estrategia de intervención:	30
1.3.1 Coordinaciones previas	30
1.3.2 Metodología Específica	31
1.3.3 Cronogramas	34
II. CONTENIDO.....	35
2.1.1 Diagnostico Situacional	35
2.1.2 Instrumento de evaluación	37
2.3 Evaluación de entrada en autoestima del grupo de intervención.....	38
2.3.1 Evaluación de entrada en autoestima en la sub escala de sí mismo del grupo de intervención	39
2.3.2 Evaluación de entrada en autoestima en la sub escala social del grupo de intervención ..	40
2.3.3 Evaluación de entrada en autoestima en la sub escala familiar del grupo de intervención	41
2.3.4 Evaluación de entrada en autoestima de cada integrante del grupo de intervención	42
2.4 Programa de Intervención en autoestima para mujeres en situación de violencia por su pareja.	43
2.4.1 Datos Generales	43
2.4.2 Responsable:	43
2.4.3 Población objetivo:	43
2.4.4 Fundamentación:	43
2.4.5 Marco Teórico:	44
2.4.6 Objetivo General	46
2.4.7 Objetivos Específicos.....	46
2.4.8 Cuadro resumen del programa de actividades.....	47
2.4.9 Metodología.....	51
2.4.10 Evaluación	52
2.5 Evaluación de salida en autoestima del grupo de intervención	54
2.5.1 Evaluación de salida en autoestima en la sub escala de sí mismo del grupo de intervención	55
2.5.2 Evaluación de salida en autoestima en la sub escala social del grupo de intervención	56

2.5.3 Evaluación de salida en autoestima en la sub escala familiar del grupo de intervención...	57
2.5.4 Evaluación de salida en autoestima de cada integrante del grupo de intervención.....	58
2.6 Evaluación comparativa de resultados de las evaluaciones de entrada y salida.....	59
2.6.1 Evaluación comparativa de resultados de la sub escala de sí mismo del grupo de intervención	60
2.6.2 Evaluación comparativa de resultados de la sub escala social del grupo de intervención .	61
Tabla N° 3	61
2.6.3 Evaluación comparativa de resultados de la sub escala familiar del grupo de intervención	62
2.6.4 Evaluación de comparativa en autoestima de cada integrante del grupo de intervención	63
2.7 Evaluación del programa.....	64
2.7.1 Autoevaluación de la facilitadora	66
III. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	67
3.1 Conclusiones	67
3.2 Recomendaciones	68
REFERENCIAS BIBLIOGRAFIA	70
ANEXOS	76

Resumen

El presente trabajo académico surge como respuesta de la problemática encontrada, para lo cual se desarrolló un programa de intervención en autoestima para mujeres en situación de violencia por su pareja en el Centro de Emergencia Mujer de la provincia de Santa Cruz – Cajamarca, el cual tiene como objetivo general Fortalecer la autoestima de las mujeres en situación de violencia por su pareja mediante la aplicación del programa denominado “Creciendo Juntas” facilitando su empoderamiento, siendo su diseño de carácter descriptivo – cuasi experimental. Para el análisis y estudio de la variable se utilizó el inventario de Autoestima de Coopersmith para Adultos, así como el Cuestionario de características sociodemográficas y tipo de maltrato. Los resultados del pre test mostraron bajos niveles de autoestima igualmente, se encontró que el tipo de maltrato más común es el psicológico, el cual se acompaña de agresión física y económica. Llegando a la conclusión, que las mujeres en situación de violencia por su pareja mostraron en su pre test bajos niveles de autoestima, sin embargo, con la aplicación del programa “Creciendo Juntas” en su post test se dio como resultado el fortalecimiento de la autoestima y empoderamiento lográndose así el objetivo general del programa.

Palabras clave: Programa – intervención - violencia - pareja – autoestima - empoderamiento.

PRESENTACIÓN

El presente trabajo de académico surge como respuesta de la problemática encontrada en el Centro de Emergencia Mujer (CEM), de la provincia de Santa Cruz – Cajamarca.

La Provincia de Santa Cruz es una de las trece Provincias que conforman el Departamento de Cajamarca, el CEM Santa Cruz fue uno de los últimos creados en el departamento de Cajamarca. dicha provincia comprende once distritos: Santa Cruz, Catache, La Esperanza, Ninabamba, Pulán, Yauyucán, Sexi, Chancay Baños, Utcyacu., Andabamba y Saucepampa.

Los Centro de Emergencia Mujer (CEM), son servicios públicos especializados, interdisciplinarios y gratuitos, que brindan atención a las personas afectadas por hechos de violencia ya sea física, psicológica, sexual, económica o patrimonial. Así mismo dentro de la población objetivo del servicio encontramos a las mujeres durante todo su ciclo de vida, niñas(os), adolescentes, jóvenes, personas adultas, adultas mayores, así como personas con discapacidad, migrantes internos y externos, personas LGTBI, lesbianas, gays, trans, bisexuales e intersexuales, dentro de los CEM existen tres unidades de atención : 1.- unidad de generación de información y gestión del conocimiento (UGIGC) - Admisión, la cual identifica la situación de violencia cuando la usuaria llega al CEM, así mismo la urgencia de la atención, y obtiene y registra datos, 2.- unidad de atención integral frente a la violencia familiar y sexual, en la cual encontramos Atención psicológica, Área Social, y Asesoría legal. Las cuales atienden a los casos de acuerdo a las necesidades y particularidades de cada caso, contribuyendo a la protección, recuperación y acceso a la justicia 3.- Unidad de prevención y promoción integral frente a la violencia familiar y sexual – Promoción- organiza, coordina y gestiona actividades de sensibilización y concientización a la población en general (por ejemplo: en entidades públicas, instituciones privadas y organizaciones sociales. Estas actividades incluyen charlas, talleres y cursos de capacitación, así mismo, buscan lograr 2 objetivos: 1) dar a conocer los

CEM y los servicios que brinda a las autoridades, instituciones y población general, y 2) promover el reconocimiento de los diferentes tipos de la violencia y la identificación de casos en el entorno familiar y social. Así mismo, promover la denuncia o derivación de violencia a las autoridades correspondientes, a través de la Línea 100 o en los CEM. En cuanto al radio de intervención se atiende a los 11 distritos, siendo los distritos de Yauyucan, Andabamba, La Esperanza, Catache, Pulan, Saucepampa, y Chancay baños los de mayor influencia por su cercanía. Por otro lado, el acceso a los distritos es a través de una trocha ósea un camino estrecho en la cual transitan carros, combis, moto taxi, moto lineal, acémila (burro) o a pie cuando es muy estrecho el camino. Las combis solo salen una vez al día para los distritos y para el regreso se tiene que esperar hasta el día siguiente, El clima de la provincia suele ser frío y seco, los meses de precipitación fluvial son de setiembre a marzo. Ocasionalmente que el acceso a los distritos sea más accidentado debido a los derrumbes de los cerros y bloqueo de los caminos más aun para los centros poblados, caseríos y anexos que pertenecen a estos distritos de la provincia. Así mismo los distritos de Sexi, Saucepampa y La Esperanza no cuentan con comisaria, por ende, los tenientes gobernadores y la ronda campesina son las autoridades inmediatas en estos distritos, al tener conocimiento de los hechos de violencia levantan un acta la cual la hacen llegar ya sea al CEM, PNP, Fiscalía o Juzgado.

En los últimos años el tema de la violencia en la pareja ha ganado protagonismo y preocupación en diversos sectores de la sociedad, Sin embargo, dada la complejidad de este problema, es sumamente importante profundizar en el conocimiento de los factores que podrían mediar en él. Una de las variables asociadas a la violencia de pareja es que existe una tendencia a la baja autoestima, Según Vásquez, González y Velasco (2017), citado por Gómez Cardoso, Y. (2018) en la investigación *Relación entre autoestima y violencia de pareja*. Donde la muestra fue de 248 mujeres que han sido maltratadas por su pareja, obtuvieron puntuaciones altas en los indicadores de rechazo hacia sí mismas y puntuaciones bajas en las características de

autoaceptación, indicando niveles de autoestima baja; por lo cual al tener la autoestima baja hay mayor aceptación y adaptación a situaciones de violencia. (Molina, 2016; Vazquez, González y Velasco 2017). Todos estos aspectos propician primordialmente el abuso por parte de las parejas, que en algunos ocasiones produce ansiedad, depresión, estrés postraumático, sentimientos de culpa, autocrítica, hostilidad, impulsos autodestructivos, ambivalencia, pérdidas de interés por ocupaciones significativas, cambios de humor, retraimiento, además perjuicios físicos que van desde fracturas, heridas en la piel, patologías como la fibromialgia, trastornos gastrointestinales y ginecológicos y en algunos ocasiones el deceso de la mujer. Teniendo en cuenta la investigación anteriormente mencionada, podemos revelar que la autoestima se considera como uno de los constructos psicológicos primordiales para el desarrollo de la personalidad de cada individuo, lo cual influye manera significativa en el riesgo potencial que se tiene de ser víctima de violencia de pareja, dependiendo si esta es alta o baja. en la actualidad según estadísticas del observatorio nacional de la violencia contra las mujeres y los integrantes del grupo familiar que las mujeres alguna vez unidas de 20 a 40 años que ha sufrido algún tipo de violencia por parte de su pareja (ENDES-INEI 2017). En el departamento de Cajamarca es de 59,8% de las mujeres alguna vez unidas en pareja, han sufrido hechos de violencia, encontrándose que por tipo de violencia los porcentajes son los siguientes: violencia física y Psicológica (43,3%) Sexual (7,0%) y Económico (9.9%) donde se evidencia una mayor incidencia en las áreas física y psicológica, presentando en el área psicológica problemas de: sintomatología depresiva, inestabilidad emocional, sentimientos de culpa y rencor, ansiedad, síntomas de estrés postraumático, dependencia a sustancias psicoactivas, trastornos de apego, problemas de autoestima entre otros. Por otro lado se encontró las siguientes características comportamentales en el grupo de intervención : en el área de sí mismo, existe bajo auto concepto y autoestima, sentimientos de inseguridad tienen miedo a la soledad y al rechazo, bajo nivel de autoeficacia, creencias falsas arraigadas de cómo debe ser el amor en la pareja,

pobre nivel para autoanalizarse, se disculpan con base a su historial personal (hogares violentos) dificultades para tomar decisiones, consideran su relación como el centro de su vida, dificultades para planificar o imaginar el futuro, dificultades para valorar las metas que han alcanzado. en el área social, son personas conservadoras, preocupadas por las reglas sociales, patrones de conducta rígidos, introvertidas, desconfiadas, interacciones superficiales (casi no tienen amigas o muy pocas) buscan aprobación del resto, en el área familiar, experimentan hechos de violencia que les causa tensión y stress, resignación, justificación, perciben a la figura masculina como intenso y dominante, idealizan a la pareja, padres agresivos (abuso aprendido) muestran reacciones de defensa y apego a sus hijos, De ahí se podría mencionar que la situación de violencia vivida, conlleva a un ataque constante a la valía y autoestima de quien lo sufre, dejándoles sentimientos de fracaso, inutilidad, y un bajo concepto de sí mismas. además las mujeres que intervinieron en este programa fluctúan entre las edades de 18 a 49 años de edad, teniendo como tiempo de exposición a la violencia de 1 y 2 años en cinco mujeres, de 2 y 5 años una mujer, y más de 10 años cuatro mujeres, su situación actual afectiva: separada una mujer, convivientes siete mujeres , casadas dos mujeres, en cuanto a su ocupación cinco son amas de casa, dos estudian y tres tienen trabajos, en cuanto a su grado de instrucción una mujer con primaria incompleta, una mujer con primaria completa, una mujer con secundaria incompleta, una mujer con secundaria completa, una mujer técnico incompleto, una mujer universitario incompleto, y cuatro mujeres universitario completo, el tipo de violencia más frecuente es la psicológica (10), seguida por la física (5) y también económica (2), números de hijos : dos mujer con un hijo, dos mujeres con dos hijos, dos mujeres con tres hijos, dos mujeres con cuatro hijos, una mujer con seis hijos y una mujer con ningún hijo, lugar de residencia las diez mujeres viven en la provincia de Santa Cruz. Así mismo en el grupo de intervención no se consideró a personas de sexo masculino, a menores de 18 años, ni mayores de 49 años de edad, se tuvo en cuenta que en caso de darse alguna baja durante las dos primeras

sesiones se podría incorporar a otras mujeres, pero pasado este tiempo se considera el grupo cerrado, además a personas que no dieron su consentimiento, y aquellas mujeres que no radicaran en la provincia de Santa Cruz – Cajamarca no podrían participar. Por otra parte, a nivel social pareciera que están aumentando el número de casos de violencia en la pareja, pero recordemos que antes estos hechos eran considerados una falta que muchas veces no era denunciado ni registrado, a raíz que se están registrando mejor los casos, se está sincerando el número de personas afectadas por estos hechos y que recién con esta información nos estamos acercando a conocer la dimensión real del problema. Esta información ayuda además a enseñar la magnitud estructural de la violencia contra la mujer, que fue por años limitada y presentada como un problema privado entre dos personas. Así mismo para una mejor comprensión de este trabajo académico debemos conocer la definición de lo que es violencia en la pareja según Klevesn (2011) la violencia de pareja hace referencia a la violencia que pasa en entornos privados y públicos el cual podría ser ejercida por la o el compañero sentimental, cónyuge, convivan o no, o una expareja cuyo objetivo es ejercer control y dominio sobre el otro, para demostrar su poder. Según Coopersmith La autoestima es un juicio personal de Valia, que es expresado en las actitudes de aprobación o desaprobación e indica el grado en el que el individuo se siente capaz, significativo, exitoso y digno. según este autor que se ha dedicado al análisis de la autoestima, explica tres elementos de este constructo: el elemento cognitivo, afectivo y conductual, involucrados estrechamente entre sí. A si mismo identifica tres dimensiones de la autoestima: la personal (si misma), social y familiar

frente a este escenario poco conveniente para la mujer descrita en párrafos anteriores, es importante trabajar la autoestima ya que debido a que desde la percepción que tengamos de nosotras mismas referente a nuestro físico, nuestras propias emociones, nuestras propias habilidades, nuestras propias relaciones y nuestra vivencia de logro, vamos a poder ir fortaleciendo nuestra autoestima y ella va a influir en la manera que tengamos de confrontar la

vida. Por ende, este trabajo académico se denomina “Programa de intervención en autoestima para mujeres en situación de violencia por su pareja en el CEM de Santa Cruz, Cajamarca 2019”, denominado “Creciendo Juntas” tuvo como fin Fortalecer la autoestima de las mujeres en situación de violencia por su pareja haciendo más fácil su empoderamiento. Así mismo este programa de intervención fue aplicado a un grupo de diez mujeres.

El presente trabajo académico, está diseñada en tres capítulos:

En el primer capítulo se muestra el marco referencial, tanto teórico, como conceptual, la violencia en la pareja y la autoestima, con las teorías documentadas de diferentes fuentes escritas, que posibilita una comprensión conceptual de la problemática de estudio, de igual manera tiene los objetivos de la intervención, y la estrategia de participación.

El segundo capítulo: está compuesto por el Diagnostico situacional, cuyos resultados fueron obtenidos a través del pre test aplicado a las mujeres que tienen que ver manera directa con el problema de indagación, estructurada en cuadros y gráficos estadísticos, de igual manera se tiene presente el programa de intervención, el cual está organizado por los datos generales, responsable, población objetivo, cuadro resumen del programa de actividades, metodología, después viene la evaluación de salida, inmediatamente la evaluación comparativa de resultados de las evaluaciones de entrada y salida, a continuación evaluación del programa, después autoevaluación de la facilitadora.

finalmente, **El tercer capítulo** está constituido por las Conclusiones, que hacen referencia a los hallazgos significativos del trabajo académico; las recomendaciones, la bibliografía y los anexos.

I. MARCO REFERENCIAL

1.1 La Referencias Teórico – Conceptual

1.1.1 Referencia Teórica:

Teoría del Aprendizaje Social: Bandura, A. (1975). El comportamiento violento es aprendido por medio de la observación-imitación de la conducta de las personas más cercanas a su entorno. Parte de la teoría menciona que si los observadores (hijos) relacionan como buena el comportamiento o acciones (padres), estos toman como modelo lo visto, conllevando a una posterior imitación y va a depender de su percepción de lo bueno/malo que esta persona tenga. Siguiendo la misma idea, mencionamos que el hecho de maltratar a las mujeres es un comportamiento aprendido que se consigue por medio de un modelo. Esta teoría instituye la correlación entre una historia de violencia familiar y el transformarse en víctima o atacante en el futuro.

Por otro lado, la **Teoría del Conflicto** Adams (Adams, 1965; Coser, 1956; Dahrendorf, 1959; Scanzoni, 1972; Straus, 1979), asume que el conflicto es un aspecto ineludible de cada una de las interacciones humanas, en si no es positivo ni negativo esto depende de cómo es manejado o percibido por el individuo, este se produce porque las partes implicadas se empeñan en defender sus posiciones y argumentos, sin ceder ni un ápice en lugar de contemplar los puntos de vista en común. No obstante, la violencia como forma de manejar dichos conflictos no lo es. (Strauss, Hamby, Beney – Mc Coy & Sugarman, 1996). Citado por Herrera Hidalgo, M. (2015). Este conflicto se necesita por ser parte de un proceso por el que las inequidades y divergencias son superadas dando como consecuencia un cambio social positivo. De esa forma, el conflicto no es pernicioso; sin embargo, la utilización de la coerción, incluyendo la fuerza y la violencia para solucionar las diferencias si provoca un problema de enorme índole en la sociedad de la cual formamos parte. Esta forma de lidiar o confrontar el conflicto da cuenta de un bagaje reducido de tácticas tales como por ejemplo capacidad para

negociar, habilidades para una correcta comunicación y tolerancia a la frustración o al estrés; todas necesarias para construir un vínculo de pareja sana.

Ahora bien, una de los modelos que explica la alta prevalencia de la **violencia** de pareja es el **modelo ecológico** de Lory Heise (1998), citado por Olivares Ferreto, E (2011) en la cual la violencia de pareja se entiende desde su multicausalidad. esta autora explica que la violencia hacia la mujer es determinada por diversos elementos que interactúan entre sí, de esta manera influyen en su aparición y mantenimiento diversos elementos de la esfera personal del núcleo familiar, así como elementos sociales, económicos y culturales del entorno familiar según esta teoría, la violencia puede interactuar en cuatro niveles: individual, familiar / relacional, comunidad y sociedad.

El **nivel individual** tiene la carga historia de violencia familiar, autoestima baja, dependencia, indiferencia, comunicación pobre, falta de afecto siendo los componentes de riesgo la violencia familiar en la niñez, padres ausentes, abuso infantil, consumo de alcohol y drogas en el núcleo familiar de procedencia, así como el aprendizaje referente a resolución de conflictos por medios violentos, el autoritarismo en las relaciones familiares, entre otras variables.

El **nivel familiar /relacional** incluye al entorno de relaciones más cercanas en donde la persona se desenvuelve. Tiene que ver con conflictos conyugales, ambientes familiares violentos, relaciones autoritarias en el núcleo familiar como componentes predictivos de la violencia.

El **nivel de la comunidad** está construido por los problemas sociales identificables en escuela, barrios, sectores, o grupos sociales, situaciones de pobreza, falta de oportunidades, desempleo, deterioro urbano. Con componentes de riesgo como: asociación con compañeros delincuentes, aislamiento de mujeres y familias, se ejerce la violencia en espacios barriales y

sectoriales, violencia estudiantil. Y cada una de las instituciones sociales donde la persona se desenvuelve y desarrolla. Un entorno de violencia está caracterizado por una legitimización o tolerancia de la violencia en dichos espacios, falta de una legislación idónea, carencia en el apoyo hacia las víctimas, déficit en la formación de profesionales que ayudan en la prevención y reparación de situaciones de violencia.

El **nivel de la sociedad** encierra ideas sobre ejercicio de poder y la obediencia creencias y valores culturales sobre la concepción de mujer, hombre, familia, hijos, poder, obediencia, roles, derechos, responsabilidades, etc. En este nivel se hallan las relaciones y usos de poder, violencia estructural, violencia institucional, desigualdades sociales, impunidad, aceptación de la violencia como una forma de resolución de conflictos, idea de la masculinidad asociada con la dominación, el honor y la agresión. Papeles rígidos para cada sexo. políticas públicas, que en varios casos contribuyen a mantener desigualdades entre diferentes grupos de la sociedad.

Teorías psicológicas: según Avendano, L. (2016)

1. **Teoría de la indefensión aprendida.** Según esta teoría la violencia constante en el tiempo y espacio ocasionaría en las mujeres maltratadas la percepción cognitiva de que es incapaz de manejar o solucionar la situación por la que atraviesa que se puede generalizar a situaciones futuras, como la interacción con sus padres, hijos y amigos.
2. **Teoría de la unión traumática:** Es el desarrollo de una alianza emocional entre dos personas, donde una de ellas amenaza, golpea, maltrata o intimida intermitentemente a la otra. Esta unión se muestra actitudes o expresiones positivas por parte de la persona maltratada.
3. **Teoría de la trampa psicológica:** Según esta teoría, una vez que más tiempo y esfuerzo una mujer maltratada ha invertido en su relación, tanto más complejo va a ser que se dé

por vencida si no consigue lo que persigue, por lo que es muy poco probable que abandone la relación.

Teorías del Autoestima

Teoría de Stanley Coopersmith. (1995) citado por Inca López, L. (2017) El teórico, examina a la autoestima como la pieza fundamental en la valoración de nosotros, formada por el cúmulo de convicciones y conductas de una persona sobre sí mismo, a la vez, reafirma sus descripciones ratificando que la autoestima es parte evaluativa y valorativa de nosotros mismos, conformado por el conjunto de creencias y actitudes de una persona sobre sí mismo la cual se expresa por medio de sus actitudes de aprobación y desaprobación indicando el nivel en que cada persona se estima capaz, significativa, competente y exitosa. Incorpora además que no está sujeta a cambios transitorios, sino más bien es estable al tiempo aceptando que en determinados momentos se dan ciertos cambios, expresado en las actitudes que toma sobre sí mismo. De igual manera la autoestima tiene tres componentes que se interrelacionan entre sí, como es el componente cognitivo el cual se conforma por capacidades intelectuales y habilidades sobre sí mismo. Es la percepción que uno se ha formado desde que tenemos conciencia de nuestros propios actos. así mismo el componente conductual el cual es el cúmulo de competencias y destrezas que tiene cada individuo que nos impulsa a ejercer y realizar comportamientos. Además, está el componente afectivo el cual es la afectividad de mérito que nos atribuimos y el nivel que nos aceptamos.

Sin embargo, Para Coopersmith los individuos muestran distintas maneras y niveles de percepción, además tienen diferencias en cuanto al patrón de acercamiento y de respuesta ante los estímulos que se le presentan, caracterizándose por su amplitud y acción. De esta manera, para Coopersmith (1995) la autoestima tiene las siguientes sub escalas: **en sí mismo**; se trata de la valoración que ejecuta y mantiene de sí mismo en reciprocidad de sus actitudes que

muestra ante su auto percepción y propia experiencia valorativa sobre sus características físicas y psicológicas que tiene, como su capacidad, productividad, en la que influye el juicio personal. **familiar**, se trata de la valoración que tiene la persona y preserva en referencia a sus actitudes y/o experiencias en el medio familiar con relación a la convivencia en la que influye un juicio personal. **social**; se refiere a la valoración que realiza la persona en cuanto a las actitudes del sujeto en el medio social frente a sus amigos, compañeros, así como alusión a la vivencia en el ámbito social, tomando en cuenta la capacidad, productividad, importancia y dignidad, en la que interviene un juicio personal. En lo que respecta a las Categorías de autoestima, según Coopersmith (1995), los intervalos para cada categoría son: nivel de autoestima alta, media o baja y estas se presentan de acuerdo a la forma en como experimentan las situaciones que se le muestran, y ello serán a base de las expectativas que muestran hacia el futuro, reacciones afectivas y auto concepto. Por lo tanto, una persona con autoestima **alta** suele ser activa, expresiva, presenta éxito en sus relaciones sociales (suelen ser reconocidas en su entorno amical) y académico, tiene características de líder, y muestran interés por los asuntos públicos. De igual manera, se caracterizan por haber presentado bajos niveles de destructividad en la etapa de la infancia, confían en sus percepciones y en obtener el éxito, además piensan que la labor que realizan es de alta calidad y poseen perspectivas a futuro. En lo que respecta al nivel **medio** de autoestima, se trata de personas que muestran características similares a los del nivel alto, no obstante, se evidencian en menor magnitud, sin embargo, refleja inconvenientes con en el auto concepto. No obstante, suelen mostrarse optimistas y con la capacidad de aceptar críticas, sin embargo, con tendencia a sentir inseguridad en cuanto a la apreciación por los demás y por su persona. Por esta razón, se estima que tienen a presentar autoafirmaciones positivas más moderadas en su aprecio de la competencia, significación y expectativas Por otro lado, concerniente al nivel **bajo** de autoestima, se trata de personas que suelen reflejar desánimo, síntomas depresivos, prefieren aislarse, se sienten poco atractivos, además, muestran

inconvenientes para expresarse y defender sus derechos, ello a causa del miedo a herir a alguien. además, son sensibles a la crítica, con inconvenientes para relacionarse, además, que dudan de las capacidades y habilidades que tienen, considerando que las apreciaciones de los demás son mejores que las suyas. Para Coopersmith la investigación de los niveles de autoestima es de gran trascendencia en cualquier edad de cada persona, porque de ello depende la magnitud y calidad de la existencia humana.

La teoría de Maslow, A. (1991) Plantea que la autoestima es una de las necesidades principales que tiene el ser humano, la de reconocimiento, destinada al respeto y la confianza que se tiene en sí mismo. Ésta es provista por medio del reconocimiento que otros otorgan al sujeto, sobre el triunfo que se va teniendo a lo largo de la vida y de las experiencias positivas o negativas que se viven, así se van construyendo evaluaciones sobre lo que cada quien estima que es y se crea una valoración generalizada sobre sí mismo, en otras palabras, Maslow plantea que para lograr una adecuada autoestima debes cumplir con una secuencia de necesidades que se encuentran estructuradas en forma de una pirámide ubicando en la parte superior las necesidades de menor prioridad. Se sostiene que satisfaciendo dichas necesidades la persona va a estar en armonía debido a que Maslow considera estas necesidades fundamentales.

Estas son las necesidades que conforman la pirámide:

- Necesidades fisiológicas: tiene relación con ingerir alimentos, descansar, dormir, orinar, defecar, estar a una temperatura agradable, etc.
- Necesidades de seguridad: Estar en un estado de orden, seguridad y estar salvaguardados.
- Necesidades sociales: Tener la compañía de las personas, expresar y recibir afecto, pertenecer a un grupo o estar en unión con una persona.
- Necesidades de reconocimiento: Auto valorarse, sentirse apreciado, reconocer virtudes, destacar dentro de un grupo social.

- Necesidades de auto superación: necesidad de trascender, superarse a sí mismo, cambiar para ser mejor, aprender cosas novedosas, realizarte, etc.

Consecuencias psicológicas de la Violencia en las mujeres:

Citado por Lafuente Bolufer, E. (2015) La violencia en las mujeres causa en las víctimas no solo perjuicios físicos, sino además relevantes perjuicios psicológicos y trastornos emocionales que inciden en la autoestima de estas, su dependencia y dificultad para tomar decisiones. Conforme al Informe Efectos y Consecuencias de la Violencia y el Maltrato Doméstico a Mujeres (2010), estos trastornos psicológicos van a ser profundos y duraderos, y enfatiza entre ellos:

- Baja autoestima y elevados niveles de autocrítica.
- Interiorización del machismo, dependencia del varón y generalmente de cada una de las figuras de autoridad.
- Experiencia y transmisión de roles sexistas.
- Incomunicación y aislamiento provocado por el constante abandono social.
- Sentimientos de subordinación, dependencia y sometimiento.
- Incertidumbre, dudas e indecisiones por bloqueo emocional.
- Impotencia/indecisión

La Organización Mundial de la Salud (2002), estima a la violencia como uno de los más grandes asuntos de salud y de derechos humanos. En el Informe Mundial sobre Violencia y Salud (Krug et al. 2008) donde refiere que una de las primordiales secuelas psicológicas de la violencia es la baja autoestima ocasionando un deterioro en la calidad de vida, que podrían conllevar a estados depresivos y ansiedad, cambios de estado de ánimo, conductas autocríticas y autodestructivas, dependencia a sustancias psicoactivas o episodios de suicidio en los casos más graves.

Para Lorente Acosta, M (2003), las secuelas psicológicas para una mujer víctima de violencia son diversas a nivel de su salud integral, aunque este impacto psicológico va a deteriorar la calidad de vida de estas mujeres es más complejo de detectar y evaluar. Este mismo autor además estima que para lograr establecer el impacto de los efectos de la violencia

contra la mujer sobre la salud personal y sobre la salud pública, se ha predeterminado un indicador con base en la pérdida de Años de Vida Saludables (AVISA). Este indicador posibilita calcular el número de años perdidos respecto a una esperanza de vida teórica, que determinaría el número de pérdida de AVISA que se generan como resultado de la violencia de pareja. Se ha considerado que los perjuicios físicos suponen el 55% de los AVISA perdidos, mientras que los “no físicos”, referidos a los psicológicos y a la salud reproductora, suponen el 45% (Lorente, 2003). Resaltan además ciertos datos de la Macroencuesta de Violencia contra la Mujer (2015) desarrollada por la Delegación del Gobierno para la Violencia de Género de Madrid, donde se refleja que las mujeres que han sufrido esta clase de violencia, al preguntarles por su salud muestran indicios de mala salud en más medida que las que nunca han sufrido violencia de género. Siendo los síntomas en los se hallan más diferencias: la existencia de ansiedad y angustia (53% de las que han sufrido violencia de género frente al 29,5% de las que no la han sufrido), la tristeza porque creían que no valían nada (33,1% ante 14,9%), las ganas de llorar sin motivos (43,3% frente al 24,5%), la irritabilidad (45,7% frente al 26,7%) y los cambios de ánimo (60,8% ante 41,1%).

En la referente Macroencuesta 2015 las mujeres indican que la primordial ayuda que necesitan es el apoyo psicológico (70% de las mujeres que han sufrido violencia de género lo citan), seguido por las ayudas económicas (45%) y el ayuda jurídico (34,4%). Finalmente, indica que, conforme con la encuesta citada, son factores que protegen contra la violencia a la mujer: asignar tiempo para cuidarse y sentirse bien consigo misma, compartir las labores domésticas y tener personas cercanas que se preocupan por el bienestar de la mujer.

La Universidad de Valencia, ha llevado a cabo en el año 2008 en participación con la Fundación de la sociedad Valenciana ante la discriminación y malos tratos. Tolerancia Cero (Consejería de Bienestar Social), dirigido a examinar el perfil psicosocial de las mujeres y menores acogidos en centros de Servicios Sociales especializados para mujeres víctimas de violencia doméstica con la intención de constatar sus necesidades psicológicas y de formación para intervenir sobre ellas. En dicho análisis se obtuvieron las siguientes conclusiones:

- Los resultados presentan que estas mujeres muestran porcentajes altos: ansiedad, depresión moderada o grave, indicios de estrés postraumático y escasa capacidad para fortalecer su autoestima, así como estimularles hacia la autonomía personal y una baja distribución de rol en las labores domésticas.
- La mayor parte de ellas piensan que el problema más relevante es la carencia de trabajo (un 67%) y su efecto lógico es la dependencia económica (44,6%), así como los problemas emocionales» (38,4%) y el aislamiento social (34,8%).
- En relación a las mujeres evaluadas, se observó que aquellas que han compartido los malos tratos en la infancia o fueron observadoras de la violencia en el ámbito familiar, muestran, en porcentajes altos, inconvenientes en su auto concepto, auto aceptación auto respeto, sintomatología depresiva, inestabilidad emocional, expresiones de ira como respuesta frente a los conflictos y dificultades de autocontrol.

Necesidad de potenciar la autoestima y empoderamiento de las mujeres víctimas de violencia de pareja:

Hemos analizado previamente las relevantes secuelas psicológicas y emocionales de la violencia en las mujeres, puesto que existe un gran número de investigaciones a este respecto, que analizan el impacto que tiene la violencia en las mujeres que pasan por esta situación. No obstante, no hay tantas investigaciones en interacción a su proceso de recuperación y las

prioridades de intervención con ellas. Vamos ahora a profundizar en la necesidad de potenciar la autoestima de estas mujeres y facilitar su empoderamiento, como claves para recobrar su bienestar emocional y el control de su vida. Pues el proceso no termina una vez que se rompe la relación, sino una vez que la mujer consigue llevar una vida independiente, protegerse y lograr el bienestar psicológico que requiere, para lo que las mujeres deberán tomar decisiones y emprender una secuencia de acciones que permitan su recuperación.

La recuperación de estas mujeres implica no solo la desaparición de violencia de su vida, sino la reconstrucción de su vida personal y social con libertad, independencia y calidad de vida (Roca y Masip 2011). Para ello estas mujeres tienen que emprender varias acciones, como agentes activas en su proceso de recuperación, acciones que supongan su empoderamiento, encaminadas a decidir por ellas mismas, a incrementar su autoestima y bienestar psicológico, a autoafirmarse, a recomponer sus redes sociales, a cuidarse y volver a quererse.

La autoestima de las mujeres afectadas por violencia en la relación de pareja se ve seriamente dañada en una interacción en la que es una y otra vez descalificada por su agresor a fin de minarla psicológicamente Lagarde, M. (2000). Por una parte, las reiteradas descalificaciones y agresiones verbales del agresor van generando en la mujer una autoevaluación negativa, por otra, el aislamiento social que sigue a la mayoría parte de situaciones de violencia, priva a la mujer de contactos sociales que le permitan mejorar dicha autoimagen. Este nivel de autoestima relativamente bajo refleja una sensación de fracaso personal, unida a una perspectiva negativa del mundo: “El mundo, en particular el íntimo, no es un espacio seguro, ellas no son personas competentes para lidiar con él, y quizá son las culpables de lo vivido” Paz Rincón, P. et al. (2004), expone la necesidad de mejorar los programas de tratamiento desarrollados para este tipo de mujeres, en los que considera necesario incluir técnicas para mejorar el estado de ánimo y la autoestima, también aquellas que potencien el desarrollo de habilidades para afrontar a la vida diaria y conseguir una mejor adaptación social, y finalmente, el desarrollo de una red

social. Según Lagarde, M. (2000), la política feminista y los programas de intervención con mujeres tienen que tener como fin impulsar su autoestima, propugnando cambios externos e internos que potencialicen la incidencia de las mujeres en su propia vida. Y fortalecer la autoestima se basa en conseguir el empoderamiento personal y colectivo de las mujeres, haciendo más fácil que “cada mujer sea la primera satisfactoria de sus necesidades y defensora de sus intereses, y la primordial promotora de su sentido de la vida, de su desarrollo y enriquecimiento vital, de sus libertades y de su placer. Se trata de ir siendo, aquí y ahora, las mujeres que deseamos ser” Lagarde, M. (2005). Como expresa esta autora, el empoderamiento de las mujeres se basa en el proceso “a través del cual cada mujer se faculta, se habilita y se autoriza”. Empoderarse es reconocer que se tiene derechos, autoridad y confianza en lograr los propios objetivos. Para esto la mujer debe crear autoconfianza, seguridad en sí misma, autoestima, autoafirmación y capacidad para tomar decisiones. El empoderamiento será, por lo tanto, un proceso de emancipación para las mujeres y un camino para salir de la situación de inferioridad a que fueron sometidas por sus parejas. Como indica Enciso, S. (2013), en su ponencia del II Congreso Internacional “El empoderamiento de las mujeres como estrategia de intervención”, la recuperación de las mujeres que han sufrido vivencias de violencia de pareja es amplia e involucra un trabajo integral que implique superar las secuelas que la violencia ha dejado en las mujeres y conseguir su reinserción social y laboral, que las mujeres recuperen su autonomía personal, que tomen las riendas de su futuro y tomen decisiones, así como el desarrollo de habilidades y capacidades que permitan a las mujeres valorarse a sí mismas, sentirse capaces de liderar acciones y cambios positivos en su vida personal.

1.1.2 Referencia conceptual

violencia de pareja: según Klevesn (2011) es cualquier comportamiento, dentro de una relación íntima, que cause o logre provocar daño físico, psíquico o sexual que puede suceder en entornos privados o públicos, puede ser ejercida por el compañero sentimental, cónyuge,

convivan o no, o una expareja; cuyo objetivo es ejercer control y dominio sobre la otra persona para mostrar el poder que tiene sobre el Otro.

Tipos de violencia de pareja

Según Corsi, J. (1995) En las relaciones de pareja la violencia puede manifestarse física, psicológica, sexual y económica.

- **La violencia física:** sugiere acciones que producen daño a la integridad física de una persona y que se manifiesta por medio de acción del agresor contra el cuerpo de la víctima, como: golpes, patadas, puñetes, empujones, entre otros; así como, la utilización de objetos contundentes, corto-punzantes o ciertas sustancias.
- **Violencia psicológica:** Es toda acción u omisión que cause daño emocional en las personas, se manifiesta mediante ofensas verbales, amenazas, gestos despreciativos, indiferencia, silencios, descalificaciones y ridiculizaciones. Suele ser la más compleja de reconocer e identificar, sin embargo, es la que más secuelas puede producir.
- **Violencia sexual:** Es toda acción que involucra amenaza o intimidaciones que afectan la integridad y la libertad sexual. Su expresión más grave es la violación sexual, pero los acercamientos íntimos no deseados son también formas de violencia sexual.
- **Violencia Económica:** Son cada una de las acciones u omisiones por parte del agresor que afectan la sobrevivencia de la mujer y sus hijas e hijos, o el despojo o destrucción de sus bienes personales o de la sociedad conyugal. Incluye la negación a cubrir cuotas alimenticias para los hijos o gastos básicos para la sobrevivencia del núcleo familiar.

Factores de riesgo que favorecen la continuidad de la violencia en la pareja: según Guía de Atención Integral de los Centros Emergencia Mujer (2017)

- Dependencia económica.
- Dependencia emocional.

- Problemas de celotipia.
- Falta de apoyo familiar.
- Falta de información.
- Baja autoestima, de la persona afectada
- Vivienda propiedad del agresor.
- Inseguridad de la vivienda.
- El rol de la mujer en la familia. entre otros

Factores riesgo de las mujeres que mantiene la relación de violencia en la pareja según Fundación Mujeres (1995)

- Votos matrimoniales.
- Temor a las represalias (miedo al maltratador).
- “Creen que pueden monitorear al abusador”.
- “Presión de amigos, familia, iglesia, para no abandonar al agresor”.
- Piensan: “no puedo valerme por mí misma”, “no voy a tener dinero”
- Sentimientos confundidos: “algo hay en mí que hago que el matrimonio no funcione.”
- Esperanza: “algún día cambiará.”
- “La resistencia a reconocer el fracaso de la relación” (vergüenza)
- “Existen momentos en que expresa sentimientos de afecto”.
- “Dependencia Emocional”.

Ciclo de la violencia en la pareja. Según Walker, L. E. (2012). existen tres fases: la primera es denominada “acumulación de la tensión”, la segunda fase es la “explosión violenta”, y la última llamada “reconciliación o luna de miel”.

- a. **Fase de acumulación de tensión:** caracterizada por un estado gradual de tensión que comienza a acumularse debido a los incidentes menores de agresión de distintas

maneras, producto de situaciones no resueltas adecuadamente. De esta forma se va intensificando la violencia verbal y la tensión seguirá incrementando y acumulándose hasta llegar a las siguientes fases.

- b. **Fase de explosión violenta:** Durante esta fase el agresor tiene dominio de la víctima; aquí es donde el instante de tensión llega al extremo y el caso es imparable. La violencia se declara mediante agresiones físicas, psíquicas o sexuales frente a la víctima, por lo que la mujer entra en un estado de colapso emocional (sentimientos de impotencia). Tienden a permanecer aisladas y llegan a pasar varios días para que la mujer busque ayuda profesional.
- c. **Fase de reconciliación o ‘luna de miel’:** a lo largo de esta fase desaparece la violencia y la tensión. El agresor suele usar estrategias de manipulación afectiva, denota un cambio temporal de la conducta, se argumenta arrepentimiento y se hace promesas que no se cumplirán en el futuro. El agresor se justificará por su conducta para que la relación no se termine. por su parte la victima cree en las buenas intenciones de su pareja y decide continuar con la relación a pesar de tener dudas.

Esta última fase llega a tener una duración inestable, y acaba con una nueva acumulación de tensiones que volverán a desencadenar el ciclo de violencia. En un principio, el ciclo se va afianzando por un proceso de reforzamiento que da el agresor a la víctima por medio de falsas promesas y la violencia aparece de manera intermitente. No obstante, con los años y al repetirse los episodios de violencia, la fase de arrepentimiento tiende a desaparecer y también la acumulación de tensión, llegando solamente a la violencia continua y directa hacia la mujer.

Autoestima

La autoestima está compuesta por aspectos internos y externo: los internos son desarrollados por cada individuo según las creencias, y los externos están relacionados con las personas y el

medio que la circunda (Coopersmith, 1995). El nivel de autoestima puede influir en las relaciones interpersonales con amigos, familia o cónyuges; esta puede ser positiva, en cuanto a la flexibilidad de pensamiento que se posea y la adaptación y afrontamiento a nuevas experiencias; y negativa relacionada al temor a lo nuevo y al comportamiento hostil de otros. Además, la autoestima puede clasificarse en alta, medio alto, medio bajo y baja: las personas con autoestima alta logran tener éxito en las diversas esferas de la vida y poseen mayores expectativas considerada como normal; por su lado la autoestima media, ofrece conseguir objetivos medianos ligada a la aprobación de otros, no muestra inconvenientes graves sin embargo conviene mejorarla; y la baja autoestima se caracteriza por desánimo, poco optimismo, carencia de herramientas internas para hacer frente las presiones cotidianas y dependencia, hay problemas significativos de autoestima. (Coopersmith, 1995). Existen tres componentes en la estructura de la autoestima, estos se relacionan entre sí, y si alguno de ellos se altera produce consecuencias en los demás. El componente cognitivo es la percepción de sí mismo, está acompañado del auto concepto, la autoimagen y las representaciones mentales; el componente afectivo es la autovaloración frente a aspectos positivos y negativos; y el componente conductual se relaciona con las acciones dirigidas para recibir reconocimiento de los demás (Coopersmith, 1995). Identifica tres dimensiones de la autoestima, la personal, social y familiar; consiste en la evaluación que las personas hacen sobre sí misma en relación a las esferas mencionadas. Para explicar el crecimiento y el desarrollo personal de una persona, Coopersmith plantea seis pilares. El primero es vivir conscientemente, cada individuo debería analizar su funcionamiento mental y emocional; luego sigue la auto aceptación, identificando los aspectos positivos y negativos; ser auto responsables, asumir la responsabilidad de sus pensamiento y acciones; autoafirmación, apropiarse de sus valores y sentimientos; vivir con determinación, cumplir con los metas propuestos; y vivir con integridad, siendo congruente con lo que piensa, siente y actúa (Coopersmith, 1995). El constructo de autoestima está

relacionado con el término de amor propio, al tener una autoestima negativa las personas acostumbran creer constantemente que su destino es el sufrimiento y que no son merecedoras de recibir amor, asumen como válidos los tratos despectivos de las parejas sentimentales debido que son, según ellas, la única fuente de aprobación. de acuerdo a Stanley Coopersmith considera a la autoestima como parte evaluativa y valorativa de nosotros mismos. Constituida por el conjunto de creencias y actitudes de una persona sobre sí mismo, la cual se expresa por medio de sus actitudes de aprobación y desaprobación indicando el grado en que cada persona se considere capaz, significativa, competente y exitosa, lo cual es expresado en las actitudes que tiene un individuo para sí mismo. Se toma en cuenta el vínculo entre la autoestima y la conducta. Teniendo en cuenta tres áreas: **Sí mismo:** tiene relación con las actitudes que muestra el individuo ante su autopercepción y propia experiencia valorativa sobre sus características físicas y psicológicas.

Social: Se refieren a las reacciones del sujeto en el medio social ante sus compañeros o amigos. Así como sus referentes de experiencias en el interior de la institución educativa de su rendimiento académico o profesional. **Familia:** se refiere a las actitudes y/o experiencias en el medio familiar con interacción a la convivencia. Según la revisión de numerosas investigaciones sobre violencia de pareja, la autoestima juega un papel fundamental en la posibilidad de ser víctima de violencia, entre menos nivel de autoestima posea, es más vulnerable de ser agredida en la relación de pareja (Moral, García, Cuetos y Sirvent, 2017; Morales, Alonso y López, 2011) ; Otalvaro, 2015; Rene y Beth, 2015). Años más tarde, Abraham Maslow en su Teoría de las Necesidades, explica la autoestima como aquel deseo del individuo de buscar la aceptación de terceros relacionado con el prestigio, la confianza, la competencia, los logros, la fuerza y el refugio; la autoestima podría ser alta, relacionada con la necesidad de respeto a uno mismo, y baja respecto a la búsqueda de atención y reconocimiento. Según Branden, N. (1995) uno de los más importantes autores que ha enfocado su estudio en

la autoestima, la define como una necesidad importante que le proporciona al ser humano la función de pensar, de enfrentarse a los obstáculos de la vida diaria; de sentirse dignos y respetables, permitiendo conseguir los esfuerzos propuestos

Programa de intervención: según Garaigordobil, M. (2003): consiste en un conjunto de acciones sistemáticas, planificadas, basadas en necesidades identificadas y orientada a unas metas, como respuesta a esas necesidades, con una o varias teorías que lo sustente.

Programa de intervención en el ámbito forense según Huerta, M. y Alonso, B. (2007), Nace de la experiencia psicosocial, donde uno de sus fines es analizar e intervenir en los diversos problemas éticos, psicosociales del individuo en cualquier etapa de su vida. Promoviendo procesos de aprendizaje en situaciones de violencia, adiciones, abandono, negligencia, maltratos en sus diversas formas que impactan fuertemente en las personas, con el fin de ayudar a otras personas a comprender sus problemas, así como reducir o superar estos. Así mismo Migallon y Gálvez (1999) refieren que un programa de intervención grupal en violencia, es la manera más eficaz para fomentar cambios en las actitudes, conductas, emociones y hábitos, por medio de la reflexión conjunta, el intercambio de experiencias, el autoconocimiento, la autovaloración y apoyo recíproco son un buen instrumento para potenciar la recuperación, facilitar la deconstrucción de mitos, valores, y actitudes que hacen que la mujer se mantenga atrapada en una situación de violencia. Santandreu, M. (2014) en su investigación “violencia de género y autoestima: efectividad de un programa de intervención grupal” en los resultados precisa: es importante la aplicación de programas de intervención grupal para la optimización de la autoestima en casos de violencia, puesto que así se prepara a las mujeres para ejercer sus derechos, teniendo una perspectiva más positiva de la vida, capacidad para afrontar el problema, reduce las tendencias depresivas y de autoinculpación de estas mujeres, practicando la capacidad de elección, por medio de técnicas que le ayudaran en la optimización de su autoestima, independientemente de cuál sea el tipo de maltrato que hayan padecido las mujeres.

1.2 Los propósitos de la intervención

El presente trabajo académico refleja el grado de especialización alcanzado en el desarrollo de la segunda especialidad en Psicología Forense, Criminalística y Penitenciaria, intervención realizada en el Centro de Emergencia Mujer de Santa Cruz – Cajamarca, donde se atiende a personas en situación de violencia en todo el ciclo de vida, siendo estas en su mayoría mujeres para esta intervención se trabaja con diez mujeres de 18 a 49 años que han aceptado ser parte del grupo de intervención. Es por ello que el propósito de intervención de este trabajo académico es: Identificar al grupo de intervención y describir sus características de autoestima de las mujeres en situación de violencia por su pareja. Así mismo diseñar un programa de intervención en autoestima teniendo en cuenta el fortalecimiento de habilidades y capacidades que permitan a las mujeres valorarse a sí mismas, además, aplicar el programa de intervención en autoestima, a las mujeres en situación de violencia por su pareja” denominada “Creciendo Juntas” del Centro de Emergencia Mujer de Santa Cruz – Cajamarca. Y finalmente se evaluará los resultados de la aplicación del programa de intervención en autoestima para mujeres en situación de violencia por su pareja” denominada “Creciendo Juntas” mediante la aplicación del inventario de autoestima versión adulta de Coopersmith. Este va a ser, por consiguiente, el eje de la intervención del presente trabajo académico.

1.3 La estrategia de intervención:

1.3.1 Coordinaciones previas

- Se presentó una solicitud a la coordinadora del CEM solicitándole, proporcionar un ambiente en su Institución para desarrollar el “Programa de Intervención en Autoestima para Mujeres en situación de Violencia por su Pareja” Denominado “Creciendo Juntas”.
- Las participantes fueron contactadas a través de la investigadora, la cual tuvo como criterios de inclusión los Siguietes: Personas del sexo femenino, entre las edades comprendidas de 18

y 49 años, que presenten historial de violencia en pareja, pudiendo ser convivientes o casadas, con o sin trabajo, su nivel de autoestima, y que radiquen en la provincia de Santa Cruz, para asegurar su participación y asistencia, por otro lado se tuvo como criterio de exclusión : que las personas que no cumplieran con los criterios de inclusión no se podría trabajar el programa de intervención en autoestima, así mismo se tuvo en cuenta que en caso de darse alguna baja, durante las dos primeras sesiones se podría incorporar a otras mujeres pero pasado este tiempo se considera el grupo cerrado. Teniendo en cuenta estos criterios se procedió a citar a una entrevista la cual tuvo una duración que osciló entre 30 y 45 minutos aproximadamente; para lo cual se les informo sobre los fines y alcances del trabajo académico, así como de la posibilidad de participar en él de manera voluntaria, se procedió a la aplicación de un cuestionario de características sociodemográficas y tipo de violencia, de igual manera las participantes firmaron de manera voluntaria el consentimiento informado presentado por la investigadora.

Los instrumentos y técnicas aplicados:

- Inventario de autoestima de Stanley Coopersmith forma adulta
- Consentimiento informado
- Cuestionario de características sociodemográficas y tipo de maltrato
- Formato de asistencia de las participantes
- Cuestionario anónimo de evaluación final del programa

1.3.2 Metodología Especifica

La metodología a llevar a cabo es grupal, debido a que proporciona seguridad, confianza y apoyo, las mujeres observan no ser las únicas en esta situación al escuchar los distintos relatos del resto del grupo, favoreciendo un feed-back, dejándoles expresarse, opinar, manifestar sus inquietudes y valoraciones de forma abierta y tolerante. Para poder lograr

la efectividad del grupo, será cerrado, pudiendo incorporarse mujeres únicamente en las dos primeras sesiones hasta completar un máximo de 10 personas siendo el mínimo de 6. ¿Por qué este número? Porque con más de 10 miembros es posible que se generen subgrupos y algunas de las personas no se encuentren cómodas participando verbalmente. Las sesiones tendrán lugar una vez a la semana, los jueves de 4:00pm a 6: 00pm en un horario cómodo para ellas que no interfiriera en sus tareas domésticas y familiares. Se realizarán 8 sesiones, lo que suponen un total de 16 horas del programa de intervención mediante diversas estrategias o técnicas se pretende que cada mujer consiga fortalecer su autoestima. En cada una de las sesiones se trabajarán diferentes aspectos, conducentes todos ellos a lograr un fortalecimiento de la autoestima y empoderamiento de las mujeres participantes:

En la primera sesión, se les dará la bienvenida, así mismo se les explicará en qué consiste la sesión, cómo se va a desarrollar y el porqué de su utilidad, también se realizará una dinámica de presentación, con el objetivo de iniciar el conocimiento personal entre ellas y fomentar el adecuado clima de confianza en el grupo, sucesivamente se administrará un test psicológico (Inventario de autoestima de Coopersmith versión adulta), para valorar su nivel de autoestima inicial. Para luego presentar el video titulado: “Maltrato Sutil”, se realizarán preguntas para que puedan expresar sus opiniones, exhortándoles al autoconocimiento y aceptación, así mismo se leerá un caso.

- Las tres sesiones siguientes se centrarán en el desarrollo de la expresión y aceptación de halagos, así como también sobre la dependencia emocional y los mitos en nombre del amor los cuales afecta a nuestra autoestima, creando debates, intercambio de opiniones, recordar vivencias por medio de diferentes dinámicas, trabajando técnicas y revelando recursos.

- La quinta sesión irá dirigida al auto respeto en ellas mismas promoviendo la equidad e igualdad independientemente de su sexo.
- Las tres últimas sesiones van a tener como fin orientarlas en el momento de fijar objetivos, metas personales y profesionales que les permitan ser independientes y proactivas. Así como al descubrimiento de sus logros alcanzados lo cual les permitirá reconocer sus capacidades y habilidades para salir adelante.
- La última reunión va a ser la despedida del programa, tendrá una considerable carga emocional, puesto que se trata de reflexionar sobre todo lo vivido, evaluar los avances obtenidos, y compromisos una vez finalizado el programa.
- La intervención será, por tanto, semiestructurada, proporcionando introducción a los temas, dándoles unas pautas básicas, dinámicas en grupo para alcanzar los contenidos, y dejando que ellas sean las protagonistas activas de su proceso de cambio y aprendizaje.

II.CONTENIDO

2.1.1 Diagnostico Situacional

La población estuvo conformada por 10 mujeres en situación de violencia por su pareja, originarias de la provincia de Santa Cruz – Cajamarca. en la entrevista realizada previamente a las mujeres que iban a realizar el programa de intervención se pudo encontrar que a causa de la situación de violencia sufrida por su pareja muestran ciertos factores comunes entre ellas como son: sensación de fracaso respecto a su proyecto de vida/familia, un profundo sentimiento de inseguridad, sensación de inferioridad y baja autoestima, de igual manera se encontró las siguientes características comportamentales: existe dificultades para tomar decisiones, sentimientos de inseguridad, tienen miedo a equivocarse, son personas aislada, tímidas y casi no tienen amigos o muy pocos, poseen una autopercepción inadecuada de sí mismas y autoimagen distorsionada, dificultades para reconocer y manifestar emociones, temor a la soledad y al rechazo, idealiza a la pareja considerando su relación como el centro de su vida, creencias falsas arraigadas de cómo debe ser el amor en la pareja, dificultades para valorarse como personas dignas y valiosas, dificultades para planificar, o imaginar el futuro, dificultades para valorar las metas que han alcanzado.

Tabla resumen sociodemográfica y tipo de maltrato

Relación de participantes	Edad	Tiempo violencia	Situación Afectiva	Ocupación	Grado De Instrucción	Tipo de Violencia	N° de hijos	Lugar de Nacimiento
Y.C.C.	21	1 y 2 a	Separada	Estudiante	Tec. Incompleto	Física, Psicológica	1	Santa cruz
A.C.M	23	2 y 5a	Conviviente	Estudiante	Universitario incompleto	Física Psicológica Económico	2	Santa Cruz
L.V.G.M	35	Más de 10 años	Conviviente	Ama de casa	Primaria Completa	Psicológica, económica	6	Santa Cruz
E. B. C.	41	Más de 10 años	Casada	Ama de casa	Secundaria Completa	Psicológica Física	3	Santa Cruz
N.S.F	42	1 y 2 a	Conviviente	Ama de casa	Secundaria Incompleta	Psicológica, económica	4	Santa Cruz
A.S.S.	49	Más de 10 años	Casada	Ama de casa	Primaria incompleta	Psicológica	0	Santa Cruz
C.M.B.C	40	1 y 2a	Conviviente	Profesora	Universitario completo	Psicológica	3	Santa Cruz
D.F.R.G	41	Más de 10 años	Conviviente	Profesora	Universitario Completo	Físico, Psicológico	4	Santa Cruz
M.J.G.Q	37	1 y 2 a	Conviviente	Profesora	Universidad completa	Física, psicológica	1	Santa Cruz
C. Y.S.B	30	1 y 2 a	Conviviente	Profesora	Universidad completa	psicológica	2	Santa cruz

2.1.2 Instrumento de evaluación

El inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith, versión Adultos, está conformado por 25 ítems, en los cuales no se encuentran incluidos ítems que corresponden a la escala de mentiras. La prueba está diseñada para medir las actitudes valorativas con adolescentes y adultos desde los 16 años de edad en adelante. Los ítems se tienen que contestar si el sujeto se identifica o no con cada afirmación en términos de verdadero o falso. Los 25 ítems del inventario producen un puntaje total, así como puntajes separados en tres áreas: Si Mismo, Social, Familia, la administración podría ser realizada en forma individual o grupal (colectivo). Colectiva y tiene un tiempo aproximado de 20 minutos. el puntaje más alto es de 100 puntos. Cada respuesta vale un punto, de igual manera un puntaje total de autoestima que resulta de la suma de los totales de las sub escalas multiplicadas por 4 (cuatro) La calificación es un procedimiento directo, el individuo debe responder de acuerdo a la identificación que se tenga o no con la afirmación en términos de verdadero (tal como a mi) o Falso (no como a mi) Los puntajes se obtienen haciendo uso de la clave de respuesta se procede a la calificación. El puntaje se obtiene sumando el número de ítem respondido en forma correcta (de acuerdo a la clave) y multiplicando éste por cuatro (4), siendo finalmente el puntaje máximo 100. Los intervalos para cada categoría de autoestima son: De 0 a 24: Nivel de Autoestima Bajo, 25 a 49: Nivel de Autoestima Medio bajo, 50 a 74: Nivel de Autoestima Medio alto, 75 a 100: Nivel de Autoestima Alto. Referente a la Validez y Confiabilidad, El instrumento ha sido utilizado en varias investigaciones en los últimos cinco años, en un estudio se trabajó con una muestra de 36 participantes de la Clínica Estomatológica de la UPAO (2014) de Lima Perú, mediante la cual se determinó la confiabilidad del instrumento utilizando el “Coeficiente alfa de crombach” donde el alfa obtenida fue de 0.865. podemos afirmar que el test mide lo que pretende medir.

2.3 Evaluación de entrada en autoestima del grupo de intervención

Se presenta los resultados del pre test en autoestima del grupo de intervención aplicado a las mujeres en situación de violencia por su pareja.

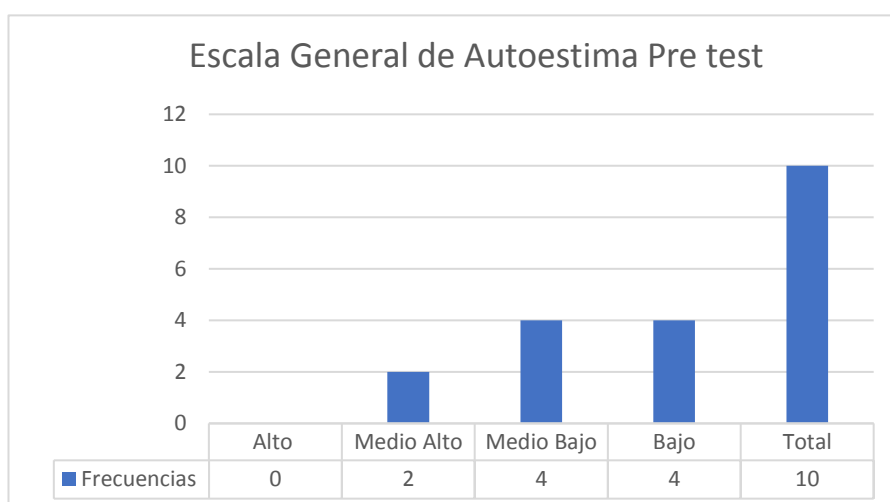
TABLA N ° 1

Escala General de Autoestima en mujeres en situación de violencia por su pareja.

CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ALTO	0	0%
MEDIO ALTO	2	20%
MEDIO BAJO	4	40%
BAJO	4	40%
TOTAL	10	100%

FUENTE: Inventario de autoestima de Stanley Coopersmith forma adulta aplicado a mujeres en situación de violencia por su pareja. Mayo, 2019.

GRAFICO N.º 1



Interpretación:

En la tabla como en el gráfico N° 1 encontramos que de las 10 mujeres evaluados se evidencio que el en la categoría alta existe un 0% mientras que para la categoría medio alto un 20% en tanto que en la categoría medio bajo es un 40%, y para la categoría bajo un 40% Esto demuestra que existe una tendencia de las mujeres evaluadas a encontrarse en las categorías medio bajo y bajo que sumadas las dos nos arroja un 80% en cuanto a su autoestima, por lo que es necesario fortalecer su autoestima; y por ende es prioritario el desarrollo del “Programa de intervención en autoestima para mujeres en situación de violencia por su pareja”, denominado “Creciendo Juntas”.

2.3.1 Evaluación de entrada en autoestima en la sub escala de sí mismo del grupo de intervención

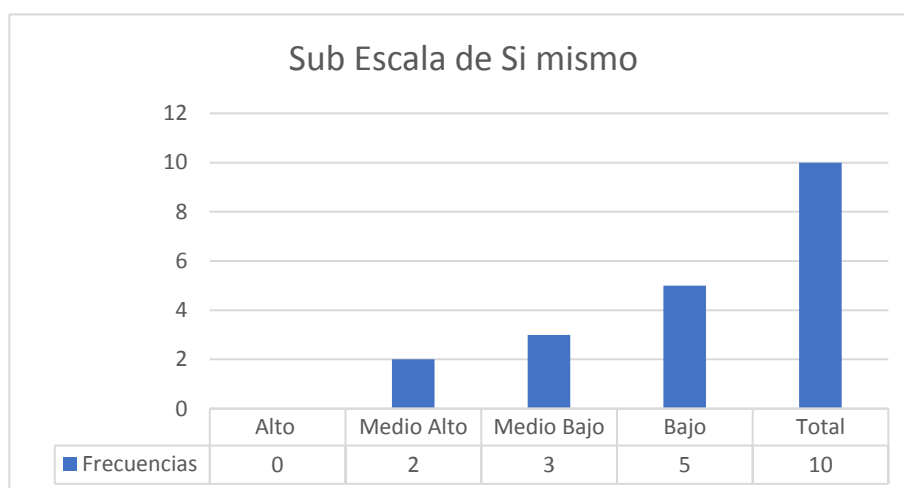
TABLA N° 2

Sub Escala de Sí mismo.

CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ALTO	0	0%
MEDIO ALTO	2	20 %
MEDIO BAJO	3	30 %
BAJO	5	50%
TOTAL	10	100%

FUENTE: Inventario de autoestima de Stanley Coopersmith forma adulta aplicado a mujeres en situación de violencia por su pareja. Mayo, 2019.

GRAFICO N° 2



Interpretación:

En la tabla como en el grafico N° 2 se puede observar que, en la categoría alta, existe un 0% mientras que la categoría medio alto existe un 20%, en la categoría medio bajo corresponde un 30% y en la categoría bajo pertenece un 50% debido a ello se puede inferir que las mujeres tienen una autopercepción pobre de sí mismas, la cual influye en sus experiencias valorativas tanto físicas, como psicológicas ocasionándoles sentimientos de insatisfacción, inferioridad, inseguridad y carencia de respeto por sí mismas.

2.3.2 Evaluación de entrada en autoestima en la sub escala social del grupo de intervención

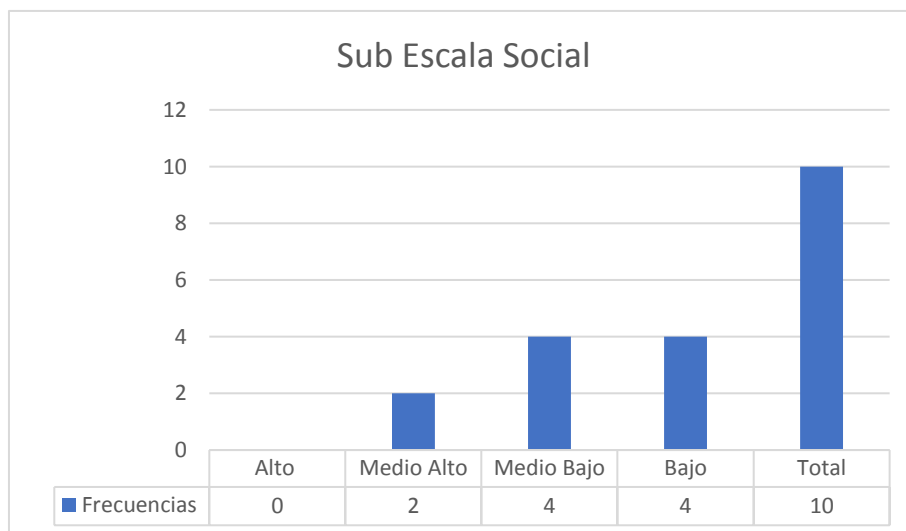
TABLA N° 3

Sub escala Social.

CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ALTO	0	0%
MEDIO ALTO	2	20 %
MEDIO BAJO	4	40 %
BAJO	4	40%
TOTAL	10	100%

FUENTE: Inventario de autoestima de Stanley Coopersmith forma adulta aplicado a mujeres en situación de violencia por su pareja. Mayo, 2019.

GRAFICO N° 3



Interpretación:

En la tabla como en el gráfico N° 3 encontramos que de las 10 mujeres evaluados se evidencio que en la categoría alta existe un 0%, en la categoría medio alto 20%; mientras que para las categorías medio bajo es un 40% y categoría bajo corresponde el 40 %, en consecuencia, con estos resultados se puede aseverar que las actitudes de las mujeres en el medio social son poco participativas.

2.3.3 Evaluación de entrada en autoestima en la sub escala familiar del grupo de intervención

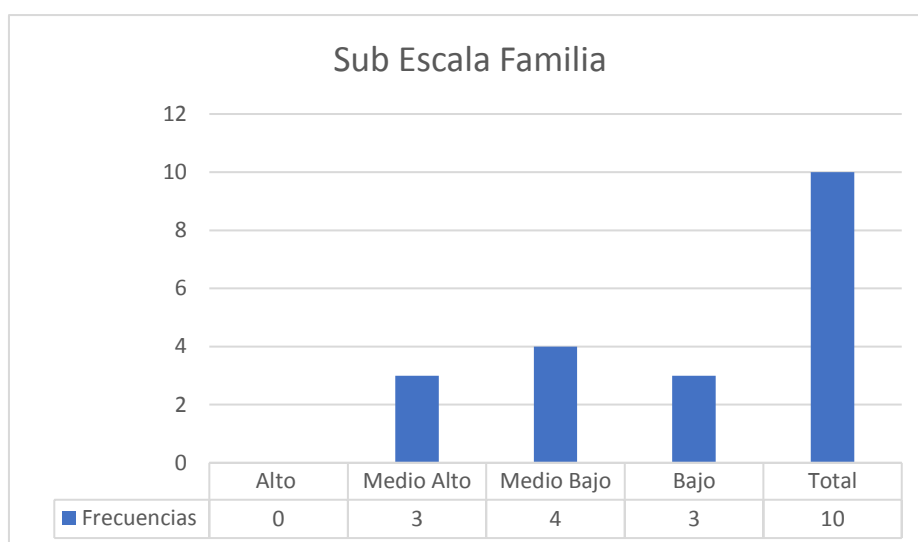
TABLA N ° 4

Sub escala familiar.

CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ALTO	0	0%
MEDIO ALTO	3	30 %
MEDIO BAJO	4	40 %
BAJO	3	30%
TOTAL	10	100%

FUENTE: Inventario de autoestima de Stanley Coopersmith forma adulta aplicado a mujeres en situación de violencia por su pareja. Mayo, 2019.

GRAFICO N° 4



Interpretación:

En la tabla como en el gráfico N° 4 encontramos que de las 10 mujeres evaluados se evidencio que, en la categoría alto presentan un 0%, medio alto un 30%, mientras que para la categoría medio bajo correspondió el 40 %, y para la categoría bajo un 30%. Por consiguiente, se puede deducir que en cuanto a las actitudes y/o experiencias en el medio familiar con relación a la convivencia existe una dinámica relacional desigual donde se ejerce poder y control masculino.

2.3.4 Evaluación de entrada en autoestima de cada integrante del grupo de intervención

ITEMS	INICIALES DE INTEGRANTES	CATEGORIA
1	Y.C.C.	BAJO
2	A.C.M.	BAJO
3	L.V.G.M.	BAJO
4	E.B.C	MEDIO BAJO
5	N.S.F.	BAJO
6	A.S.S.	MEDIO BAJO
7	C.M.B.C.	MEDIO BAJO
8	D.F.R.G.	MEDIO ALTO
9	M.J.G.Q.	MEDIO BAJO
10	C.Y.S.B.	MEDIO ALTO

2.4 Programa de Intervención en autoestima para mujeres en situación de violencia por su pareja.

2.4.1 Datos Generales

- Institución: Centro de Emergencia Mujer - Santa Cruz- Cajamarca
- Denominación: ¡Creciendo Juntas!
- Número de sesiones : 8
- Número de participantes Máximo: 10
- Número de participantes Mínimo: 6
- Tiempo de duración: 120 minutos cada sesión
- Duración: 2 meses

2.4.2 Responsable:

Mariela Gianinna Sebastiani Chávez

2.4.3 Población objetivo:

10 mujeres en situación de violencia por su pareja

2.4.4 Fundamentación:

Hemos observado cómo los derechos primordiales de las mujeres están reconocidos y recogidos en la legislación internacional y nacional, sin embargo y pese a ello, las mujeres siguen encontrando muchas dificultades para ejercerlos. Aunque la “Declaración Universal de los Derechos Humanos” proclama que todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos, las mujeres siguen constituyendo la mayor parte de la población pobre y analfabeta del mundo, en algunos lugares siguen cobrando menos que los hombres por el mismo trabajo y muestran mayores tasas de paro, siguen sufriendo la violencia, el maltrato y el acoso sexual desde niñas, Solo por el hecho de ser mujeres. De igual manera pudimos encontrar que dentro de las consecuencias psicológicas de la violencia contra la mujer no solo hay daños físicos, sino además relevantes perjuicios psicológicos y trastornos emocionales que inciden en la autoestima de las mujeres, su dependencia y dificultad para tomar decisiones.

La (OMS) estima a la violencia como uno de los más grandes asuntos de salud y de derechos humanos. En el Informe Mundial sobre Violencia y Salud de la OMS (Krug et al. 2008) se

resumen sus principales consecuencias psicológicas, entre ellas: Depresión y ansiedad, tristeza, ansiedad, cambios del estado de ánimo, sentimientos de vergüenza y culpabilidad, conductas autocríticas, autodestructivas y baja autoestima.

Como hemos observado anteriormente la mujer víctima de violencia va sufriendo un proceso de disminución progresiva de su autoestima. De allí la necesidad de hacer un programa de intervención en autoestima para mujeres afectadas por hechos de violencia en pareja y de esta forma fortalecer su autoestima.

2.4.5 Marco Teórico:

La autoestima es el aprecio valorativo de nuestro ser, de nuestra forma de ser, de quienes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad.

Un óptimo grado de estima le posibilita a una persona quererse, valorarse, respetarse, es algo que se hace o reconstruye por dentro. Esto depende, también, del ambiente familiar, social y educativo en el cual se encuentre inserto y los estímulos que éste le brinde.

Alcántara, José. (1995) la autoestima es la manera en que las personas se sienten con respecto a sí mismas y cómo se valoran, la cual se fundamenta en los pensamientos, sentimientos, sensaciones y vivencias que poseemos durante nuestra vida. es decir, trata sobre la manera en que nos vemos, nos aceptamos y cuán satisfechos estamos con nosotras mismas. Se relaciona además con el nivel en que creemos ser merecedoras de felicidad. “Si la evaluación que realizan de sí mismo lo llevan a aceptarse, aprobarse y a un sentimiento de valor propio, poseen autoestima alta; si se ven negativamente, su autoestima es baja”

El autoconcepto: es el conjunto de percepciones cognoscitivas, afectivas y actitudinales que las personas tienen acerca de sí mismas. Cognitivas porque incluyen ideas, percepciones, opiniones y creencias; afectivas porque son juicios de valor sobre nuestra valía personal. Tiene

también un componente actitudinal ya que muchas de nuestras acciones están orientadas a responden a nuestras creencias y juicios valorativos.

La Auto aceptación: Está referida a la capacidad de entender y aceptar nuestras capacidades y nuestros límites. Nadie es perfecto, las personas somos buenas para algunas cosas y no tan buenas para otras, por ello necesitamos aceptarnos como un todo, aprender a convivir con aquello de nosotros que no nos gusta y no podemos cambiar, y a potenciar nuestros aspectos positivos.

El autor respeto: es aprender a respetar quiénes somos, atendiendo a nuestras necesidades y valores, manejando adecuadamente nuestros sentimientos y emociones, buscando valorar aquellos aspectos que nos hacen sentir orgullosos.

Importancia de la autoestima:

La autoestima juega un papel fundamental en la vida de las personas. Esta se va a ir desarrollando desde la percepción que tengamos de nosotras mismas en referencia a nuestro físico, nuestras propias emociones, nuestras propias capacidades, nuestras relaciones y nuestra vivencia de logro. Todos estos aspectos van a ir definiendo nuestra autoestima y ella va a influir en la manera que tengamos de enfrentar la vida. Una buena dosis de autoestima te permitirá:

- Llegar a ser la persona que sueñas ser.
- Disfrutar de ti y de los demás.
- Elevar la confianza en ti misma.
- Relacionarte con los demás de manera sana y positiva.

2.4.6 Objetivo General

- Fortalecer la autoestima de las mujeres en situación de violencia por su pareja del Centro de Emergencia Mujer de Santa Cruz –Cajamarca mediante la aplicación del programa de intervención en autoestima denominada: “Creciendo Juntas” facilitando su empoderamiento.

2.4.7 Objetivos Específicos

- Reforzar la propia identidad y la autoestima de las mujeres participantes, de forma que aprendan a aceptarse como un todo y a valorarse a sí mismas, con sus capacidades y limitaciones.
- Identificar las ideas y pensamientos basados en mitos y creencias con respecto al amor, reconociendo su dependencia emocional y capacidad de cambio, aplicando el respeto en ellas mismas.
- Reconoce y aplica el proceso de toma de decisiones, elaborando su proyecto de vida, e identificando sus logros.

2.4.8 Cuadro resumen del programa de actividades.

Sesión	Actividades	Objetivo	Estrategia	Técnicas e instrumentos	Material	Tiempo	Elementos de evaluación
Sesión 1:	“Conociéndonos y Aceptándonos”	Reforzar la propia identidad y la autoestima de las mujeres participantes	Dinámica presentación. Trabajo participativo. Análisis de caso. Reflexión.	-Inventario de autoestima de Stanley Coopersmith versión adulta. -Análisis y evaluación lógica y empírica. -Observación de conducta - Tarea para la casa.	Cartilla N° 1 Cartilla N° 2 Cuaderno de trabajo. Lapiceros. Plumones. Post –it. Caja Video	2 horas	Participación de las asistentes. Trabajo en equipo. Pre test. Revisión de la cartilla N° 1,2
Sesión 2:	Expresión y Aceptación de Halagos	expresar y aceptar halagos en diferentes entornos.	Dinámica. Análisis reflexivo. Trabajo grupal. Intercambio de experiencias.	-Ensayo de conducta. -Entrenamiento en habilidades sociales -Observación de conducta -Auto observación - Tarea para la casa.	Plumones Papelotes Pizarra acrílica Cartilla N° 3 Cuaderno de trabajo	2 horas	Participación individual y grupal Cooperación grupal lluvia de ideas. Revisión de la cartilla N° 3
Sesión 3:	Soltando la dependencia emocional	Reconocer su dependencia emocional y capacidad de cambio.	Dinámica Plenaria Exposición. Técnicas participativas. Trabajo en equipo.	-Discusión y debate de creencias. -Role playing - Exposición graduada. - Tarea para la casa.	Rotulador Papelotes Piedras de tamaño mediano Mochila o bolsa Cartilla N° 4	2 horas	Participación individual y grupal Cooperación grupal Interés Trabajo en equipo Revisión de la cartilla N°4

				<ul style="list-style-type: none"> - Inversión del rol emocional al racional. - Observación de conducta - Contención emocional - Asociación libre - Tarea para la casa. 	Cuaderno de trabajo		
Sesión 4:	Rompiendo mitos en nombre del amor	Identificar los mitos o creencias que tenemos las mujeres con respecto al amor.	Dinámicas. Ejercicio vivencial Participación activa exposición discusión y debate de creencias Análisis y Reflexión. Intercambio de experiencias	<ul style="list-style-type: none"> - Rol Playing - Discusión y debate de creencias - Técnica de afrontamiento - Exposición gradual. - Restructuración cognitiva - Descubrimiento guiado. - Observación de conducta - Tarea para la casa. 	Papelotes Plumones Cinta Adhesiva Video Cartilla N°5	2 horas	Participación de las asistentes. Trabajo en equipo. Revisión de la cartilla N° 5

Sesión 5:	El auto respeto	Comprender y aplicar el respeto en ellas mismas, promoviendo el respeto e igualdad independientemente de su sexo.	Técnicas de grupo lectura Técnicas de participación Técnicas de integración Lluvia de ideas	-Análisis y evaluación lógica y empírica. - Entrenamiento de habilidades sociales. -Observación de conducta -Reestructuración Cognitiva - Tarea para la casa.	Cartilla N° 6 Cartilla N° 7 Lapiceros Diapositivas	2 horas	Participación individual y grupal Trabajo en equipo Revisión de la cartilla N°6 y 7
Sesión 6:	La mejor decisión	Conocer y aplicar el proceso de toma de decisiones.	Dinámica participativa Roll Playing Dinámica de Participación Debate Análisis y Reflexión Exposición	- Análisis y evaluación lógica y empírica. - Autorregistros -Observación de conducta - Tarea para la casa.	Cartilla N° 8 Hoja de papel y lapiceros	2 horas	Participación individual y grupal Trabajo en equipo Revisión de la cartilla N°8
Sesión 7:	Proyecto de vida	Promover en las participantes la elaboración de sus proyectos de vida.	Dinámicas. Ejercicio vivencial Análisis y reflexión Exposición Roll Playing	-Técnicas basadas en la imaginación, proyección temporal, y repetición de metas. -Descubrimiento guiado. -Observación de conducta - Tarea para la casa.	Cartilla N° 9 Lapicero Cuaderno	2 horas	Participación individual y grupal Trabajo en equipo Revisión de la cartilla N°9

Sesión 8:	Orgullosa de mis logros	Fomentar la identificación de sus logros sintiéndose orgullosas de ello.	Dinámica participativa y de animación. Dinámica de motivación Exposición Análisis personal Dinámica participativa Debate Auto refuerzo	-Autorregistro -Descubrimiento guiado. -Técnicas emotivas, imaginación racional emotiva. - Ensayo de conducta. -Inventario de autoestima de Stanley Coopersmith versión adulta. -Observación de conducta - Tarea para la casa.	Cartilla N°10 Cuaderno de trabajo Post Test	2 horas	Participación de los asistentes. Trabajo en equipo Post Test
------------------	--------------------------------	--	--	---	---	---------	--

2.4.9 Metodología

- El programa de intervención se llevará a cabo utilizando una metodología activa de enseñanza aprendizaje basada en la terapia racional emotiva con un enfoque cognitivo conductual la cual se centra en destacar las repercusiones que tienen las creencias irracionales en las emociones y conductas del ser humano, por medio de ejercicios prácticos y vivenciales psicodinámicos, resaltando y compartiendo las experiencias.

A continuación, se exponen las principales técnicas que fueron usadas en todo el programa:

- Técnicas de presentación y conocimiento: Se aplican para “romper el hielo” en situaciones nuevas o ante personas que aún todavía no se conocen, para impulsar la participación y la creación de un clima agradable y de confianza. Por ejemplo, la presentación individual o por parejas.
- Técnicas para trabajar contenidos temáticos o analizar temas de interés: técnicas cognitivas: discusión y debate de creencias, mediante el análisis y evaluación lógica e empírica, técnicas conductuales : ensayo de conducta, inversión del rol racional, refuerzo, técnicas emotivas: imaginación racional emotiva, técnicas humorísticas, técnicas de afrontamiento: pretendiendo modificar los pensamientos disfuncionales, exposición graduada, se plantea a la persona a situaciones temidas o evitadas, Autorregistro; se usa para recoger la información sobre el estado emocional esto es útil ya que la persona es consciente de su estado de ánimo y de los desencadenantes que lo ocasionan. Descubrimiento guiado; ayuda a la persona a alcanzar nuevas perspectivas que desafían sus actuales creencias por medio del cuestionamiento socrático son preguntas abiertas dejando que la persona vaya realizando sus asociaciones y argumentaciones. Técnica basada en la imaginación: por medio de la proyección temporal, y la repetición de metas. Finalizando con la técnica de tareas para la casa esta

es parte integral de la terapia cognitiva debido a que por medio de ella se permite analizar y debatir sus pensamientos básicos y automáticos esto permite la estructura y programación de sesiones de trabajo según Ruiz Diaz y Villalobos (2013) Se expone un tema de interés a comentar y se divide al grupo en grupos más pequeños para lograr un ambiente de mayor cercanía y participación, se debate el tema en cuestión y más adelante se ponen en común las conclusiones. Son ejemplo de estas técnicas: los grupos de discusión, análisis y resolución de casos prácticos, ejecución de murales donde expresan determinadas ideas, lectura y reflexión sobre casos, textos, cuentos entre otros

- Técnicas de dramatización o “role-playing”: Con estas técnicas se pretende practicar diferentes habilidades, analizar diferentes perspectivas y actitudes al enfrentarse a situaciones específicas, comúnmente conflictivas, por medio de la representación. Se puede utilizar preparando previamente un “guion” de la respuesta más adecuada, debatida y decidida por el grupo, o improvisando la resolución del conflicto y analizando después con el grupo la experiencia vivida.
- Técnicas de Cierre: nos permiten evaluar si se han cumplido los objetivos propuestos, por otra parte, sirven para reforzar los lazos creados y para expresar las emociones vividas. Evaluaciones individuales y colectivas del propio programa, por medio del desarrollo de las cartillas, y aplicación del Inventario de autoestima de Coopersmith versión adulta.

2.4.10 Evaluación

En primer lugar, se evaluará a las participantes del programa, para conocer en qué medida se ha logrado alcanzar los objetivos propuestos en el presente programa.

Con la evaluación se pretende ver en qué medida se ha logrado fortalecer la autoestima de las mujeres participantes del programa. Para que este objetivo sea evaluable, se iniciara con una evaluación Pre-intervención para conocer el nivel de autoestima de las

participantes del programa de intervención mediante un Pre test y de esta forma conocer el punto de inicio para poder valorar las próximas evaluaciones. después se irá realizando una evaluación continua, mediante preguntas sobre la sesión anterior que van a servir tanto de recordatorio, como para ir viendo lo aprendido y asimilado en las sesiones anteriores, para así ver en qué temas se debe reincidir o mejorar nuestra actuación, y poder ir adaptando las sesiones a las necesidades del momento. Esta evaluación se realizará al comienzo de cada sesión. En estas evaluaciones continuas, se pretende conocer, en qué grado se van logrando los objetivos propuestos para cada una de las sesiones, tanto para ir adaptándolas a las necesidades del momento, como para tener en cuenta los datos para la futura consecución del programa. Además, se va a tener presente el compromiso adquirido por cada una de las participantes, debido a que este tipo de programa se ha de realizarse voluntariamente para que sea efectiva, esto se valorará controlando la asistencia a las distintas sesiones y la realización de las tareas para casa. Al finalizar todo el proceso se hará también una evaluación final mediante el Post test para que de esta forma poder valorar el impacto del programa sobre ellas y ver en qué aspectos se debería realizar más énfasis en futuras actuaciones, para lo cual se utilizará los siguientes elementos de evaluación:

- Aplicación de pre y post test “Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith forma Adulta”.
- Tareas de cada sesión
- Asistencia
- Cuestionario

2.5 Evaluación de salida en autoestima del grupo de intervención

Se presenta los resultados del post test en autoestima del grupo de intervención aplicado a las mujeres en situación de violencia por su pareja.

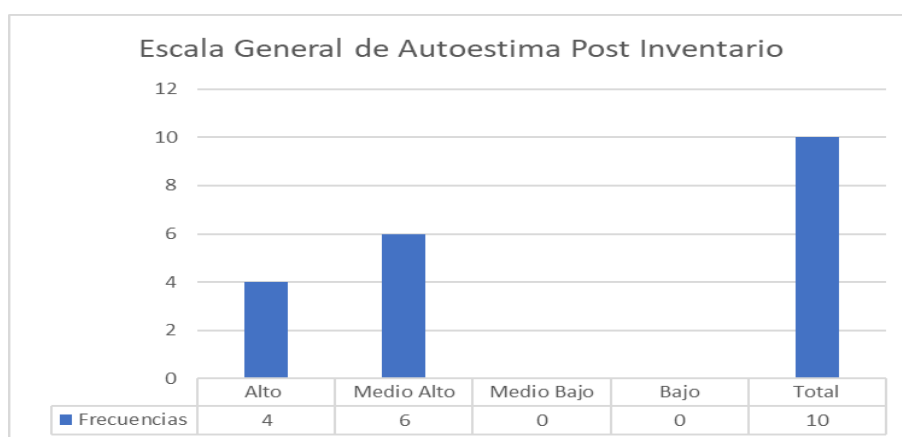
TABLA N° 1

Escala General de Autoestima en mujeres en situación de violencia por su pareja

CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ALTO	4	40%
MEDIO ALTO	6	60%
MEDIO BAJO	0	0%
BAJO	0	0%
TOTAL	10	100%

FUENTE: Inventario de autoestima de Stanley Coopersmith forma adulta aplicado a mujeres en situación de violencia por su pareja. Junio, 2019.

GRAFICO N° 1



Interpretación:

En la tabla como en el gráfico N° 2 encontramos que de las 10 mujeres evaluados se evidencio que el 40 % de ellas presentaron autoestima alta; mientras que para la categoría medio alto correspondió el 60 %, siendo las categorías bajo un 0 % lo cual demuestra que después de haber sido aplicado el “Programa de intervención en autoestima para mujeres en situación de violencia por su pareja”, denominado “Creciendo Juntas” el mayor porcentaje de mujeres han fortalecido su nivel de autoestima.

2.5.1 Evaluación de salida en autoestima en la sub escala de sí mismo del grupo de intervención

TABLA N° 2

Sub Escala de Sí mismo.

CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ALTO	2	20%
MEDIO ALTO	8	80 %
MEDIO BAJO	0	0 %
BAJO	0	0%
TOTAL	10	100%

FUENTE: Inventario de autoestima de Stanley Coopersmith forma adulta aplicado a mujeres en situación de violencia por su pareja. Junio, 2019.

GRAFICO N° 2



Interpretación:

En la tabla como en el grafico N° 2 se puede apreciar que, en la categoría alta, existe un 20% y en la categoría medio alto existe el 80% mientras que la categoría medio bajo y bajo existe un 0% lo cual nos indica que las mujeres tienen una mejor autopercepción sobre sí mismas, la cual influye en sus experiencias valorativas tanto físicas, como psicológicas acerca de si mismas.

2.5.2 Evaluación de salida en autoestima en la sub escala social del grupo de intervención

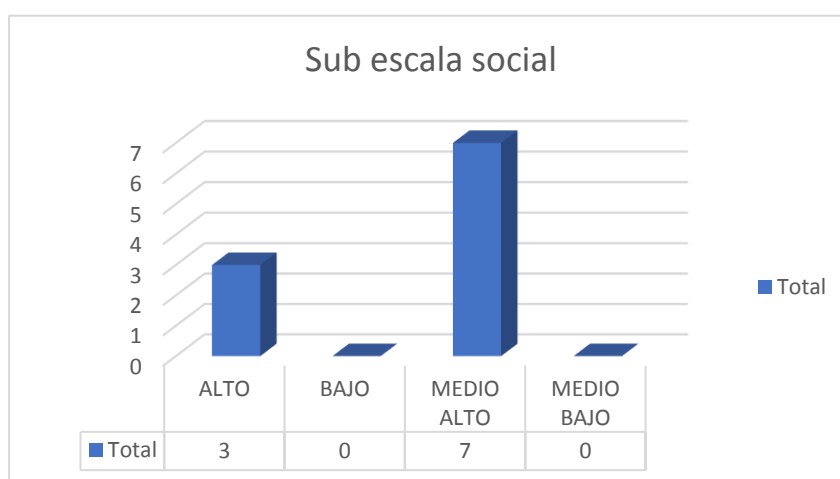
TABLA N° 3

Sub escala Social.

CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ALTO	3	30%
MEDIO ALTO	7	70 %
MEDIO BAJO	0	0 %
BAJO	0	0%
TOTAL	10	100%

FUENTE: Inventario de autoestima de Stanley Coopersmith forma adulta aplicado a mujeres en situación de violencia por su pareja. Junio, 2019.

GRAFICO N° 3



Interpretación:

En la tabla como en el gráfico N° 3 encontramos que de las 10 mujeres evaluados se evidencio que en la categoría alta existe un 30%, en la categoría medio alto 70%; y para las categorías medio bajo y bajo un 0% por lo que podemos decir con estos resultados que las actitudes de las mujeres en el medio social, han reforzado su seguridad, manifestando sus opiniones en público.

2.5.3 Evaluación de salida en autoestima en la sub escala familiar del grupo de intervención

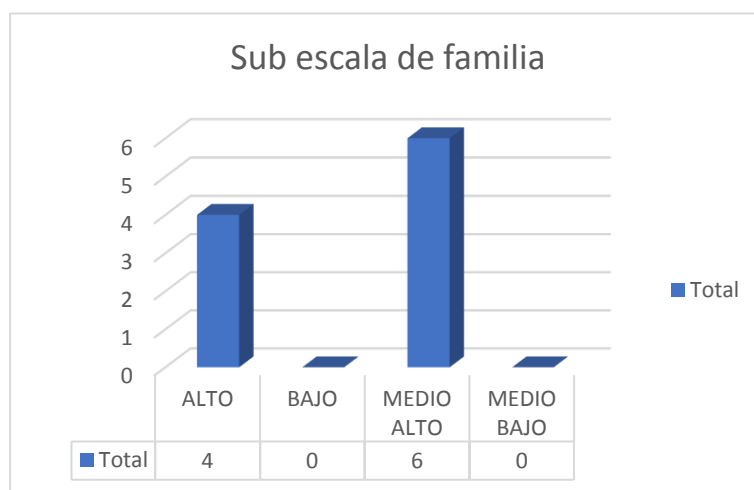
TABLA N ° 4

Sub escala familiar.

CATEGORIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ALTO	4	40%
MEDIO ALTO	6	60 %
MEDIO BAJO	0	0 %
BAJO	0	0%
TOTAL	10	100%

FUENTE: Inventario de autoestima de Stanley Coopersmith forma adulta aplicado a mujeres en situación de violencia por su pareja. Mayo, 2019.

GRAFICO N° 4



Interpretación:

En la tabla como en el gráfico N° 4 encontramos que de las 10 mujeres evaluados se evidencio que ten la categoría alta existe un 40%, así mismo en la categoría medio alto presentan un 60% mientras que para la categoría medio bajo y bajo un 0 %, de ahí que las actitudes y/o experiencias en el medio familiar con relación a la convivencia han mejorado.

2.5.4 Evaluación de salida en autoestima de cada integrante del grupo de intervención

ITEMS	INICIALES DE INTEGRANTES	CATEGORIA
1	Y.C.C.	MEDIO ALTO
2	A.C.M.	MEDIO ALTO
3	L.V.G.M.	MEDIO ALTO
4	E.B.C	ALTO
5	N.S.F.	MEDIO ALTO
6	A.S.S.	MEDIO ALTO
7	C.M.B.C.	ALTO
8	D.F.R.G.	ALTO
9	M.J.G.Q.	MEDIO ALTO
10	C.Y.S.B.	ALTO

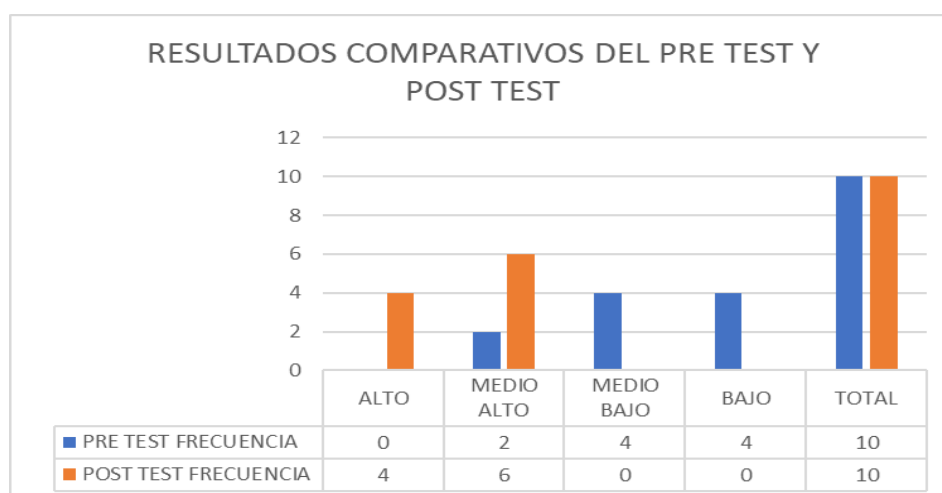
2.6 Evaluación comparativa de resultados de las evaluaciones de entrada y salida

Tabla N° 1

Tabla comparativa General entre el Pre test y el Post test Escala General

CATEGORIAS	PRE TEST		POST TEST	
	FRECUENCIA	PORCENTAJE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ALTO	0	0%	4	40%
MEDIO ALTO	2	20%	6	60%
MEDIO BAJO	4	40%	0	0%
BAJO	4	40%	0	0%
TOTAL	10	100%	10	100%

Gráfico N° 1



Interpretación:

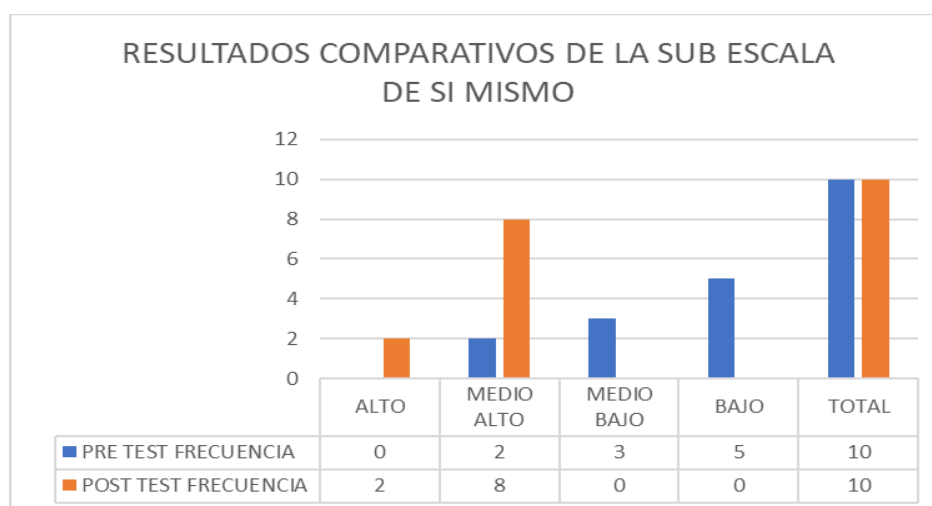
En la tabla como en el gráfico N° 1 encontramos que de las 10 mujeres evaluados se evidencio que el Pre test hubo un 20 % de ellas presentaron autoestima medio alto, el 40% medio bajo, y 40% bajo; mientras que en el Post Test observamos que el 40% de ellas presentan autoestima alta y el 60% medio alto, siendo las categorías medio bajo u bajo un 0 % por lo que podemos demostrar que al comparar los resultados del pre y post test se logró fortalecer la autoestima de las mujeres.

2.6.1 Evaluación comparativa de resultados de la sub escala de sí mismo del grupo de intervención

Tabla N° 2

CATEGORIAS	PRE TEST		POST TEST	
	FRECUENCIA	PORCENTAJE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ALTO	0	0%	2	30%
MEDIO ALTO	2	20%	8	70%
MEDIO BAJO	3	30%	0	0%
BAJO	5	50%	0	0%
TOTAL	10	100%	10	100%

Gráfico N° 2



Interpretación:

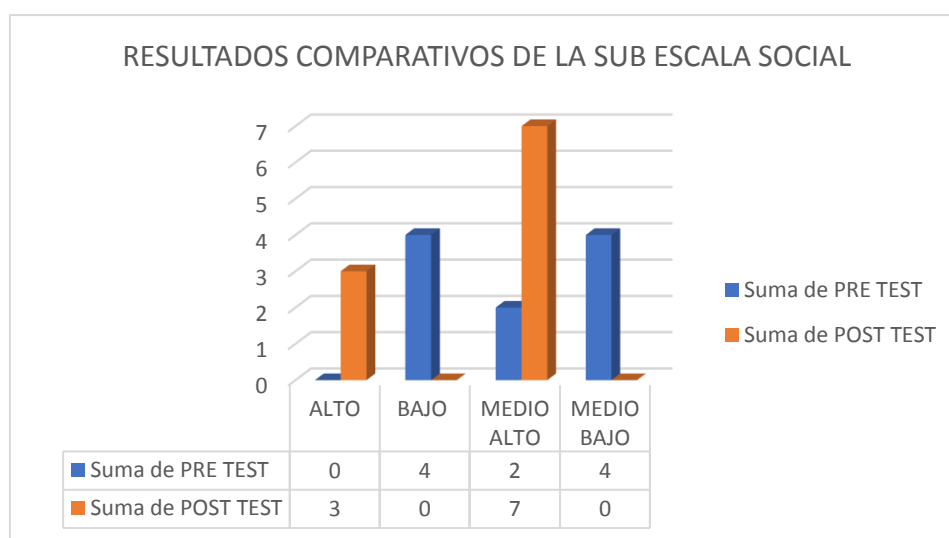
En la tabla como en el gráfico N° 2 encontramos que de las 10 mujeres evaluados se evidencio que el Pre test medio alto el 20 %, medio bajo 30 % y bajo el 50%; mientras que en el Post Test observamos que el 20% de ellas se encuentran en la categoría alto y el 80% en medio alto, siendo las categorías medio bajo, y bajo un 0 % por lo que podemos demostrar que las mujeres tienen una mejor autopercepción sobre sí mismas, la cual influye en sus experiencias valorativas tanto físicas, como psicológicas acerca de sí mismas.

2.6.2 Evaluación comparativa de resultados de la sub escala social del grupo de intervención

Tabla N° 3

CATEGORIAS	PRE TEST		POST TEST	
	FRECUENCIA	PORCENTAJE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ALTO	0	0%	3	30%
MEDIO ALTO	2	20%	7	70%
MEDIO BAJO	4	40%	0	0%
BAJO	4	40%	0	0%
TOTAL	10	100%	10	100%

Gráfico N° 3



Interpretación:

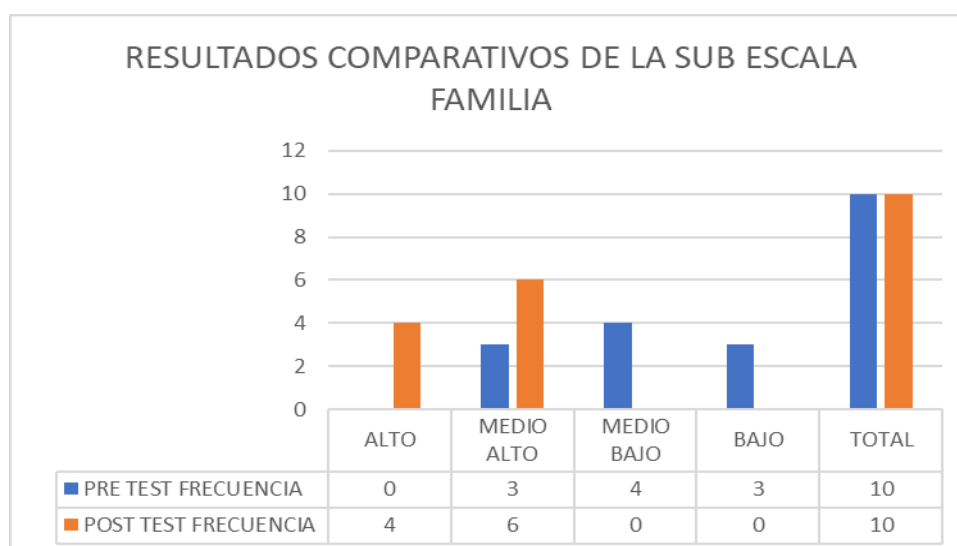
En la tabla como en el gráfico N° 3 encontramos que de las 10 mujeres evaluados se evidencio que el Pre test el 40 % de ellas se encuentran en la categoría bajo, el 20% de ellas se encuentran en la categoría medio alto; y el 40% en la categoría medio bajo. mientras que en el Post Test observamos que el 70% de ellas se encuentran en la categoría medio alto y el 30% se encuentran en la categoría alto, siendo las categorías medio bajo, y bajo un 0 % por lo que podemos decir con estos resultados que las actitudes de las mujeres en el medio social han reforzado su interacción con su entorno social.

2.6.3 Evaluación comparativa de resultados de la sub escala familiar del grupo de intervención

Tabla N° 4

CATEGORIAS	PRE TEST		POST TEST	
	FRECUENCIA	PORCENTAJE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ALTO	0	0%	4	40%
MEDIO ALTO	3	30%	6	60%
MEDIO BAJO	4	40%	0	0%
BAJO	3	30%	0	0%
TOTAL	10	100%	10	100%

Gráfico N° 4



Interpretación:

En la tabla como en el gráfico N° 4 encontramos que de las 10 mujeres evaluados se evidencio que el Pre test el 30 % de ellas se encuentran en la categoría bajo, el 40% de ellas se encuentran en la categoría medio bajo; y que en las categorías medio alto el 30% y alto existe un 0%. mientras que en el Post Test observamos que el 60% de ellas se encuentran en la categoría medio alto y el 40% se encuentran en la categoría alto, siendo las categorías medio bajo, y bajo un 0 % por lo que podemos indicar que las actitudes y/o experiencias en el medio familiar con relación a la convivencia han mejorado.

2.6.4 Evaluación de comparativa en autoestima de cada integrante del grupo de intervención

		PRE TEST	POST TEST
ITEMS	INICIALES DE INTEGRANTES	CATEGORIAS	CATEGORIAS
1	Y.C.C.	BAJO	MEDIO ALTO
2	A.C.M.	BAJO	MEDIO ALTO
3	L.V.G.M.	BAJO	MEDIO ALTO
4	E.B.C.	MEDIO BAJO	ALTO
5	N.S.F.	BAJO	MEDIO ALTO
6	A.S.S.	MEDIO BAJO	MEDIO ALTO
7	C.M.B.C.	MEDIO BAJO	ALTO
8	D.F.R.G.	MEDIO ALTO	ALTO
9	M.J.G.Q.	MEDIO BAJO	MEDIO ALTO
10	C.Y.S.B	MEDIO ALTO	ALTO

2.7 Evaluación del programa

La evaluación del programa tuvo en cuenta el modelo de Pérez Juste:

- El programa de intervención tuvo en cuenta las necesidades concretas de las interesadas, así mismo se consideró el tiempo en que el grupo de mujeres podrían asistir, para lo cual se creó pertinente que las sesiones del programa comenzaran el 02 de mayo, estas serían ocho sesiones realizadas en otras tantas semanas consecutivas, cada una de dos horas de duración, los jueves de 4:00pm a 6:00pm; finalizando por tanto el día 20 de junio y siendo la clausura del programa el 27 de junio. Estas sesiones se realizaron en el local de centro de emergencia mujer de Santa Cruz – Cajamarca el cual cuenta con los medios necesarios para un correcto desarrollo del programa, la persona responsable para el desarrollo del programa es la Ps. Mariela Sebastiani Chávez, la cual se encuentra capacitada para el desarrollo del programa, En el proceso de aplicación del programa de intervención se utilizó una metodología activa de enseñanza aprendizaje basada en la terapia racional emotiva con enfoque cognitivo conductual y terapia psicodinámica que consta de ejercicios prácticos, vivenciales, compartiendo las experiencias; para ello se seleccionó los temas de acuerdo al objetivo del programa, así mismo se planteó una pregunta guía abierta que nos ayude a detectar sus conocimientos previos sobre el tema, se organizó grupos para que haya diversidad de perfiles y cada una desempeñe un rol, se les facilitó información mediante lecturas donde ellas tenían que hacer uso del análisis y síntesis compartiendo sus ideas, debatan, elaboren hipótesis y busquen entre todas la mejor respuesta a su pregunta, así mismo se les asignó tareas concretas donde tenían que aplicar lo aprendido, a la semana siguiente antes de empezar la sesión se realizó una evaluación continua, por medio de preguntas sobre la sesión anterior en caso de ver alguna duda se trata de resolver con ayuda de la facilitadora, se tuvo en cuenta el instrumento para la recogida de datos tanto antes como después de la aplicación del programa para lo cual se utilizó el inventario de autoestima versión adulta de Coopersmith, así mismo se tuvo en cuenta el interés y motivación de las participantes,

no se pudo apreciar conflictos o tensiones entre las participantes que pudieran repercutir en el desarrollo del programa, las relaciones fueron cordiales, dándose un clima de confianza en el éxito del programa por parte de las participantes y facilitadora.

Por otro lado, se aplicó un cuestionario anónimo de evaluación final del programa a las participantes donde indicaron lo siguiente: En cuanto a la valoración del programa están totalmente de acuerdo, indicando que el contenido y la metodología del programa ha respondido a sus expectativas, y que esto les ha servido para mejorar algunos aspectos y que estarían dispuestas a participar en otro programa de estas características.

- En cuanto a la pregunta donde se les indica ¿Qué parte del programa te ha parecido más interesante y por qué?: indican todas las sesiones llevan algo que te aportan, así mismo las dinámicas las cuales estuvieron bastante acertadas para los temas, otras manifiestan todas las sesiones, pero en especial el de proyecto de vida, toma de decisiones y orgullosa de mis logros

- en la pregunta ¿Qué has aprendido? Manifiestan: “A no tirar la toalla, no perder la fe en mí misma”, “valorar más las cosas positivas que tengo”, “a estar orgullosa de mis logros”, “a valorarme y no juzgarme tanto”, “a aceptarme tal cual soy”, “a auto conocerme”, “a quererme”.

- en la pregunta ¿Cómo te has sentido? Refieren: “tranquila y en paz conmigo misma”, “muy cómoda y segura y con ganas de cambiar en todo”, “muy bien”, “muy a gusta”, “” contenta, feliz”.

- en la pregunta ¿Qué quitarías, cambiarías...? Indican: “No cambiaría nada porque cada semana he aprendido algo nuevo gracias.” “nada”, “lo dejaría tal cual está”

2.7.1 Autoevaluación de la facilitadora

Este trabajo académico me ha permitido mejorar la utilización de mis metodologías, así como de mi trabajo de intervención grupal, conocer otras técnicas y estrategias que han mejorado y enriquecido mi práctica como psicóloga, así mismo investigar y profundizar en cuanto a la temática de violencia, y hacia mejorar procesos a nivel cognitivos y reflexionar sobre algunos elementos que antes conocía y que ahora tienen un mayor impacto en mi vida profesional y personal, mejorando mi práctica, técnica e instrumentos, tener una mejor visión de lo que es la violencia hacia la mujer, a ver podido tener una mayor acercamiento con aquellas mujeres en situación de violencia y entender un poco más su percepción sobre los hechos vivenciados así mismo se realizó coordinaciones con la municipalidad provincial para que a estas mujeres se les considero una media beca para que estudien en el cepro de la provincia algún oficio y así ellas puedan generar sus propios recursos económicos por otro lado considero, que este programa ha sido un punto de partida en el proceso de cambio de este grupo de mujeres.

III. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

3.1 Conclusiones

- En cuanto a la evaluación de entrada se encontró que de las 10 mujeres evaluadas existe una tendencia a la baja autoestima, presentando diferentes características comportamentales siendo las más relevantes en el área de sí mismo: bajo autoconcepto, creencias falsas sobre el amor en la pareja, dificultades para tomar decisiones, dependencia emocional. En el área social son personas conservadoras, preocupadas por las normas sociales, patrones de conducta rígidos, en el área familiar, expectativas ingenuas de una remisión espontánea de la violencia, muestran actitudes de protección y apego a sus hijos, la resistencia a reconocer el fracaso de la relación.
- El programa de intervención en autoestima en mujeres en situación de violencia en pareja es de suma importancia ya que trabajar en las secuelas que dañan las áreas esenciales de desarrollo de una personas como son el área de sí mismo, social y familiar nos permitió reforzar la propia identidad y la autoestima de las mujeres participantes, e identificar las ideas y pensamientos basados en mitos y creencias, así como el hecho de reconocer y aplicar el proceso de toma de decisiones y la elaborando su proyecto de vida.
- La aplicación del programa ha permitido que el grupo de mujeres compartan sus experiencias en grupo, expresando sus emociones, pensamientos, creencias, y evaluar sus acciones respecto a la violencia, así mismo han podido clarificar ideas y sentimientos sobre todo respecto a la relación con sus parejas, sintiéndose más seguras y aumentado su autoestima, lo que manifestaban por el aumento de sus intervenciones y expresiones de afecto y afirmación personal.
- En la evaluación de salida se encontró que de las diez mujeres evaluadas se evidencio que cuatro de ellas presentaron autoestima alta, así como seis de ellas presentaron autoestima medio alto, siendo las categorías medio bajo y bajo un 0 % lo cual demuestra

que después de haber sido aplicado el “Programa de intervención en autoestima para mujeres en situación de violencia por su pareja “, denominado “Creciendo Juntas” el mayor porcentaje de mujeres han fortalecido su nivel de autoestima.

- Con los aportes de este trabajo académico, futuras investigaciones y distintas entidades gubernamentales que trabajan a favor de las mujeres víctimas o no de violencia de pareja, podrán desarrollar programas que empoderen y fortalezcan la autoestima en dicha población; esto beneficiaría el sistema judicial, debido a que se disminuirá los casos por violencia de pareja y podrían agilizar los respectivos procesos judiciales y así mitigar el colapso que sufre el Sistema Penal Acusatorio hasta la fecha al descongestionarse el sistema. Es de anotar, que se denunció la existencia de 112.461 audiencias represadas (pendientes) según (Fiscalía General de la Nación, 2017).
- Considero, por lo tanto, que este programa de intervención en autoestima para mujeres en situación de violencia por su pareja ha sido un punto de partida en el proceso de cambio de este grupo de mujeres. ya que sigue existiendo la necesidad de profundizar en otros aspectos y abordar otros nuevos como se detalla en las recomendaciones.

3.2 Recomendaciones

- Se propone que el Programa “Creciendo Juntas” sea insertado en las instituciones del estado involucradas con la problemática para que forme parte de las políticas de acción contra la violencia hacia la mujer e integrantes del grupo familiar.
- Se sugiere promover programas de orientación de búsqueda de empleo, dirigido a estas mujeres, teniendo en cuenta sus habilidades, e incentivarlas a llevar cursos técnicos productivos como: (panadería y repostería, costura, peluquería, entre otros)
- Se sugiere que las investigaciones posteriores deben abordar la problemática tomando en cuenta que la violencia no es un fenómeno individual sino la manifestación de un fenómeno interaccional, según indica Perrone y Nannini, citado por Jiménez, Y. (2012)

por tanto, en situaciones como esta es importante observar las interacciones de las características psicológicas, sociales, culturales de ambos, más que a cada miembro por separado, con el fin de tener un mejor entendimiento de la violencia en la dinámica de la pareja.

- Es necesario que estudios futuros cuenten con un mayor número de participantes y utilice muestras aleatorias. Las limitaciones del trabajo académico contemplan el tamaño de la muestra, y el muestreo por accesibilidad.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFIA

- Adams,D..(1996). Teoria del conflicto - revista americana de sociologia
- Avendano, L. (2016, 16 de agosto). Guía de evaluación psicológica forense en casos de violencia contra las mujeres y los integrantes del grupo familiar; y en otros casos de violencia Lima – Perú. https://portal.mpfm.gob.pe/descargas/Guia_04.pdf
- Bandura, A. (1975). Modificación de conducta: Análisis de la agresión y la delincuencia. México: Ed. Trillas.
- Branden, N. (1995). Los seis pilares de la autoestima. Nueva York: Editorial Publishing Group, INC. Recuperado de <https://books.google.com.co/books?id=MfhI44CDPMMC&pg=PA16&dq=teoria+de+la+autoestima+branden&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwi6sq3r6e7YAhVC2lMKHZx1AB8Q6AEIJTAA#v=onepage&q=teoria%20de%20la%20autoestima%20branden&f=false>
- Coopersmith, S. (1969) Escala de autoestima de niños y adultos. ACP.
- Coopersmith, S. (1995) Autoestima en adultos. ACP
- Coser, L. (1956). Las funciones del conflicto social Editorial Free Press.
- Corsi, J. (1995) Una Mirada abarcativa sobre el problema de la violencia. Editorial Paidós
- Delegación del Gobierno para la Violencia de Género (2015), Macroencuesta de violencia contra la mujer 2015, Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, Madrid.
- Enciso, S. (2013), “El empoderamiento como elemento de trabajo con mujeres víctimas de VG”, “El empoderamiento de las mujeres como estrategia de intervención social: II Congreso Internacional realizado en Deusto en 2013”, Publicaciones de la Universidad de Deusto.

- ENDES-INE (2017) Observatorio Nacional de la violencia contra la mujer y los integrantes del grupo familiar. <https://observatorioviolencia.pe/datos/>
- Fundación Mujeres (1995), Guía de sensibilización y formación en igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres. Instituto de la Mujer, Madrid.
- Garaigordobil, M. (2003) Diseño y evaluación de un programa de intervención socioemocional para promover la conducta psicosocial y prevenir la violencia Recuperado de <https://www.postgradoune.edu.pe/pdf/documentos-academicos/psicologia-educacional-y-tutorial/36.pdf>
- Gómez, Y. (2018) Autoestima de mujeres víctimas de violencia de pareja registradas en CAVIF en la ciudad de Villavicencio <http://hdl.handle.net/20.500.12494/4073>
- Herrera, M. (2015) Relación entre sexismo ambivalente y violencia de pareja íntima según nivel educativo. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/6177>
- Huerta, M. y Alonso, B. (2007), Programa SARA: Guía práctica para la dinamización de espacios de desarrollo personal y profesional para mujeres inmigrantes, CEPAIM y Cruz Roja Española, Madrid.
- Inca López, L. (2017) Niveles de autoestima en los trabajadores de la empresa Grupo Cabal. Universidad Inca Garcilaso de la Vega <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/1404/TRAB.SUFIC.PROF.%20INCA%20L%C3%93PEZ%20LILIANA%20HAYDE%20C3%89.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Jiménez, Y. (2012) Intervención Grupal Con Mujeres Víctimas De Violencia De Género: Promoción De Su Salud Y Autonomía. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/2763/1/TFG-L143.pdf>

- Klevens, J. (2011). Violencia Física contra la mujer en Santa Fe de Bogotá: prevalencia y factores asociados. *Revista Pan American Public Health* 9(2), 78-83. Recuperado de <https://scielosp.org/pdf/rpsp/2001.v9n2/78-83>
- Krug, E. et al. (2008), Informe Mundial sobre Violencia y Salud. Organización Mundial de la Salud, Ginebra.
- Lagarde, M. (2000), “Autoestima y género”, en Cuadernos inacabados 39.
- Lagarde, M. (2005), Vías para el empoderamiento de las mujeres, FEMEVAL, Proyecto EQUAL I.O. METAL ACCIÓN 3, Valencia.
- Lafuente, E. (2015). Intervención grupal con mujeres víctimas de violencia de genero. Universidad Jaume I de Castellón (Pag.15)
<http://repositori.uji.es/xmlui/discover?scope=%2F&query=intervencion+grupal+con+mujeres+victimas+de+violencia+de+genero+&submit=>
- Lorente Acosta, M. (2003), Mi marido me pega lo normal. Agresión a la mujer: realidades y mitos, Crítica, Barcelona.
- Maslow, A. (1991). Teoría de la Motivación. En A. Maslow. Motivación y Personalidad. (pp.3-108). Madrid: Editorial Ediciones Díaz Santos. Recuperado de:
<http://bbibliograficas.ucc.edu.co:2063/lib/ucooperativasp/reader.action?docID=10224017>
- Migallón, P. y Gálvez, B. (1999), Los grupos de mujeres, metodología y contenido para un programa de intervención grupal de la autoestima, Instituto de la Mujer, Madrid.
- Moral, M.V., García, A., Cuetos., G y Sirvent, C. (2017). Violencia en el noviazgo y autoestima en mujeres españolas. *Revista Oficial de la Federación Iberoamérica de*

Asociaciones de Psicología, 8(2), 96-107. Recuperado de

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5996984>

- Morales-Reyes, E.A., Alonso-Castillo, M. M y López-García K.S. (2011). Violencia de pareja y autoestima de las mujeres de la ciudad de Puebla. Revista Sanidad Militar, 65 (2),48-52. Recuperado de www.medigraphic.com/pdfs/sanmil/sm-2011/sm112b.pdf
- Molina, A. (2016). Vulnerabilidad y Daño Psíquico en Mujeres Víctimas de Violencia. (Monografía de pregrado). Universidad de Granada. Recuperado de <http://digibug.ugr.es/handle/10481/43550#.WmEqRa7ibak>
- Organización Mundial de la Salud (2002), Informe mundial sobre la violencia y la salud, Organización Panamericana de la Salud, Washington, D.C.
- Otalvaro, O. (2015). Autoestima en víctimas de maltrato psicológico por parte de la pareja. Revista Psicología desde el Caribe,32(1),145-168. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/213/21337152006.pdf>
- Olivares, E. (2011) Modelo ecológico para una vida libre de violencia de género Recuperado de <http://cedoc.inmujeres.gob.mx/lgamv/v/MoDecoFinalPDF.pdf>
- Paz Rincón, P. et al. (2004), “Efectos psicopatológicos del maltrato doméstico”, en Avances en Psicología Latinoamericana, vol. 22, 105-116, España.
- Panizo, I. (1985) Estandarización del inventario de Autoestima de Coopersmith (SEI) adultos.
- Pérez Juste, R. (2006) Evaluación de programas educativos. Editorial La Muralla S.A. Recuperado de:
https://books.google.com.pe/books/about/Evaluaci%C3%B3n_de_programas_educativos.html?id=7ZxSjk3KFMcC&printsec=frontcover&source=kp_read_button&hl=es&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false

- Roca, N. y Masip, J. (2011), Intervención grupal en violencia sexista, experiencia, investigación y evaluación, Herder, Barcelona.
- Saldarriaga, C. (2016) Guía de Atención Integral de los Centros de Emergencia Mujer (1ª ed.). Impresiones Arte Perú S.A.C
- Santandreu, M. (2014), “Violencia de género y autoestima: efectividad de un programa de intervención grupal”, en Apuntes de psicología vol. 32, nº 1, 57-63. Colegio Oficial de Psicología de Andalucía Occidental.
- Strauss, M. (1979). Medición del conflicto y la violencia intrafamiliar: La Escala de Tácticas de Conflicto. Diario del Matrimonio y la Familia, 41.75-78.
- Strauss, M., Hamby, S., Boney- McCoy, S. & Sugarman (1996). La Escala Revisada de Tácticas de Conflicto (CTS2). Desarrollo y Datos Psicométricos Preliminares. Revista de Asuntos Familiares, 17(3), 283-316.
- Sepúlveda, J. (2005). Estudio de los factores que favorecen la continuidad en el maltrato de la mujer. Universidad de Valencia.
- Valencia, C. (2015) La Autoestima. <https://www.laautoestima.com/abraham-maslow.htm>
- Vásquez, T.D., González, E, L y Velasco-Martínez, A. (2017). Relación entre autoestima y violencia de pareja. Un estudio con mujeres autóctonas y migradas en territorio español. Revista de Investigaciones en Intervención Social, 7(12),93-119. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6047291>.
- Walker, L. E. (2012). El síndrome de la mujer maltratada. Estados Unidos de América. Editorial Desclée De Brouwer.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

DEL PROGRAMA

- Alcántara, J. (1995). Cómo Educar la Autoestima. Ed. Ceac. S.A.
- Aguilar, R. (2012). Modulo Desarrollo Personal y Creatividad – Ed.USS.
- Atención Tutorial Integral – (2016) MINEDU – MIMP Prevención de la Violencia Familiar y Sexual. Rompiendo Mitos en nombre del Amor.
- Bolufer, E. (2015) Intervención Grupal con Mujeres Víctimas de Violencia de Genero.
http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/161071/TFM_Lafuente%20Bolufer_Eugenia.pdf?sequence=1
- Patino, Magali. (2002) Proyecto Personal. Ediciones ALFADIL S.A. de C.V. Col. Del Valle
- Polya,G(1975). Cómo plantear y resolver problemas. México. D.F. Trillas
- Uribe, Rita. & otros (2008) Manual de habilidades sociales en adolescentes. MINSA – Lima
- Perú Ed. AGL grafica color S.R.L.
- Zevallos, Rebeca. (2006) Persona, Familia y Relaciones Humanas. Manual del docente educación básica regular Secundaria 4. Ministerio de Educación Ed. Quebecor World Perú S.A.

Link de videos

- El Maltrato “ Sutil”
<https://www.youtube.com/watch?v=0y9zJ5J2bWA>
- No Toleres la Violencia
https://www.youtube.com/watch?v=YeVZNBHNO4I&index=2&list=PLr4ZtQodnnY6Abwi6yzjHpcailnU-T_em
- La Dependencia Emocional, por Silvia Congost
<https://www.youtube.com/watch?v=fBrofKqdVmo>

ANEXOS

ANEXO I**SESIONES DEL PROGRAMA DE INTERVENCION****SESION: I****CONOCIENDONOS Y ACEPTÁNDONOS**

I. Objetivo: Reforzar la propia identidad y la autoestima de las mujeres participantes, de forma que aprendan a aceptarse como un todo y a valorarse a sí mismas, con sus capacidades y limitaciones.

II. Tiempo: 120 minutos

III. Material

- Cartilla N° 1: Mi cuerpo es valioso.
- Cartilla N° 2: Valorando nuestro cuerpo.
- Cuaderno de trabajo.
- Lapiceros.
- Plumones.
- Post-it
- Caja
- Video: Maltrato Sutil

<https://www.youtube.com/watch?v=0y9zJ5J2bWA>

IV. Dinámica:**Presentación Cruzada**

Dinámica de grupo de presentación: Formamos parejas y durante unos 5 minutos cada pareja debe intercambiar información y presentarse. Se pueden compartir los datos que deseen, se les dará alguna sugerencia, como el nombre, edad, hijos/as, aficiones, expectativas respecto al

taller, por ejemplo, pero cada una puede presentarse como desee. Luego cada una presenta a todo el grupo a su compañera.

“La caja de los tesoros”

Dinámica de autoestima: Desde esta primera sesión se les presentará la caja donde cada día introducirán sus cualidades, valores y metas. En esta primera sesión, cada una escribirá algo positivo de sí misma en un papel que luego doblará, escribirá su nombre e introducirá en la caja. El contenido no se compartirá hasta la última sesión.

V. Procedimiento:

- 1) La facilitadora dará la bienvenida a las participantes, las invitará a participar en la dinámica: “Presentación Cruzada”, presentará el programa de intervención: “Creciendo Juntas”
- 2) Se iniciará la sesión presentando el video titulado “Maltrato Sutil”, para luego leer la siguiente situación: “Rosa es una señora de 23 años, desde niña siempre se avergonzaba de su peso corporal, ella se miraba al espejo y se decía “estoy gorda, que vergüenza que siento, escucho que mis amigas se burlan de mí, ya no voy a comer para que no se burlen”. Además de esto, Rosa no quería salir de su casa, “pensaba que la iban a molestar, no participaba en fiestas y cada vez más se alejaba de sus amistades”.
- 3) La facilitadora realizará las siguientes preguntas: ¿Qué hemos observado en esta narración? ¿Por qué creen que Rosa pensaría de esta manera?, ¿Qué pensara Rosa acerca de su cuerpo? Es importante crear un debate entre las participantes. Luego de esto se preguntará: ¿Cómo se sentirá una persona que no se acepta físicamente tal como es?
- 4) La facilitadora dialogará sobre la importancia de aceptar nuestro cuerpo, enfatizando en que es importante reconocer nuestras características físicas tal como somos y

aceptarlo de manera incondicional, la valoración que le demos a nuestro cuerpo debe ir más allá de las opiniones de otras personas. Un auto concepto positivo de nuestro físico influirá en nuestra estima personal, esto nos evitará crearnos complejos, ansiedades, inseguridades, etc. También es importante resaltar a las participantes que aceptarnos físicamente tal como somos lleva a aceptar incondicionalmente a otros sin dar una valoración de “feo” o “bonito”, porque estos conceptos son relativos y están influenciados por la valoración que les da una determinada sociedad. Por ejemplo, algunas personas se pueden sentir mal de tener barritos en el rostro, y sentirse feas por ello, esto les originara limitaciones en su vida social.

- 5) La facilitadora dará ejemplos de personajes célebres, donde resaltará diciendo que, a pesar de tener características físicas limitantes, a ellas no le impidieron lograr sus metas, tenemos el caso de Frida Kahlo (polio) Frida Kahlo fue una pintora mexicana de renombre que ha creado obras notables, la mayoría de ellas autorretratos que reflejan su dolor y tristeza. Ella usaba en sus pinturas colores vibrantes influenciados por las culturas de México. Ella fue la primera artista mexicana de siglo XX cuya obra fue adquirida por un museo internacional. Kahlo contrajo polio a los seis años, lo que le dejó su pierna derecha más delgada que la izquierda, lo que Kahlo disfrazaba usando faldas largas y coloridas. Se ha conjeturado que también sufría de espina bífida, una enfermedad congénita que podrían haber afectado tanto la columna vertebral como el desarrollo de su pierna. Aunque se recuperó de sus heridas y finalmente recuperó su capacidad de caminar, ella estaba plagado de recaídas de dolor extremo para el resto de su vida. El dolor era intenso y muchas veces la dejó recluida en un hospital o postrada en cama por meses. También Marla Runyan (ceguera) a la edad de nueve años, Runyan desarrolló la enfermedad de Stargardt, que es una forma de degeneración macular que la dejó legalmente ciega. Marla Runyan ha sido tres veces campeona nacional en los

5000 metros femeninos. Ella ganó cuatro medallas de oro en los Juegos Paralímpicos de verano de 1992. En 1996 ganó medalla de plata en los Juegos Paralímpicos en el lanzamiento de peso y de oro en el pentatlón. En el año 2000 se convirtió en la primera atleta paralímpica legalmente ciego que compitió en los Juegos Olímpicos de Sydney, Australia. Tiene varios records americanos y en 2001, co-escribió y publicó su autobiografía "Sin Línea de Meta: Mi Vida como yo la veo"

- 6) Seguidamente se reproducirá en la pizarra la cartilla N°1: “Mi Cuerpo es Valioso” para ser desarrollado individualmente por las participantes, es su cuaderno de trabajo. Se les brindara un tiempo de 5 minutos aproximadamente.
- 7) Se preguntará cómo se han sentido durante el ejercicio y solicitará comentarios sobre lo realizado. Se preguntará en que área han tenido mayor dificultad.
- 8) La facilitadora reforzara la importancia de aceptarnos tal como somos, decirles que nuestro cuerpo es único que pueden existir aspectos que nos desagraden, pero ello no significa que debemos sentirnos inferiores y avergonzarnos. Por lo tanto, debemos cuidar nuestro cuerpo aseándolo, nutriéndolo adecuadamente, protegiéndolo de ingesta de sustancias toxicas, y otros riesgos.
- 9) Finalmente se solicita que todas las participantes se pongan de pie para desarrollar la cartilla N° 2: “Valorando nuestro cuerpo”
- 10) Terminando la lectura se pide que intercambien abrazos

VI. Actividades para la casa

- Se pedirá a las participantes que cuando estén en sus casas establezcan un dialogo consigo mismo mirándose al espejo y repitiendo el contenido de la cartilla n° 2.
- Registrar en su cuaderno su experiencia, indicando el día, la hora, el lugar y la emoción que sintió.

Cartilla N° 1

MI CUERPO ES VALIOSO

PARTES DE MI CUERPO QUE MÁS ME AGRADA	PARTES DE MI CUERPO QUE NO ME AGRADA
EJEMPLO:	EJEMPLO:
1.	
2.	
3.	
“MI CUERPO ES VALIOSO Y ME ACEPTO TAL COMO SOY “	

Cartilla N° 2**VALORANDO NUESTRO CUERPO****Instrucciones:**

La facilitadora solicitara a las participantes que cierren los ojos, que escuchen atentamente y que repitan cada oración que vaya leyendo la facilitadora.

- “Mi cuerpo es valioso e importante”.
- “Mi cabello me protege del sol y del frio”.
- “Mis ojos me permiten ver lo que sucede a mi alrededor”.
- “Mi nariz me sirve para oler”.
- “Mi boca me permite decir lo que siento y quiero”.
- “Mis oídos me sirven para escuchar las diversas melodías”.
- “Mis manos me permiten agarrar, tocar, y acariciar”.
- “Mis piernas me permiten trasladarme de un lugar a otro”.
- “Todo mi cuerpo es importante, puedo aprender a cuidar, valorarlo y quererlo.”
- “Yo soy importante”, “Yo soy muy importante”.

“YO SOY ASI Y ME ACEPTO TAL COMO SOY “

SESIÓN: II**EXPRESIÓN Y ACEPTACIÓN DE HALAGOS**

I. Objetivos: Promover la expresión y aceptación de halagos en diferentes entornos.

II. Tiempo: 120 minutos

III. Materiales:

- Plumones
- Papelotes
- Pizarra Acrílica
- Cartilla N° 3: Expresión y aceptación de halagos
- Cuaderno de trabajo

IV. Dinámica:

A cada participante se le pegara un papelote en la espalda y caminaran por todo el espacio las compañeras escribirán un comentario positivo la una a la otra, indicando que no se centren en los aspectos físicos únicamente, sino también en las características de su comportamiento y su relación con otras personas. Ejemplo: “Eres una buena amiga”. “Eres inteligente” “Me agrada cuando participas”. Luego facilitadora preguntará ¿Cómo respondieron al elogio? Solicitar tres participantes para que expresen sus ideas o comentarios en relación con sus respuestas al elogio ¿Estas situaciones parecidas en que nos dan o recibimos halagos suceden con frecuencia en nuestra familia o en el entorno social? Solicitar ejemplo, ¿Cómo nos sentimos cuando esto sucede? ¿Qué emoción aparece en nosotros?

V. Procedimiento:

- 1) Se saluda las participantes y se da a conocer la satisfacción de estar compartiendo esta sesión.
- 2) Solicitar a las participantes que realicen la dinámica antes mencionada.
- 3) Comentar como el expresar comentarios positivos a una persona puede hacer sentir bien (querida, apreciada, importante, etc.) sin que esto signifique que ésta obligado a realizar algo para devolvernos esa expresión.
- 4) Explicar que la aceptación positiva consiste en la aceptación de la alabanza que nos den (elogios, felicitaciones, etc.) pero sin desviarnos del tema principal que nos estamos refiriendo. Ejemplo: “Es verdad, soy una buena dibujante, te lo agradezco, pero no voy a poder hacer el trabajo para mañana.”
- 5) La facilitadora copiaría en la cartilla N° 3: Expresión y Aceptación de Halagos “y pedirá a los participantes que lo reproduzcan en su cuaderno.
- 6) Indicarles que elijan a una compañera y le expresen un elogio, luego observen su respuesta a nivel de gestos y lo que dice, para ser escrita en su cuadro respectivo.
- 7) La facilitadora solicitará a 3 o 4 participantes que lean sus escritos.
- 8) Ahora solicitara a 3 voluntarias para que representen de manera espontánea una situación donde uno de ellas exprese felicitaciones y las otras voluntarias respondan a los halagos.
- 9) Se finalizará preguntando a todos los participantes de cómo se ha sentido con la experiencia.

VI. Actividades para la casa

- Culminar la experiencia con las personas restantes de la cartilla “Expresión y Aceptación de Halagos”

Cartilla N° 3

EXPRESIÓN Y ACEPTACIÓN DE HALAGOS

Personas	Expresando Halagos	Reacción gestual de la persona	Reacción verbal de la persona
Compañeras Del Programa			
Papá			
Mamá			
Hermano(A)			
Amigo (A)			
Hijo (A)			
Otros			

SESION: III**SOLTANDO LA DEPENDENCIA EMOCIONAL**

I. Objetivos: Reconocer su dependencia emocional y capacidad de cambio.

II. Tiempo: 120 minutos

III. Materiales:

- Rotulador
- Papelotes
- Piedras de tamaño mediano
- Cartilla N° 4: Reprogramando la creencia
- Cuaderno de trabajo

IV. Dinámica:

A cada participante se le dirá que recopilen varias piedras de tamaño medio. Luego, con un rotulador, escribe en cada una de ellas los apegos que tienes, ya sea a personas, relaciones, hábitos, objetos... Cuando hayas terminado, reparte las piedras en tus bolsillos o ponlas en una bolsa. Tendrás que cargarlas durante toda la sesión. Al cabo de un rato, comenzarán a pesar y se convertirán en obstáculos. En ese momento, revisa las piedras y elige una para deshacerte de ese apego. Tira esa piedra con determinación y alegría, sintiendo como eres cada vez más ligero. Al final la facilitadora manifestara: tirar una piedra donde esté escrito el nombre de tu pareja, por ejemplo, no significa cortar con esa persona, sino con el tipo de relación que hemos desarrollado, que es lo que genera sufrimiento y dependencia. Lo más interesante del desapego es que nos permite desarrollar un estado emocional y relacional nuevo a partir del cual podemos construir vínculos de calidad. Por supuesto, deshacerse de un apego no es tan sencillo como tirar una piedra, pero este ejercicio te ayudará a tomar conciencia de esas dependencias negativas que has desarrollado.

V. Procedimiento:

1. Se saluda las participantes y se da a conocer la satisfacción de estar compartiendo esta sesión.
2. Se solicitará a las participantes: que escriban o expresen verbalmente sus pensamientos, ideas, imágenes, y emociones que se le vienen a la cabeza cuanto se le realiza la siguiente

pregunta ¿Necesito que me quieran para estar bien? Indicándoles que debe ser de forma espontánea, sin pensar si está bien o mal lo que está pensando o escribiendo.

3. De ahí se les mostrará las siguientes preguntas: ¿qué entiendes por dependencia emocional?, o ¿qué has escuchado a cerca de dependencia emocional? Y para ello a la persona que le caiga un número al azar, será a quién se le haga la pregunta.
4. Luego con la ayuda del PowerPoint Luego, se les explicará sobre la dependencia emocional: definición, características, tipos de vínculos, fase de la relación, entre otros. Se les hará participar, preguntándoles: ¿qué opinan?, acerca del contenido expuesto. También se hará uso de un vídeo:

(https://www.youtube.com/watch?v=rk97oUE_kHM) para poder enriquecer los conocimientos previos.

5. Luego se les pedirá que realicen una frase, la cual definirá a la dependencia emocional, según lo que han entendido sobre el tema.
6. Cierre: También se les preguntará: ¿qué les pareció?, ¿qué aprendieron y que mensaje se llevarán hoy?
7. Se les agradecerá por su atención. Manifestándoles que los volveremos a ver en las siguientes sesiones.

VI. Actividades para la casa:

Se le hará entrega de la cartilla N° 4 “Reprogramando la creencia” la cual llenará en casa y lo traerá la próxima sesión

Cartilla N° 4

REPROGRAMANDO LA CREENCIA:**“NECESITO QUE ME QUIERAN PARA ESTAR BIEN”**

“Necesito que en X (pongas el nombre de tu pareja) y luego pienses “Necesito que me quieran para estar bien” luego responde las siguientes preguntas:

- 1) ¿Es verdad que no te puedas sentir bien si X no te quiere? Si () No ()
- 2) ¿Cómo sabes que no puedes sentirte bien si X no te quiere? Escribe al menos tres pruebas para demostrar esta idea.....
.....
- 3) ¿Puedes afirmar con una certeza del 100% que es absolutamente imposible que te puedas sentir bien si X no te quiere? Si () No ()

Si no puedes afirmar con una certeza del 100% responde a las siguientes preguntas:

- 4) ¿Sé honesta contigo misma y déjate sentir... ¿Cómo te sientes al pensar que necesitas que X te quiera para sentirte bien?.....
- 5) ¿Vamos a permitirnos volar la imaginación... ¿Cómo imaginas que te sentirías si no tuvieras ese pensamiento?.....
- 6) ¿Cómo te comportarías con X si no tuvieras el pensamiento de que necesitas que te quiera para estar bien?
- 7) ¿Cómo imaginas que sería tu vida si no tuviera la idea de que necesitas que te quieran para que tú te sientas bien? Describe con detalle como sería esta otra versión de ti misma en el que no le importe si le quieren o no le quieren.....
.....
.....

Invierta la creencia “Necesito que me quieran para estar bien”

“No necesito que X me quiera para estar bien”

- 8) ¿Qué me hace sentir esta nueva creencia?

“Yo necesito quererme para estar bien “

- 9) ¿Qué me hace sentir esta nueva creencia?

“Necesito querer a X para estar bien”

- 10) ¿Qué me hace sentir esta nueva creencia?.....

SESION: IV**ROMPIENDO MITOS EN NOMBRE DEL AMOR**

I. Objetivo: Identificar los mitos o creencias que tenemos las mujeres con respecto al amor.

II. Tiempo: 120 minutos

III. Material

- Papelotes
- Plumones de colores
- Cinta adhesiva
- Video: Esta es la historia de la amiga de un amigo

https://www.youtube.com/watch?v=YeVZNBHNO4I&index=2&list=PLr4ZtQodnnY6Abwi6yziHpcailnU-T_em

- Cartilla N° 5: “Mitos en nombre del amor”.

IV. Procedimiento:

- 1) Se saluda las participantes y se da a conocer la satisfacción de estar compartiendo esta sesión.
- 2) Se iniciará preguntando: ¿Qué es un Mito? Esperamos la respuesta y aclaramos las ideas.
- 3) Luego se explicará que se leerá en voz alta algunas afirmaciones, y que, tras la lectura de cada una de ellas, quienes consideren que la afirmación es un Mito se pondrán de pie, y quienes consideren que es Realidad permanecerán sentados en su lugar. Leemos en voz alta la primera afirmación que aparece en el Cartilla N° 5 “Mito o Realidad”, decimos: “Mi esposo o conviviente me cela porque me ama”, Damos tiempo para que las participantes que estén de acuerdo con que es MITO se pongan de pie. Pedimos las participantes que se pusieron de pie que expliquen las razones por las cuales consideran que la afirmación es un mito. También pediremos a algunas de las que se hayan quedado sentadas que expliquen por qué consideran que la afirmación es una realidad.
- 4) La facilitadora propiciará un debate entre las opiniones e intentamos guiar la discusión hacia la identificación del mito y realidad. Continuamos con otras afirmaciones y repetimos la dinámica. Luego, preguntamos: ¿Será importante poder identificar los mitos del amor romántico?
- 5) La facilitadora escribirá los aportes de las participantes en el papelote y en base a ello comentamos que los mitos refuerzan los comportamientos violentos y que es

importante primero identificarlos para luego ir cambiando nuestras ideas por pensamientos saludables, que nos ayuden a establecer relaciones de pareja armoniosas.

- 6) Mediante una dinámica formamos grupos. Solicitamos que nombren a su coordinadora hacemos entrega del Cartilla N 5 “Mitos en nombre del amor”. Proponemos a las participantes identifiquen los Mitos sobre el amor romántico presentes y anoten como los podríamos convertir en pensamientos positivos. Escriben sus conclusiones en papelotes y lo exponen.
- 7) Reforzamos los aspectos necesarios. Para reforzar las conclusiones de las participantes presentamos Video: Esta es la historia de la amiga de un amigo: https://www.youtube.com/watch?v=YeVZNBHNO4I&index=2&list=PLr4ZtQodnY6Abwi6yzjHpcaiInU-T_em
- 8) Promovemos que las participantes elaboren conclusiones o ideas fuerza de la sesión trabajada. Proponemos lo siguiente: Con el objetivo de romper los mitos del amor, les pedimos anotar en cartulina o papelote pensamientos saludables en torno al enamoramiento (lo pueden decorar a modo de afiche) y colocamos en un lugar visible del ambiente.

V. Actividades para la casa

Indicamos que en casa reflexionen lo trabajado en la sesión y analicen el contenido de la (Cartilla N° 5 “Mitos en nombre del amor”).

Cartilla N° 5**MITOS EN NOMBRE DEL AMOR**

Un mito es una creencia falsa, pero muy arraigada en la sociedad. Los mitos en nombre del amor son los causantes de que se desarrollen creencias e imágenes idealizadas en torno al amor ideal, que en ocasiones dificulta el establecimiento de relaciones sanas y provoca la aceptación, normalización, justificación o tolerancia de situaciones de control, comportamientos abusivos y ofensivos en las relaciones de pareja. Culturalmente los mitos relacionados a la violencia nutren los comportamientos violentos y son los elementos que refuerzan el abuso o violencia en la relación de pareja.

Mito: “Mi esposo o conviviente me cela porque me ama”.

Realidad: Los celos y el control no son expresión de amor. Si te aman te respetan y confían en ti.

Mito: “Mi esposo o conviviente es violento, pero ya cambiará cuando tengamos hijos”.

Realidad: El tener hijos no conduce a que las parejas violentas cambien, esa actitud incluso puede empeorar con él hijo.

Mito: “Mi esposo o conviviente sería incapaz de hacerme daño”

Realidad: Los celos, el control, las burlas son formas de violencia que no debemos minimizar o dejar pasar.

Mito: “Mi esposo o conviviente me trató mal porque yo lo provoqué”.

Realidad: No hay nada que justifique la violencia. La provocación es un mito que sólo busca justificar o librar de culpas al agresor y hacer sentir mal a la víctima.

Mito: “Si de verdad amo no necesito salir ni estar con nadie más”.

Realidad: Cada quien tiene derecho a tener su propio espacio, a salir con amistades y a tener actividades individuales. No dejes de hacer las cosas que te gustan ni dejes de frecuentar a tus amistades.

Mito: “Mi pareja tiene derecho a exigirme tener intimidad porque es mi pareja”.

Realidad: El hecho de que sea tu pareja no le da el derecho a exigerte tener relaciones sexuales si tú no deseas, tú decides sobre tu cuerpo y nadie tiene Mito: “Los regalos y halagos solucionan los problemas de pareja”.

Realidad: Los halagos y regalos no son una solución frente a los problemas y conflictos en una relación. Menos aun cuando surgen situaciones de violencia, ya que esta tiende a repetirse con mayor intensidad.

Mito: “Solo las relaciones sexuales ayudan a que la pareja se consolide”.

Realidad: Tener relaciones sexuales con amor, seguridad, respeto y responsabilidad es un punto importante en una relación, pero no siempre indica que una relación marchará mejor, ni es sinónimo de seguridad en la relación.

Mito: “Es imposible detectar la violencia en la etapa de enamoramiento”.

Realidad: En toda relación hay señales que pueden alertarnos sobre situaciones de control y violencia, que en un futuro pueden convertirse en actos delictivos más visibles.

Mito: “Los hombres son violentos por naturaleza”.

Realidad: La violencia en las personas no es natural, sino que se aprende. Es responsabilidad de las personas el ejercicio de la violencia.

Mito: “Mi príncipe azul”, “Mi princesa maravillosa

Realidad: El príncipe azul no existe, La princesa que espera el beso de amor tampoco. Los mitos del amor romántico limitan tu autonomía.

Mito: “Mi media naranja”

Realidad: No nos falta nadie para ser completas(os). No somos la mitad de personas; por lo tanto, no necesitamos de otros(as) para seguir adelante.

Mito: “Si me deja, yo me muero”

Realidad: Nadie se murió por dejar una pareja. Solas somos personas únicas y especiales.

Mito: “Más te pego, más te quiero”

Realidad: Nadie tiene derecho a agredir, es necesario aprender a controlar su ira. Las personas confunden el amor con expresiones de posesión, que están asociadas a la agresividad. El amor y el querer tienen que ver con el respeto, la preocupación por el otro, la tolerancia y la aceptación del otro.

Mito: “Tu pareja dejará de ser violento si te comportas bien y haces lo que dice”.

Realidad: Nunca la sumisión detiene la violencia. Una persona violenta tiene problemas para controlar la ira y tú no eres responsable de sus actos. Tiene que buscar ayuda especializada.

Mito: “La forma de vestir de una chica nos indica si es una mujer fácil”.

Realidad: La forma de vestir no nos da el permiso para juzgarla, violentarla o faltarle el respeto. El valor del ser humano no está en su vestimenta. Todos(as) merecemos respeto.

Mito: “Las mujeres tienen que ser vírgenes, los hombres deben tener experiencia sexual”.

Realidad: La sexualidad es algo natural tanto para la mujer como para el hombre. La virginidad y la actividad sexual son alternativas para todas las personas, no son exclusividad de un solo sexo.

Recuerda: Que, si conseguimos derribar estos mitos y construir relaciones de pareja basadas en la libertad y el respeto, y partiendo del amor por una misma tendremos muchas más posibilidades de lograr la felicidad en el terreno del amor. Debemos preguntarnos: ¿qué tipo de relación amorosa estamos viviendo? ¿eso es lo que yo deseo! así podremos identificar la presencia de comportamientos violentos durante nuestra relación de pareja.

SESION: V**EL AUTORESPETO**

I. Objetivo: Comprender y aplicar el respeto en ellas mismas, promoviendo el respeto e igualdad independientemente de su sexo.

II. Tiempo: 120 minutos

III. Material

- Cartilla N° 6: El misterio de la desaparición de Blanca nieves
- Cartilla N° 7: Respetándome y Respetándonos.
- Lapiceros

IV. Procedimiento:

1. La facilitadora dará la bienvenida a las participantes y mostrará su satisfacción por compartir la presente sesión.
2. Se iniciará presentando el siguiente cuento ver cartilla N°6: el cual exhortara a las participantes expresar si en algún momento se han sentido así. Se favorecerá la discusión acerca del tema.
3. Luego con la ayuda del PowerPoint La facilitadora explicará el valor del respeto a las participantes: indicando que el respeto es el reconocimiento, aprecio, valoración propia y consideración hacia nosotras mismas y así hacia las demás. El respeto se da a todo nivel y en todas las personas, entre padres e hijos, entre esposos, conviviente, ex convivientes, etc. Ser figura de autoridad (padres, madre etc) no nos da el derecho a no respetar. Debemos respetarnos a nosotras mismas, a la diversidad cultural, a las diferencias, etnia, género, ideas, posturas, visiones, etc. El respeto es la base para una convivencia de pareja sana y pacífica, para practicarlo es preciso tener una clara noción de nuestros deberes y derechos. Entre los principales derechos tenemos el derecho a la vida y a la libertad; por ejemplo, respeto es tratar bien a una persona, no insultarle ni

gritar, ni ser sarcástico, ni mucho menos golpear etc. También el respeto consiste en considerar los derechos de los demás; por ejemplo, cuando se hace cola, esperando turno, para la atención, nos colocamos en el turno en el que hemos llegado y no nos aprovechamos de alguien conocido para colocarnos adelante.

4. La facilitadora indicará que formen grupos de dos participantes, luego se le indicará que elijan una coordinadora y que utilizando la cartilla N° 7 Respetándome Y Respetándonos” escriban una situación donde se “falta el respeto”, sea en la calle, casa, barrio etc.
5. Luego se indicará reestructurar la situación, es decir, modificar la situación de falta de respeto hacia una acción donde se practique el respeto.

Una representante de cada grupo leerá la propuesta para modificar la situación y con sugerencia de las participantes se consolidará dicha propuesta.

“El auto respeto es la base de una adecuada autoestima “

Cartilla N° 6**EL MISTERIO DE LA DESAPARICIÓN DE BLANCA NIEVES**

Un día, al llegar a casa, los siete enanitos descubrieron que Blanca nieves no estaba. Habrá salido a hacer la compra – dijo uno. Tal vez simplemente esté intercambiando trucos de limpieza en el pueblo con las otras mujeres – dijo un tercero. Mientras viene, vayamos cenando. Pero la cena no estaba en la mesa. Estará en el puchero – dijo uno. O tal vez en el horno – dijo otro. Quizá la haya dejado en la fresquera, si nos ha hecho una cena fría – dijo un tercero. Pero la cena no aparecía por ninguna parte. Ni tampoco nada que hiciera sospechar que Blanca nieves hubiera empezado a prepararla. ¡La han raptado ¡- dijo uno. ¡¿Qué vamos hacer ahora?¡ - dijo otro. ¡Vayamos a buscarla ¡- dijo un tercero. Los siete enanitos salieron corriendo y empezaron a gritar. Tanto gritaron que se acercaron personajes de todas partes, y todos se asustaron. Debemos organizarnos para localizarla antes de que llegue la bruja con la manzana envenenada – dijo uno – Si no muerde la manzana el cuento está perdido. En esto apareció blanca nieves, con el pelo revuelto y el vestido hecho una pena. ¿Dónde estabas? - preguntó un enanito ¿Has ido por la cena? – dijo otro. ¡No te da vergüenza ir con esa pinta ¡- dijo otro – Así no va una señorita de tu categoría. He salido a pasear y me he caído por una pendiente – dijo Blanca nieves – Sois unos groseros, unos desconsiderados y unos desagradecidos. Que, si os hago la cena, si has limpiado la casa es porque en algo tendré que colaborar, ya que me das cobijo. Pero me tratas como a una criada, como si por ser mujer yo tuviera que cargar yo con todo. ¡Así que, a partir de ahora, o me tratan con más respeto o me voy del cuento ¡Los enanitos se quedaron tan mudos como Mudio! Poco a poco empezaron a caminar hacia la casa, en fila, como siempre, pero sin silbar. Ya en casa se organizaron para limpiar, hacer la cena y prepararle un baño a Blanca nieves. La pobre lo había pasado muy mal. Todos se disculparon y prometieron tratarla con más respeto. Y así pudo continuar el cuento.

Autora: Eva María Rodríguez

RESPETANDOME Y RESPETANDONOS

N°	SITUACIÓN QUE OCURRE	SITUACIÓN MODIFICADA	COMPROMISO
1			
2			
3			

SESION: VI**LA MEJOR DECISIÓN**

I. Objetivo: Conocer y aplicar el proceso de toma de decisiones.

II. Tiempo: 120 minutos

III. Material

- Cartilla N° 8: ¿Qué decisión tomare?
- Hoja de papel y lapicero

IV. Procedimiento:

1. Saludar a las participantes mostrando satisfacción por compartir la presente sesión y comentar brevemente la sesión anterior y comenzar con la siguiente frase: “Pregúntate, si lo que estás haciendo hoy te acerca al lugar en el que quieres estar mañana”. Autor Walt Disney.
2. La facilitadora pedirá a cuatro participantes para escenificar la siguiente situación: “Lucia tiene su pareja el cual se llama Juan, en una oportunidad se encontró con su amiga en el mercado y está le conto que en el Ceo estaban dictando clases de repostería que a ella le gustan, sin embargo ella se puso a pensar pero a Juan no le gusta que estudie porque dice que seguro me voy a chismear o buscar marido y además si me voy a estudiar quien va a cuidar de mis hijos por ello María estaba muy indecisa, si decirle a su pareja o simplemente dejar esa posibilidad...”
3. La facilitadora propiciará u debate preguntando ¿Qué observamos en esta situación?, ¿Qué decisión habrá tomado María?, ¿Qué alternativa habrá pensado?
4. Luego del debate la facilitadora preguntará, ¿En qué situaciones nos es difícil tomar una decisión?, ¿Nos sucede esto con frecuencia en la casa? Solicitar 2 ó 3 ejemplos

5. Cuando las personas toman decisiones equivocadas, usualmente ¿Cómo se sienten?

Propiciar la participación de dos participantes.

6. Para tomar una decisión acertada es necesario analizar el problema, luego proponer y elegir la(s) alternativas saludables.

Los pasos para tomar una decisión acertada son seis

1. Definir cuál es la situación a resolver: percibir y delinear cual es el motivo de preocupación, la situación, el problema, para lo cual se buscará información, se evaluará y se definirá.
2. Proponer las alternativas: generar y considerar diferentes alternativas (lluvia de ideas), mínimamente puede ser cinco.
3. Considerar el Pro y el contra de cada alternativa: seleccionar las alternativas deseables y no deseables, en base a sus consecuencias.
4. Elegir la(s) mejor(es) alternativas(s): esto se hará en función a la (s) alternativas que presente mayores consecuencias positivas.
5. Ejecutar la(s) alternativas(s) elegida(s): implementarlas y ponerlas en práctica.
6. Evaluar el resultado: se realizará, después de haber ejecutado la(s) alternativas elegidas; a corto, mediano o largo plazo; la evaluación será positiva: si el problema a resolver ha disminuido o se ha solucionado ante lo cual se premiarán realizando conductas que más le agradan y/o con auto mensajes positivos, para reforzar esta habilidad y su autoestima. Ejemplo “me siento orgullosa de haber sido responsable”. La evaluación será negativa: si el resultado ha sido desfavorable, entonces considerar y analizar la(s) otras alternativas, o aplicar nuevamente los pasos de la toma de decisiones.
7. La facilitadora dividirá el salón en grupos, luego solicitará que se organicen eligiendo una moderadora.

8. Se indicará que cada grupo deberá aplicar los pasos del proceso de toma de decisiones para desarrollar la cartilla N° 8 “Qué decisión tomaré?”, en aproximadamente 15 minutos.
9. Se invitará a representantes de 1 ó 2 grupos para que exponga cuál ha sido la mejor decisión de acuerdo a la cartilla.
10. La facilitadora concluirá reforzando los pasos para tomar la mejor decisión y enfatizará que:
 - No siempre la primera reacción es la mejor opción a tomar.
 - Es importante darse un tiempo para tomar una buena decisión.
 - La persona que ejecuta la decisión, basada en las alternativas consideradas, es la responsable de los resultados obtenidos sean los esperados o no.

Recuerda:

“Un deseo no cambia nada, una decisión cambia todo”

Cartilla N° 8**¿QUÉ DECISIÓN TOMARÉ?**

Martha se le presenta la oportunidad de entrar a trabajar en un programa donde podrá desarrollar habilidades y competencia de organización, gestión, y liderazgo para lo cual ella está preparada y el sueldo que le pagaran servirá para ayudar económicamente a su familia, sin embargo, su pareja no quiere que trabaje porque dice que si lo hace va a descuidar a sus hijos y que si insiste en hacerlo él le va a quitar a sus hijos por ser mala madre y por ende no sabe qué decisión tomara.

Siguiendo los pasos descritos expéranos ¿Cuál sería la mejor decisión a tomar?

Pasos para una decisión acertada

1. Definir cuál es el problema: ¿Cuál es el motivo de preocupación?, ¿Cuál es la situación?, ¿Cuál es el problema?; si no está claro, se buscará más información
2. Proponer las alternativas: Considerar varias alternativas, mínimo 5.
3. Considerar los pros y contras de cada alternativa: Analizar cada alternativa base a sus consecuencias.
4. Elegir la(s) mejor(es) alternativa(s): Se hará en función a la (s) alternativa(s) que presente más probabilidades positivas.
5. Ejecutar la(s) alternativa(s) elegida(s): Poner en práctica la (s) alternativas(s) elegida(s).
6. Evaluar el resultado: Se realizará, después de haber ejecutado la(s) alternativas(s) elegida(s); es positivo si el problema disminuye o desaparece, ante lo cual felicítense.

Es **negativo** si el problema sigue igual o peor, entonces vuelva desde el principio a aplicar los pasos de **toma de decisiones**.

SESION: VII**PROYECTO DE VIDA**

I. Objetivo: Promover en las participantes la elaboración de sus proyectos de vida.

II. Tiempo: 120 minutos

III. Material

- Cartilla N° 9: Mi proyecto de vida
- Lapicero
- Cuaderno

IV. Procedimiento:

1. Saludar a las participantes mostrando satisfacción por compartir la presente sesión.
2. La facilitadora solicitará a cuatro participantes que escenifiquen la siguiente situación:

Estefanía vivía con su pareja con la cual tuvo dos hijos, sin embargo los constantes golpes, insultos y humillaciones decidió separarse de su pareja, pero ella todavía sentía algo por él, no tenía claro lo que haría cuando se separa de su pareja, se encontraba desorientada, su mamá le decía pero hija tú puedes salir adelante, su padre le decía que trabaje, además sus amigas le aconsejaban estudia una carrera a distancia ya sea técnica o universitaria, Estefanía estaba confundida para lo cual no sabía qué hacer”.
3. Luego la facilitadora preguntará ¿Qué observamos en la situación anterior?, ¿Por qué esta confundida Estefanía?, propiciar un debate.
4. Luego del debate se indagará” ¿situaciones como la anterior en la que no sabemos qué hacer, nos suceden con frecuencia?”, Motivar a que ejemplifiquen con dos o tres situaciones. La facilitadora añadirá ¿si las personas se encuentran confundidas por no saber qué hacer en un futuro próximo, ¿cómo se sentirán?, motivar la intervención de 2 o 3 participantes.

5. La facilitadora explicará lo siguiente: “El proyecto de vida” es tomar la decisión del camino que debemos seguir para lograr las metas que nos proponemos y vivir como lo proyectemos, basados en nuestra realidad.” **Para elaborar nuestro proyecto de vida existen los siguientes pasos:**

1. Diagnostico personal: es el punto de partida para el cual se utiliza y desarrolla la

técnica FODA que consiste en reconocer ¿Quién soy, ¿Cómo soy, ¿dónde y con quién vivo?; las características positivas representan las fortalezas que tiene la persona; el apoyo del entorno que recibe representa las oportunidades que le sirven para facilitar o impulsar cualquier meta que quiere lograr; por ejemplo, para ser técnica en computación es importante la persistencia, responsabilidad de la persona. Por otro lado, también en el FODA se observan las características negativas de la persona que representa las debilidades como desgano, ociosidad, conformismo, etc. Y las condiciones desfavorables de su entorno (la indiferencia de algunas instituciones o empresas) que representan las amenazas, ambas impiden, obstaculizan, bloquean cualquier meta que quiera lograr; por ejemplo, si la mujer quiere realizar sus prácticas de computación en una empresa, pero es irresponsable (personal), o cuando no se acepta a una mujer cuando está embarazada, o tiene hijos ya que piensa que no va a rendir como las demás (externo)

2. Visión personal: después de saber: quién eres, cómo eres, donde y con quién vives; debes de visionar, pensar cómo te gustaría estar de aquí a 5 años, “¿cuál es tu ilusión, tu deseo, tu esperanza?; estarás trabajando ¿en qué?, ¿estudiando una profesión?, ¿cuál? O ¿estarás como madre de familia?, Recuerda “una visión sin acción es un sueño y en sueño queda”.

3. Misión Personal: después de saber qué quieres ser en el futuro, debes pensar ¿cómo hacer? Realidad tu pensamiento, tus ideales, que camino debes seguir y las metas a

cumplir en cada parte del camino, por ejemplo: cómo lograr organizar mi tiempo para terminar mi carrera ya sea técnica o universitaria, o como tener financiamiento para un negocio

6. Luego de la explicación se repartirá a las participantes la cartilla N° 9: **Mi Proyecto de vida** y motivar para que cada una según los pasos elabore su proyecto de vida.
7. La facilitadora pedirá que expongan 2 o 3 participantes voluntarias, sus proyectos de vida, a los que reforzará cognitivamente y socialmente.

V. Actividad para la casa

La tarea será autoevaluación de mis fortalezas, oportunidades, debilidades, amenazas sobre mi proyecto de vida.

Recuerda:

*“Si no tienes un objetivo o un proyecto de vida **créalo** así de sencillo”*

Cartilla N° 9

MI PROYECTO DE VIDA

- 1. Diagnostico personal:** mis fortalezas (características positivas) y las oportunidades (apoyo de tu familia y /o familiares), que me ayudarán a lograr mis metas. También describir mis debilidades (características negativas) y /o amenazas o situaciones de mi entorno que podrían impedir el logro de mis metas.
- 2. Visión Personal:** es pensar qué me gustaría ser en mi futuro cercano (en 5 años) (Acuérdate que es algo que si se pueda cumplir)
- 3. Misión Personal,** es ¿Cómo hacer? Realidad mi pensamiento (visión), ¿Qué debo hacer para lograr mi meta? (Empezar con el paso 1, luego el 2 y finalmente el 3)

1. Diagnostico Personal	2. Visión	3. Misión
Fortalezas (Ej. Soy hábil en hacer postres)	(¿Qué quiero ser? ¿Cómo me veo en 5 años?; ¿Cuál es mi meta?)	(¿Cómo lograre esa meta?; ¿Qué debo hacer?)
Oportunidades (Ej. Hay un concurso de becas)		
Debilidades (Ej. No siempre soy puntual)		
Amenazas (Ej. No siempre soy persistente en mis metas)		

SESION: VIII**ORGULLOSA DE MIS LOGROS**

I. Objetivo: Fomentar la identificación de sus logros sintiéndose orgullosas de ello.

II. Tiempo: 120 minutos

III. Material

- Cartilla N°10: Reconociendo mis logros.
- Cuaderno de trabajo

IV. Procedimiento:

1. La facilitadora dará la bienvenida a las participantes y mostrará su satisfacción por compartir la presente sesión.
2. Se iniciará comentando la siguiente situación: Pedro esposo de María, un día él le dice: “que ella no era nadie y que todavía no había logrado nada en su vida”
3. La facilitadora realizara las siguientes preguntas: ¿Qué observamos en esta situación?, ¿María se habrá dado tiempo para pensar en sus logros?, ¿sucede con frecuencia que las mujeres piensen en los logros obtenidos? Aquí la facilitadora propiciará un debate sobre sus respuestas.
4. Se pedirá ejemplos a las participantes de cómo se sentirá una persona que no reconoce sus logros.
5. La facilitadora explicará que la autoestima se construye de la valoración que le damos a nuestros objetivos alcanzados, metas, proyectos, deseos, etc. Este grado de satisfacción repercutirá en la seguridad personal para continuar asumiendo nuevos compromisos y retos que la persona se plantee.
6. Se explicará que en nuestra vida hemos alcanzado muchas cosas, pero pocas veces hacemos una reflexión sobre ello, una acción positiva realizada puede ser considerada un logro. Se dará algunos ejemplos como: concluir la primaria para una persona puede

ser un logro alcanzado, haber participado en un concurso de crianza de cuyes también puede ser un logro, entre otros.

7. Se les entregará a las participantes la cartilla N° 10 “Reconociendo mis logros”, indicándoles que escriban su experiencia de logros en el ámbito de la personal, de familia y de la comunidad.
8. Luego que hayan concluido la cartilla la facilitadora solicitará a las participantes para que lean sus escritos. Es importante anotar que por cada participación se le reforzará con palabras de felicitación por los logros alcanzados. Se les indicará que cierren sus ojos y revivan en imágenes lo que han escrito para experimentar la satisfacción de logro.
9. Finalmente se realizará una clausura de las sesiones agradeciendo a las participantes por su motivación en todas las sesiones del programa y se les reforzará la práctica permanente de lo aprendido en estas sesiones en su vida diaria, así mismo se les exhortará a escribir sus compromisos con ellas misma.

RECONOCIENDO MIS LOGROS

En Mi Área Personal He Logrado	En mi área de familia he logrado	En mi comunidad he logrado
POR TODO MIS LOGROS ME SIENTO MUY ORGULLOSA		

*“Una manera de hacer crecer nuestra autoestima es sintiéndonos
orgullosas de nuestros logros”*

COLOCAR MIS COMPROMISOS CONMIGO MISMA

Me valoro, me quiero, me respeto y luchare por alcanzar mis objetivos, me veo capaz de ello.

ANEXO II

INVENTARIO DE AUTOESTIMA VERSIÓN ADULTOS

FICHA TECNICA

Nombre: Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith, (SEI) versión Adulta.

Autor : Stanley Coopersmith.

Administración : Individual y colectiva.

Duración : Aproximadamente 15 a 20 minutos.

Niveles de aplicación : de 16 años de edad en adelante.

Finalidad : Medir las actitudes valorativas hacia el Sí Mismo, en las áreas: Personal, Familia y Social de la experiencia de un sujeto.

AUTOESTIMA:

Stanley Coopersmith (1969), considera a la autoestima como la parte evaluativa y valorativa de nosotros mismos. Constituida por el conjunto de creencias y actitudes de una persona sobre sí mismo en 1981, Coopersmith corrobora sus definiciones afirmando que la autoestima es como la evaluación que una persona realiza y mantiene comúnmente sobre sí mismo, se expresa a través de sus actitudes de aprobación y desaprobación, indicando el grado en que cada persona se considere capaz, significativa, competente y exitosa. Añade además que no está sujeta a cambios transitorios, sino más bien es estable al tiempo aceptando que en determinados momentos se dan ciertos cambios, expresado en las actitudes que toma sobre sí mismo.

NIVELES DE AUTOESTIMA:

Autoestima baja: manifiesta que este nivel de autoestima implica un sentimiento de insatisfacción y carencia de respeto por sí mismo. Presentan un cuadro de desánimo, depresión y aislamiento, incapacidad de expresión y de defensa propia. Se observa también debilidad para hacer frente y vencer las deficiencias. En situaciones grupales el individuo se siente temeroso a provocar el enfado de los demás, mostrándose pasivo y sensible a la crítica. Además, se observa sentimientos de inferioridad e inseguridad.

Autoestima media: se trata de personas que muestran características similares a los del nivel alto, no obstante, se evidencian en menor magnitud, sin embargo, refleja inconvenientes con en el auto concepto. No obstante, suelen mostrarse optimistas y con la capacidad de aceptar críticas, sin embargo, con tendencia a sentir inseguridad en cuanto a la apreciación por los demás y por su persona. Por esta razón, se estima que tienen a presentar autoafirmaciones positivas más moderadas en su aprecio de la competencia, significación y expectativas

Autoestima alta: refiere que las personas con alta autoestima mantienen imágenes constantes de sus capacidades y/o habilidades, desempeñan un rol más activo en sus grupos sociales, expresan sus puntos de vista con frecuencia y afectividad. Tienen un gran sentido de amor propio, cometen errores, pero están inclinados a aprender de ellos.

DESCRIPCION DEL INSTRUMENTO:

El inventario de Autoestima de Coopersmith fue planteado en el año 1969, es un instrumento traducido y validado por Panizo en Lima en 1985, aplicable desde los 16 años en adelante. De acuerdo al análisis del inventario de referencia se puede observar que a diferencia de la versión Escolar (original). El Inventario de Autoestima de Coopersmith para Adultos toma como referencia los primeros 25 ítems del primer inventario en mención, modificando los reactivos correspondientes al de las áreas “hogar Padres” por el de “Familia” (06 reactivos), y unifica las

áreas “Social Pares y Escolar” en uno solo, al que denomina “Área Social (07 reactivos); y con relación al contenido de los ítems, estos son similares a los que se mencionan en el inventario original.

Está compuesto por 25 ítems, en los que no se encuentran incluidos ítems correspondientes a la escala de mentiras.

La prueba se encuentra diseñada para medir las actitudes valorativas con adolescentes y adultos a partir de los 16 años de edad en adelante.

Los ítems se deben responder de acuerdo a si el sujeto se identifica o no con cada afirmación en términos de verdadero o falso.

Los 25 ítems del inventario generan un puntaje total, así como puntajes separados en tres áreas:

- I. **SI MISMO GENERAL:** El cual refieren a las actitudes que presenta el sujeto frente a su auto percepción y propia experiencia valorativa sobre sus características físicas y psicológicas.
- II. **SOCIAL:** Se encuentra construido por ítems que refieren las actitudes del sujeto en el medio social frente a sus compañeros o amigos. Así como sus referentes a las vivencias en el interior de instituciones educativas de su rendimiento académico o profesional.
- III. **FAMILIA:** Expone ítems en los que se hace referencia a las actitudes y/o experiencias en el medio familiar con relación a la convivencia.

ADMINISTRACIÓN

La administración puede ser llevada a cabo en forma individual o grupal (colectivo). Colectiva y tiene un tiempo aproximado de 20 minutos.

PUNTAJE Y CALIFICACIÓN

El puntaje máximo es de 100 puntos. Cada respuesta vale un punto, así mismo un puntaje total de autoestima que resulta de la suma de los totales de las sub escalas multiplicadas por 4 (cuatro) La calificación es un procedimiento directo, el sujeto debe responder de acuerdo a la identificación que se tenga o no con la afirmación en términos de verdadero (tal como a mi) o Falso (No como a mi) Los puntajes se obtienen haciendo uso de la clave de respuesta se procede a la calificación. El puntaje se obtiene sumando el número de ítem respondido en forma correcta (de acuerdo a la clave) y multiplicando éste por dos (4), siendo al final el puntaje máximo 100.

CLAVES DE RESPUESTA

Items Verdaderos: 1,4,5,8,9,14,19,20

Items Falsos: 2,3,6,7,10,11,12,13,15,16,17,18,21,22,23,24,25.

SUB ESCALAS:

- I. SI MISMO GENERAL: (13 ITEMS) 1,3,4,7,10,12,13,15,18,19,23,24,25.
- II. SOCIAL: (6 ITEMS) 2,5,8,14,17,21.
- III. FAMILIA (6 ITEMS) 6,9,11,16,20,22.

CATEGORIAS

Los intervalos para cada categoría de autoestima son:

De 0 a 24	Nivel de Autoestima Bajo
25 a 49	Nivel de Autoestima Medio bajo
50 a 74	Nivel de Autoestima Medio alto
75 a 100	Nivel de Autoestima Alto

VALIDEZ Y CONFIABILIDAD

El instrumento ha sido utilizado en varias investigaciones en los últimos cinco años, en un estudio se trabajó con una muestra de 36 participantes de la Clínica Estomatológica de la UPAO (2014) de Lima Perú, mediante la cual se determinó la confiabilidad del instrumento utilizando el “Coeficiente alfa de crombach” donde el alfa obtenida fue de 0.865. podemos afirmar que el test mide lo que pretende medir.

ANEXO III

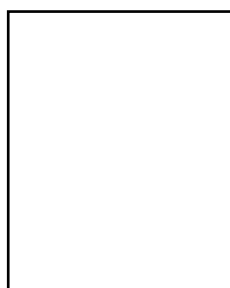
CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo _____

Identificada con número de DNI _____ después de haber sido informada sobre el Programa de Intervención en Autoestima para mujeres en situación de violencia por su pareja y estando de acuerdo, doy el consentimiento para que se realice las preguntas, así como para que se apliquen las pruebas o instrumentos psicológicos correspondientes, comprometiéndome voluntariamente a asistir a las sesiones del Programa de Intervención en Autoestima para mujeres en situación de violencia por su pareja denominado “Creciendo Juntas”

Lugar: _____ día: _____ mes: _____ año: _____

Firma: _____



Impresión Dactilar

CUESTIONARIO ANÓNIMO DE EVALUACIÓN FINAL DEL PROGRAMA

EVALUACION DEL PROGRAMA "CRECIENDO JUNTAS"

Por favor, rellena este cuestionario colocando una X en la casilla correspondiente y añade en las observaciones todos los comentarios que consideres oportunos.

Los números corresponden a la siguiente escala:

1	2	3	4	5	6
Totalmente inadecuado	Bastante inadecuado	Algo inadecuado	Algo adecuado	Bastante adecuado	Totalmente adecuado

Valoración del programa:	1	2	3	4	5	6
¿Cómo valoras el programa en su conjunto?						
¿Qué te han parecido los contenidos de las sesiones del programa? ¿Ha respondido a tus expectativas?						
¿La metodología utilizada en las sesiones? ¿Ha respondido a tus expectativas						
¿Te ha servido para mejorar en algún aspecto?						
¿Cómo valoras a la facilitadora del programa en su conjunto						
¿Volverías a participar en un programa de estas características?						
INDICA QUÉ PARTE DEL PROGRAMA TE HA PARECIDO MÁS INTERESANTE Y PORQUÉ:						
¿QUÉ HAS APRENDIDO?						
¿CÓMO TE HAS SENTIDO?						
¿QUÉ QUITARÍAS, CAMBIARÍAS...?						

Si quiere puedes añadir detrás cualquier otra observación. Gracias por tu colaboración.

Nota: Cuestionario para desarrollar por las participantes del Programa.

ANEXO V**Cuestionario de características sociodemográficas y tipo de maltrato****➤ Datos Generales:**

- Edad: _____
- Tiempo de exposición a la violencia:
1 y 2 años () entre 2 y 5 años () entre 5 y 10 años () más de 10 años ()
- Situación actual afectiva:
Casada / Separada / Divorciada / Conviviente
- Ocupación: _____
- Grado de instrucción: Sin instrucción () Técnico Incompleto ()
Primaria Incompleta () Técnico Completo ()
Primaria Completa () Universidad Incompleta ()
Secundaria Incompleta () universidad Completa ()
Secundaria Completa ()
- Tipo de violencia:
Física () Psicológica () Sexual () Económica ()
- Número de hijos: _____
- Lugar de Nacimiento: _____

Evaluación del programa: Cuestionario para evaluar el programa a cumplimentar por la facilitadora. Cada aspecto se valorará de 1 a 5 teniendo en cuenta que:

1. = muy mal, muy poco, **2.** = mal, poco, **3.** = normal, suficiente. **4.** = bien, contento. **5.** = muy bien, muy contento, juicio muy positivo.

ASPECTOS A EVALUAR	1	2	3	4	5
COMPROMISO Y NIVEL DE ACEPTACIÓN					
Asistencia de las participantes al programa					
Interés mostrado durante las explicaciones					
Compromiso de las participantes					
Nivel de asistencia durante las sesiones					
Grado de satisfacción general					
Continuidad del programa					
LOS RECURSOS					
Adecuación de los recursos a las necesidades					
Han sido suficientes					
Han ayudado a conseguir los propósitos					
Disponibilidad de los mismos					
LA TEMPORALIZACIÓN					
La distribución temporal del programa ha sido correcta					
Se ha ajustado a las necesidades de las participantes					
Ha permitido un desarrollo progresivo de las actuaciones					
Ha facilitado la ejecución del programa					
ESPACIO UTILIZADO					
A sido suficiente					
Ha obligado a introducir modificaciones					

Ha estado siempre disponible					
LA PLANIFICACIÓN					
El estudio previo de la situación fue correcto					
La planificación fue la que se requería					
Ha servido para estructurar la actuación					
Facilitó la ejecución del programa					
LAS ESTRATEGIAS					
Se han elegido las estrategias adecuadas					
Han sido ajustadas a la realidad					
Han sido ágiles y operativas					
Han estado basadas en los objetivos					
PUESTA EN PRÁCTICA					
Se ha desarrollado según lo establecido					
Ha obligado a introducir modificaciones					
La aplicación del programa ha sido la prevista					



UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADEMICO

N° 270-VIRTUAL

Siendo las 09:00 horas, del día Lunes 11 de abril de 2022, se reunieron vía online mediante la plataforma virtual Google Meet <https://meet.google.com/xpd-mwcv-tyf>, los miembros del jurado designados mediante Resolución N° 1791-2021-V-D-NG-FACHSE, de fecha 15 de noviembre de 2021, integrado por:

Presidente : **Dr. Jorge Isaac Castro Kikuchi**
 Secretario : **M. Sc. Mónica Elena Muñoz Taglioli**
 Vocal : **Dra. Nancy Liliana Heredia Carhuapoma**
 Asesor Metodológico : **Dr. Juan Antonio Seclén Flores**



La finalidad es evaluar el Trabajo Académico Profesional titulada: **"PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN AUTOESTIMA PARA MUJERES EN SITUACIÓN DE VIOLENCIA POR SU PAREJA EN EL CEM DE SANTA CRUZ – CAJAMARCA -2019"**, presentada por **SEBASTIANI CHAVEZ MARIELA GIANINNA**, para obtener el Título de Segunda Especialidad Profesional con mención en Psicología Forense, Criminal y Penitenciaria. Producido y concluido el acto de sustentación, de conformidad con los artículos 131 al 140 del Reglamento General del Vicerrectorado de Investigación (aprobado con Resolución N° 0182020-CU de fecha 10 de febrero del 2020); los miembros del jurado procedieron a la evaluación respectiva, haciendo las preguntas, observaciones y recomendaciones al(los) sustentante(s), quien(es) procedió (eron) a dar respuesta a las interrogantes planteadas.

Con la deliberación correspondiente por parte del jurado, se procedió a la calificación de la Tesis, obteniendo un calificativo de 19 en la escala vigesimal, que equivale a la mención de **MUY BUENO**.

Siendo las _____ horas del mismo día, se dio por concluido el acto académico online, con la lectura del acta y la firma de los miembros del jurado.

Dr. Jorge Isaac Castro Kikuchi
PRESIDENTE

M. Sc. Mónica Elena Muñoz Taglioli
SECRETARIO

Dra. Nancy Liliana Heredia Carhuapoma
VOCAL

OBSERVACIONES: _____

El presente acto académico se sustenta en los artículos del 39 al 41 del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo (aprobado con Resolución N° 270-2019-CU de fecha 4 de setiembre del 2019); la Resolución N° 407-2020-R de fecha 12 de mayo del 2020 que ratifica la Resolución N° 004-2020-VIRTUAL-VRINV del 07 de mayo del 2020 que aprueba la tramitación virtualizada para la presentación, aprobación de los proyectos de los trabajos de Investigación y de sus Informes de Investigación en cada Unidad de Investigación de las Facultades y Escuela de Posgrado; la Resolución N° 0372-2020-V-D-NG-FACHSE de fecha 21 de mayo del 2020 y su modificatoria Resolución N° 0380-2020-V-D-NG-FACHSE del 27 de mayo del 2020 que aprueba el INSTRUCTIVO PARA LA SUSTENTACIÓN DE TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN Y TESIS VIRTUALES.



**UNIVERSIDAD NACIONAL
PEDRO RUIZ GALLO**
Lambayeque
**FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES
Y EDUCACIÓN**
UNIDAD DE POSGRADO



DRA. YVONNE DE FÁTIMA SEBASTIANI ELIAS
DIRECTORA DE LA UNIDAD DE INVESTIGACION FACHSE

CONSTANCIA DE AUTENTICIDAD

PSC. JUAN ANTONIO SECLÉN FLORES, Docente Invitado, el debido control de originalidad de la investigación, el mismo que está dentro de los parámetros establecido en la guía para el informe **Profesional de Segunda Especialidad, en Psicología Forense, criminal y Penitenciaria** según la Directiva establecida vigente; además certifico que la versión que hace entrega es la versión final del informe presentado por Licencia en psicología Mariela Gianinna Sebastiani Chávez, su informe técnico profesional **“PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN AUTOESTIMA PARA MUJERES EN SITUACIÓN DE VIOLENCIA POR SU PAREJA EN EL CEM DE SANTA CRUZ- CAJAMARCA -2019”** Se deja constancia de la autenticidad de su investigación antes indicada cumple **INFORME TÉCNICO PROFESIONAL** (Especialidad de Psicología Forense, Criminal y Penitenciaria) De acuerdo al glosario de términos establecido por La SUNEDU, anexo N° 1, el informe técnico profesional constituye una variante (formato) de TRABAJO ACADÉMICO, otorgándose el pase para continuar con su trámites para su respectivo sustentación.

Es cuanto tengo que informar a Ud. Señor Director del Programa.

Docente PSE -FACHSE-UNPRG

Chiclayo 20/04/2020.

Informe Técnico Profesional

INFORME DE ORIGINALIDAD

20%

INDICE DE SIMILITUD

17%

FUENTES DE INTERNET

4%

PUBLICACIONES

7%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.upeu.edu.pe

Fuente de Internet

1%

2

repositorio.ucv.edu.pe

Fuente de Internet

1%

3

Submitted to Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote

Trabajo del estudiante

1%

4

repositorio.uap.edu.pe

Fuente de Internet

1%

5

repository.ucatolica.edu.co

Fuente de Internet

1%

6

www.dykinson.com

Fuente de Internet

1%

7

repositorio2.udelas.ac.pa

Fuente de Internet

<1%

8

www.mujeresparalasalud.org

Fuente de Internet

<1%

9

repositorio.untrm.edu.pe

Fuente de Internet

<1 %

10

distancia.udh.edu.pe

Fuente de Internet

<1 %

11

Submitted to Aliat Universidades

Trabajo del estudiante

<1 %

12

es.slideshare.net

Fuente de Internet

<1 %

13

www.cicadh.com

Fuente de Internet

<1 %

14

Leônidas de Albuquerque Netto, Maria Aparecida Vasconcelos Moura, Giuliana Fernandes e Silva, Lucia Helena Garcia Penna et al. "Mulheres em situação de violência pelo parceiro íntimo: tomada de decisão por apoio institucional especializado", Revista Gaúcha de Enfermagem, 2015

Publicación

<1 %

15

repositorio.unap.edu.pe

Fuente de Internet

<1 %

16

observatorioviolencia.pe

Fuente de Internet

<1 %

17

nanopdf.com

Fuente de Internet

<1 %

18	Submitted to Universidad Nacional del Centro del Peru Trabajo del estudiante	<1%
19	repositorio.uct.edu.pe Fuente de Internet	<1%
20	Submitted to CONACYT Trabajo del estudiante	<1%
21	Submitted to Corporación Universitaria Minuto de Dios, UNIMINUTO Trabajo del estudiante	<1%
22	www.redciudades.org Fuente de Internet	<1%
23	www.toleranciacero.gva.es Fuente de Internet	<1%
24	repositorio.ute.edu.ec Fuente de Internet	<1%
25	www.tdx.cat Fuente de Internet	<1%
26	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	<1%
27	hdl.handle.net Fuente de Internet	<1%
28	bbpp.observatorioviolencia.org Fuente de Internet	<1%

29	Submitted to Pontificia Universidad Catolica del Peru Trabajo del estudiante	<1%
30	repositorio.unc.edu.pe Fuente de Internet	<1%
31	redespsicologicas.blogspot.com Fuente de Internet	<1%
32	Submitted to Universidad Pontificia de Salamanca Trabajo del estudiante	<1%
33	1library.co Fuente de Internet	<1%
34	Lucía Barboni Pekmezian, Natalia Bonilla Armada. "Evaluación psicológica en el ámbito forense: la libertad anticipada en el contexto uruguayo", Ciencias Psicológicas, 2018 Publicación	<1%
35	en.calameo.com Fuente de Internet	<1%
36	Submitted to Universidad Tecnológica Indoamerica Trabajo del estudiante	<1%
37	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	<1%
38	docplayer.es Fuente de Internet	<1%

39	Submitted to Universidad de Almeria Trabajo del estudiante	<1%
40	Yordanis Enríquez-Canto, Yonathan Josué Ortiz-Montalvo, Katherine Jenny Ortiz-Romaní, Giovani Martín Díaz-Gervasi. "Análisis ecológico de la violencia sexual de pareja en mujeres peruanas", Acta Colombiana de Psicología, 2020 Publicación	<1%
41	dspace.umh.es Fuente de Internet	<1%
42	uvadoc.uva.es Fuente de Internet	<1%
43	Submitted to Universidad de Deusto Trabajo del estudiante	<1%
44	chat.iztacala.unam.mx Fuente de Internet	<1%
45	savoirs.usherbrooke.ca Fuente de Internet	<1%
46	www.juntadeandalucia.es Fuente de Internet	<1%
47	Submitted to Universidad Nacional Jose Faustino Sanchez Carrion Trabajo del estudiante	<1%
48	Submitted to Universidad de Lima	

<1%

49

Zeev Winstok. "Partner Violence", Springer Science and Business Media LLC, 2013

Publicación

<1%

50

repositorio.utn.edu.ec

Fuente de Internet

<1%

51

Submitted to Universidad San Francisco de Quito

Trabajo del estudiante

<1%

52

hemeteriocolon.weebly.com

Fuente de Internet

<1%

53

cybertesis.unmsm.edu.pe

Fuente de Internet

<1%

54

solotuhr.galeon.com

Fuente de Internet

<1%

55

www.coursehero.com

Fuente de Internet

<1%

56

masterpsicologiaforense.es

Fuente de Internet

<1%

57

revistas.uam.es

Fuente de Internet

<1%

58

Submitted to Chester College of Higher Education

Trabajo del estudiante

<1%

59	estudogeral.sib.uc.pt Fuente de Internet	<1%
60	moam.info Fuente de Internet	<1%
61	repositorio.umb.edu.pe Fuente de Internet	<1%
62	scioteca.caf.com Fuente de Internet	<1%
63	slidetodoc.com Fuente de Internet	<1%
64	www.tesisproyectos.com Fuente de Internet	<1%
65	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1%
66	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	<1%
67	eprints.ucm.es Fuente de Internet	<1%
68	gredos.usal.es Fuente de Internet	<1%
69	losandes.org.pe Fuente de Internet	<1%
70	repositorio.umsa.bo	

	Fuente de Internet	<1 %
71	repositorio.uta.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
72	www.kibbutz.es Fuente de Internet	<1 %
73	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1 %
74	cieg.unam.mx Fuente de Internet	<1 %
75	dspace.unitru.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
76	rio.upo.es Fuente de Internet	<1 %
77	www.scielo.br Fuente de Internet	<1 %
78	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
79	repositorio.unprg.edu.pe:8080 Fuente de Internet	<1 %
80	www.fundacionkoinonia.com.ve Fuente de Internet	<1 %
81	www.studocu.com Fuente de Internet	<1 %

82

Submitted to Universidad Catolica de Trujillo

Trabajo del estudiante

<1%

83

www.cop.es

Fuente de Internet

<1%

84

www.slideshare.net

Fuente de Internet

<1%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias

< 15 words

Excluir bibliografía

Activo



Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por **Turnitin**. A continuación, podrá verla información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega: Mariela Gianinna Sebastiani Chávez
Título del ejercicio: TESIS PRE GRADO
Título de la entrega: Informe Técnico Profesional
Nombre del archivo: Informe_Tecnico_Forense_Mariella.docx
Tamaño del archivo: 543.11K
Total páginas: 118
Total de palabras: 24,663
Total de caracteres: 132,445
Fecha de entrega: 03-mar.-2022 08:55p. m. (UTC-0500)
Identificador de la entrega...1776008574



"PEDRO RUIZ GALLO"
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICAS SOCIALES Y EDUCACIÓN

SECCIÓN DE POS GRADO - PROGRAMA DE ESTUDIOS DE
SEGUNDA ESPECIALIDAD

TRABAJO ACADÉMICO QUE SE PRESENTA PARA OBTENER EL TÍTULO
UNIVERSITARIO DE ESPECIALISTA EN PSICOLOGÍA FORENSE CRIMINAL Y
PENITENCIARIA

"PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN AUTOESTIMA PARA MUJERES EN SITUACIÓN
DE VIOLENCIA POR SU PAREJA EN EL CEM DE SANTA CRUZ - CAJAMARCA - 2019"

AUTORA
Mariela Gianinna Sebastiani Chávez

ASESOR:
Juan A. Saldaña Flores



LAMBAYEQUE - PERU
2019