

# Manual de Primeros Auxilios Psicológicos para Mujeres Víctimas de Violencia de Género.

CAMPO AC.



## **Manual de primeros auxilios psicológicos para mujeres víctimas de violencia de género.**

Coordinadora del proyecto.  
Zonia Cristina Rojas Pulido.

Tallerista.  
Verónica Magdalena Marín Martínez.

Compilación, diseño, maquetación y fotos.  
María José Argüelles Bentata.

Centro de Apoyo para el Movimiento Popular  
de Occidente CAMPO AC.

Este manual es gratuito y se terminó de imprimir  
en Diciembre de 2014 en Guadalajara, Jalisco.

"Este material se realizó con recursos del Programa de Coinversión Social, operado por la Secretaría de Desarrollo Social. Sin embargo, la 'SEDESOL' no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por l@s autor@s del presente trabajo."



# PRESENTACIÓN

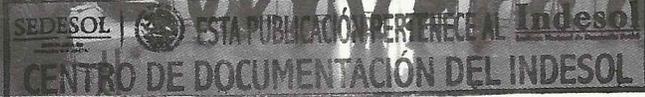
Este material MANUAL DE PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS PARA MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO, se produce en el marco del proyecto: “Mujeres que previenen e interrumpen círculos de violencia, iniciativas de impulso a la política pública municipal para la eliminación de la violencia de género” que fue beneficiado con los recursos del Programa de Coinversión Social 2014 del INDESOL, y hace parte de una serie de materiales que buscan aportar en la construcción de condiciones institucionales y sociales para la prevención, atención y eliminación de la violencia de género en el nivel municipal. Este proyecto se desarrolla en los municipios de Tuxpan y Atoyac, Jalisco durante el segundo semestre del año 2014.

En especial este (material), complementa la asesoría PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA ATENCIÓN PSICOLÓGICA DE EMERGENCIA, ESCUCHA ACTIVA Y ACOMPAÑAMIENTO PRIMARIO ENTRE PARES que brindan las Asociaciones Civiles: “Compartiendo Ideas Trabajando Juntas por la Equidad en Tuxpan” Equitux en Tuxpan y “Mujeres Unidas por la Superación en Atoyac” Musa. Es un aporte

significativo para el desarrollo de la iniciativa que tienen estas mujeres para ser acompañantes de otras mujeres de la comunidad, en el proceso de salir de situaciones de violencia desde el fortalecimiento de sus competencias. Estas capacitaciones se ampliaron también a funcionarias y funcionarios públicos quienes dan atención primaria de emergencia a las mujeres que viven situaciones de violencia y que necesitan desarrollar estas habilidades.

Confiamos en que este material sirva como herramienta de consulta constante, tanto de las mujeres de las organizaciones como de las y los funcionarios que desarrollan esta labor, y por lo tanto, tenga un efecto directo y positivo en el mejoramiento de la calidad y calidez de la atención a las mujeres en situaciones de violencia, de manera que sea una puerta de entrada al camino que les permitirá construir para sí mismas y sus familias, una vida libre de violencias.

Zonia Cristina Rojas Pulido  
Coordinadora del proyecto.  
2014



19-263-14

# ÍNDICE

## PRESENTACIÓN

## ÍNDICE

¿QUÉ SON LOS PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS?	
¿CÓMO USAR ESTE MANUAL? .....	4

### **PRIMERA PARTE.**

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO?	
CLASIFICACIÓN Y MODALIDADES DE LA VIOLENCIA.....	6
MODALIDADES DE LA VIOLENCIA.....	7
TIPOS DE VIOLENCIA.....	8
DIFERENCIA ENTRE VIOLENCIA Y AGRESIÓN	
LOS SÍNTOMAS DE LA MUJER MALTRATADA.....	9
LOS SINTOMAS DE LA MUJER MALTRATADA.....	10
HIJAS E HIJOS DE MUJERES EN RELACIONES DE VIOLENCIA DE GÉNERO.....	11
MUJERES EN SITUACIÓN DE ESPECIAL VULNERABILIDAD.....	12
CÍRCULO DE LA VIOLENCIA.....	14
POR QUÉ LAS MUJERES SE QUEDAN CON EL AGRESOR.....	15

### **PARTE DOS.**

#### ***HERRAMIENTAS PARA EL TRABAJO Y ATENCIÓN DE LAS MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO.***

VIOLENTÓMETRO.....	17
TRIÁNGULO RESCATADOR.....	18
RUEDA DE DULUTH.....	19
AUTOEVALUACIÓN.....	20

### **PARTE TRES.**

#### ***PASO A PASO: ¿CÓMO ACOMPAÑAR A UNA MUJER EN CRISIS?***

#### ***PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS / CONTENCIÓN EMOCIONAL.***

ENTENDIENDO EL PROCESO.....	23
CONTENCIÓN EMOCIONAL.....	24

### **ANEXO.**

SORORIDAD.....	28
BIBLIOGRAFÍA.....	29

## Conociendo el manual

### ¿QUÉ SON LOS PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS?

Son una serie de consejos psicológicos que tienen como fin último apoyar y ayudar a la víctima en momentos de crisis

Los PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (PAP), describen una respuesta humana, de apoyo a otro ser humano que está sufriendo y que necesita ayuda.

Se resume en lo siguiente:

- Proporcionar atención y apoyo práctico.
- Evaluación de las necesidades y preocupaciones.
- Ayudar a las personas para atender las necesidades básicas (por ejemplo, alimentos y agua, información)
- Escuchar a las personas, pero no presionarlas para que hablen.
- Tranquilizar a las personas y ayudarles a sentirse tranquilas.
- Acercarles información, servicios y apoyo social.
- Proteger a las personas de un daño mayor.

Los PAP tienen como objetivo mejorar la seguridad emocional inmediata de la víctima, prestar alivio físico y reducir la angustia inicial.

Puede realizarlo cualquier persona con interés de ayudar y que pueda capacitarse a través de la lectura de éste manual.



### ¿CÓMO USAR ÉSTE MANUAL?

Este manual está dividido en tres secciones:

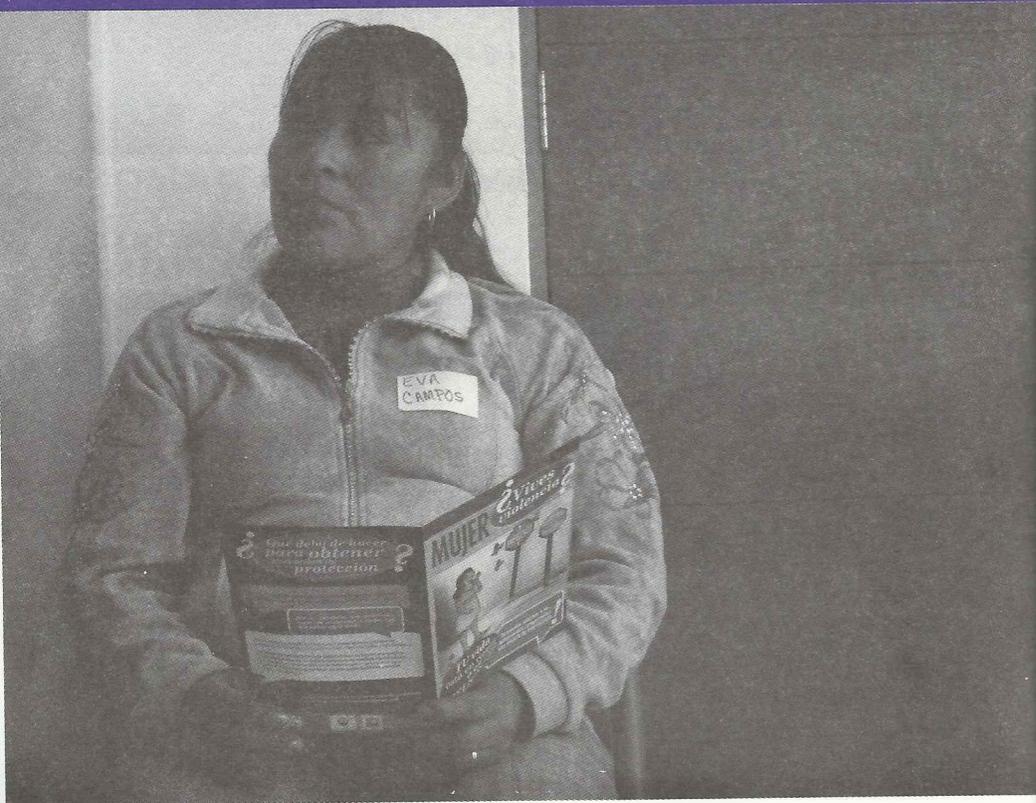
La primera parte de éste manual te ayudará a conocer el panorama general que viven las mujeres víctimas de violencia de género, ¿qué significa violencia? y ¿cuáles son sus tipos?, ¿cuáles son las consecuencias de esa violencia en las mujeres?

La segunda parte es una sección de herramientas para el trabajo de atención de mujeres víctimas de violencia de género.

Y la tercera parte es una descripción paso a paso de lo que debes hacer para atender, acompañar, auxiliar a una mujer en un momento de crisis.

PRIMERA PARTE

# LA VIOLENCIA DE GÉNERO



# ¿QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO?

**«Todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la vida privada».**

(Resolución de la Asamblea General de Naciones Unidas de 1993)

## CLASIFICACIÓN Y MODALIDADES DE LA VIOLENCIA

De acuerdo con lo establecido en la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (LGAMVLV), la violencia se clasifica en modalidades y tipos. Es importante que sepas que en un hecho de violencia pueden encontrarse varios tipos de violencia, sin embargo, esta clasificación es para facilitar su comprensión.

### MODALIDADES DE LA VIOLENCIA

- i. Violencia en el ámbito familiar.
- II. Violencia laboral y docente.
- III. Violencia en la comunidad.
- IV. Violencia institucional.
- V. Violencia feminicida.

### TIPOS DE VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

- I. Violencia psicológica.
- II. Violencia física.
- III. Violencia patrimonial.
- IV. Violencia económica.
- V. Violencia sexual.
- VI. Cualquiera otras formas análogas que lesionen o sean susceptibles de dañar la dignidad, integridad o libertad de las mujeres.

### VIOLENCIA FAMILIAR

Los Insultos, menosprecios, indiferencias, prohibiciones, golpes, abusos físicos, sexuales y psicológicos; así como los sometimientos que se realizan hacia las mujeres al interior de la familia por alguna persona cercana, comúnmente su pareja o expareja; es lo que se conoce como violencia familiar, aunque también pueden vivirla las niñas y los niños, adultos mayores o cualquier otro integrante de la familia.

### VIOLENCIA LABORAL

Este tipo de violencia incluye el hostigamiento o acoso sexual, discriminación de trato, falta de oportunidades equitativas para la promoción y capacitación laboral, así como condicionar la contratación por estar casada, tener hijas e hijos o estar embarazada; la limitación a cargos de toma de decisión y el pago desigual por el mismo trabajo en comparación con los hombres.

### VIOLENCIA DOCENTE

Son las conductas que violentan a las alumnas en el contexto escolar como pedirles que no usen faldas cortas o prendas que supuestamente son “provocativas”, exigirles mayor orden y limpieza en sus útiles escolares en comparación con sus compañeros, no tomar en cuenta sus opiniones durante la clase; dar ejemplos sexistas para explicar algún tema, limitarles el acceso a los estudios; acoso u hostigamiento por parte de compañeros o profesores.

### VIOLENCIA EN LA COMUNIDAD

Esta violencia se presenta en lugares públicos (calle, transporte, parque, etc.) y comprende:

Los “piropos”, tocamientos, insinuaciones que te hacen sentir mal.

El trato discriminatorio por ser mujer en los servicios considerados masculinos (información automovilística, de informática, trámites bancarios o administrativos e inmobiliarias).

La negación de tu libre tránsito y acceso en bares, tiendas, deportivos, clubs, así como a tu participación en festividades, actividades o tomas de decisiones comunitarias.

### VIOLENCIA INSTITUCIONAL

Imponer, negar o condicionar el ejercicio de tus derechos humanos en los servicios públicos (imponerte un método anticonceptivo, no darte información objetiva de los procedimientos y consecuencias).

Cuando al denunciar a la o el servidor(a) público, duda de tu palabra y te responsabiliza de la violencia que has vivido; no respeta tu privacidad y confidencialidad (¡no se queje!, ¡es su marido!, ¡regrésese a su casa!, ¡no lo haga enojar!, ¡usted lo provocó!).

Cualquier trato o comentario que recibas en una institución pública y que atente contra tu dignidad humana (¡si bien que le gustó!, ¡aguántese!, ¡la matriz sólo sirve para dos cosas: para dar hijos o problemas!).

### VIOLENCIA FEMINICIDA

La violencia extrema que elimina los derechos humanos de las mujeres, que promueve el odio hacia ellas, y que incluso puede llegar hasta el asesinato.

## Primera parte

## TIPOS DE VIOLENCIA.

### VIOLENCIA FÍSICA

Golpes, fracturas, torceduras, cachetadas, empujones, daños en el cuerpo.

Estos son algunos ejemplos de daños intencionales sobre el cuerpo de una mujer y forman parte de la violencia.

### VIOLENCIA PSICOLÓGICA

¡Calladita te ves más bonita!, ¡Mujer al volante peligro constante!, ¡Eres una tonta!, ¡No sirves para nada!, ¡Tenías que ser mujer!

Estas son frases que las mujeres escuchan en algún momento de su vida y que forman parte de la violencia psicológica.

### VIOLENCIA PATRIMONIAL

“Quitarte tu dinero, romper, esconder, robar o vender sin tu permiso tus objetos de valor (tu televisión, tu radio, tus aretes, etc.), así como tus documentos personales (acta de nacimiento, pasaporte, cartilla de seguro social, etc.) y de bienes (escrituras, becas de estudio o apoyos económicos, pensión, etc.)”

La violencia patrimonial afecta tus recursos necesarios para satisfacer tus necesidades, estos son sólo algunos ejemplos.

### VIOLENCIA ECONÓMICA

No aportar dinero intencionalmente para atender las necesidades (salud, educación, alimentación) de las y los hijos menores de edad, las tuyas, así como la manutención de la casa (agua, luz, gas, etc.). No dejarte trabajar, controlar el ingreso familiar, recibir un salario menor en comparación con los hombres por un igual trabajo.

Estos son algunos ejemplos de la violencia económica que pueden vivir las mujeres.

### VIOLENCIA SEXUAL

Tocamientos, insinuaciones, acercamientos no deseados, la introducción forzada y sin tu consentimiento del pene, dedos o algún otro objeto, por cualquier persona o tu pareja; limitarte, negarte o imponerte la anticoncepción o el embarazo; infectarte intencionalmente de una enfermedad de transmisión sexual.

También se considera como violencia sexual, la prostitución forzada, la trata de personas con fines sexuales, la mutilación genital (infibulación), así como las revisiones forzadas para ‘asegurar’ la virginidad, el no embarazo y/o la fidelidad.

La violencia sexual influye de manera negativa en todas las áreas de la vida y limita tus derechos sexuales.



Primer taller de protocolo jurídico y de salud en el municipio de Atoyac, Jalisco

# DIFERENCIA ENTRE VIOLENCIA Y AGRESIÓN.

Es importante señalar que la violencia es una conducta aprendida en sociedades donde se justifica el uso de ésta para resolver conflictos y controlar a las personas.

En muchas ocasiones suele justificarse y confundirse con la agresión; sin embargo, son conductas totalmente diferentes:

### DIFERENCIA ENTRE VIOLENCIA Y AGRESIÓN

La violencia.

No es normal, es intencional, es dirigida, va en aumento, se abusa del poder.

La agresión.

Se puede manifestar en una conducta de defensa o escape

Es una conducta de sobrevivencia

No es intencional

Puede o no causar daño

La violencia:

**No es natural.** La hemos “aprendido” en la familia, la escuela, la calle, y también en los medios de comunicación, como la televisión, la radio o en los periódicos.

**Es intencional.** Cada golpe, insulto, mirada o palabra que tenga la intención de dañar a otra persona es violencia.

**Es dirigida.** No se violenta a cualquier persona, se elige a la persona que se considera más débil, vulnerable o dependiente.

**Va en aumento.** A los insultos y amenazas le siguen los golpes e incluso la muerte.

**Se abusa del poder.** Se da cuando una persona en una situación de “superioridad”, pretende controlar, dominar o manipular a otra.

## LOS SÍNTOMAS DE LA MUJER MALTRATADA

La mujer maltratada y los síntomas que presenta, es un tema ampliamente estudiado por Leonor Walker, quien alude a la serie de adaptaciones de las mujeres a las situaciones adversas que les generan dolor profundo. Las mujeres maltratadas desarrollan una serie de habilidades para enfrentar la situación que viven, a través de hechos no conscientes, como minimizar el dolor,

distorsionar, negar o justificar la realidad.

También pueden desarrollar los síntomas del trastorno de estrés postraumático, como sentimientos depresivos, de rabia, baja autoestima, culpa y rencor; y suelen presentar problemas que somatizan a través de enfermedades, disfunciones sexuales, conductas adictivas y dificultades en sus relaciones personales.

# LOS SÍNTOMAS DE LA MUJER MALTRATADA.

Esta comparación que hacen autores de la talla de Echeburúa y Paz del Corral señala que las características del estrés postraumático aparecen en algunas de estas mujeres: re-experimentan el suceso traumático, evitan situaciones asociadas al maltrato, además que presentan dificultad para dormir, pesadillas en las que reviven lo pasado, permanecen en alerta continua, hipervigilantes, irritables y con dificultades de concentración.

Por otro lado, el alto nivel de ansiedad genera problemas de salud y alteraciones psicósomáticas y pueden aparecer problemas depresivos importantes.

**El maltrato continuo genera en la mujer un proceso patológico de adaptación denominado «Síndrome de la mujer maltratada».**

A continuación lo describiremos de manera más específica:

### INDEFENSIÓN APRENDIDA

Tras fracasar en su intento por contener los actos violentos, en un contexto de baja autoestima –reforzado por su incapacidad por acabar con la situación y la falta de apoyos–, la mujer termina asumiendo que la violencia que padece es un castigo que ella “merece”.

### PÉRDIDA DE CONTROL

Consiste en la convicción de que la solución a la violencia le es ajena; la mujer se torna pasiva y espera las directrices de terceras personas.

### BAJA RESPUESTA CONDUCTUAL

La mujer decide no buscar más estrategias para evitar los actos violentos; su respuesta ante los estímulos externos es pasiva. Su aparente indiferencia le permite autoerigirse y culpabilizarse menos por la violencia que sufre, pero también limita su capacidad de oponerse a ésta.

### IDENTIFICACIÓN CON EL VICTIMARIO

La víctima cree merecer las acciones violentas e, incluso, justifica –ante críticas externas– la conducta del hombre violento. Es habitual el «Síndrome de Estocolmo», el cual se manifiesta con frecuencia en secuestros y situaciones límite, de riesgo vital y de difícil intervención externa. Por otra parte, la intermitencia de la violencia y el paso constante de la violencia al afecto refuerza las relaciones de dependencia por parte de la mujer maltratada, que empeora cuando la dependencia también es económica.



Primer taller de protocolo jurídico y de salud en el municipio de Atoyac, Jalisco

## Primera parte

# HIJAS E HIJOS DE MUJERES EN RELACIONES DE VIOLENCIA DE GÉNERO.

**Los hijos e hijas de las mujeres que están sufriendo violencia física, sexual o emocional por sus parejas o exparejas, son víctimas directas de la Violencia de Género, siempre.**

La exposición reiterada a un ambiente de maltrato hacia la madre, constituye una forma grave de maltrato psicológico hacia las hijas e hijos a su cargo, que están expuestas/os a una amplia gama de experiencias que incluye:

- Observar a su madre mientras está siendo maltratada, amenazada o incluso asesinada.

- Ver moretones, cortes u otras lesiones en su madre, o ser testigos de las consecuencias emocionales de la violencia, como el miedo o la intimidación, el stress, ansiedad y depresión, sin haber sido testigos directos de actos de violencia.

- Presenciar comportamientos violentos, agresivos e incluso crueles, sabiendo que proceden de su padre o de otro varón con significado de figura paterna.

- Escuchar desde otra parte de la casa golpes, gritos, amenazas, rotura de objetos y cualquier otra forma de violencia.

- Experimentar las diferentes etapas del proceso de la violencia, no pudiendo predecir si se va a producir un comportamiento violento, viviendo en un clima de inseguridad emocional.

- Presenciar la desautorización, desvalorización y descalificación de su madre como figura materna.

- Experimentar sentimientos de miedo,

ansiedad, inseguridad, impotencia, desprotección y desamparo, que genera vivir en un ambiente de enorme tensión y hostilidad donde se está produciendo la violencia.

- Sufrir amenazas de daño o muerte, chantajes y manipulación.

- Estar en riesgo de sufrir violencia directa, física, emocional y sexual.

- Enfrentarse a la violencia para protegerse o defender a su madre, interponerse entre el agresor y su madre, con el riesgo de sufrir daños y lesiones o incluso la muerte.

- Presenciar la intervención de la policía, la detención de su padre, acudir a juicios o pruebas periciales, tener que abandonar el domicilio o convivir en una casa hogar o refugio.

- Enfrentar la experiencia de la pérdida de su madre, padre o ambos por una muerte violenta.



Primer taller de protocolo jurídico y de salud en el municipio de Atoyac, Jalisco

Existen procesos y trayectorias existenciales especialmente difíciles, como la migración; circunstancias y contextos sociales tales como estar en situación de desempleo o vivir en un medio rural; situaciones psicosociales que conducen a la exclusión social o al ejercicio de la prostitución; etapas vitales como el embarazo y puerperio o la edad avanzada; condicionantes de salud como la discapacidad, la enfermedad mental grave o la drogodependencia, que aumentan la vulnerabilidad ante la violencia y en particular, la probabilidad de sufrir violencia de género.

### EMBARAZO

En el contexto de una relación de Violencia de Género, el embarazo es una etapa de especial vulnerabilidad y de especial riesgo. En ocasiones es en esta etapa cuando la violencia empieza a ser franca y evidente. Asimismo, un porcentaje importante de malos tratos por parte de la pareja se inician en este periodo, incluida la violencia física y sexual. A su vez, el embarazo añade dificultad a las posibilidades de separarse de la pareja.

El maltrato constituye además, un factor de riesgo gestacional, motivo por el que todo embarazo en una mujer que sufre malos tratos se considera de alto riesgo, lo que significa un aumento de la morbilidad materna y perinatal: cuadros de estrés, infecciones, anemias, abortos espontáneos, amenaza de parto pretérmino, parto pretérmino, recién nacidos de bajo peso, distrés fetal y muerte fetal y neonatal.

### DISCAPACIDAD

Las mujeres con alguna discapacidad física, sensorial o psicológica se encuentran en una situación de especial vulnerabilidad a la violencia física, sexual y psicológica, por tener, con mayor probabilidad:

- Menor capacidad para defenderse.

- Mayor dificultad para expresarse.
- Menor credibilidad en su relato, especialmente en mujeres con trastorno mental grave.
- Menor acceso a la información, asesoramiento y a los recursos de forma autónoma.
- Mayor dependencia de terceras personas.
- Más dificultades de acceso al trabajo remunerado y a la educación.
- Menor autoestima y menosprecio de su propia imagen.
- Miedo a perder los vínculos que le proporcionan cuidados.
- Menor independencia y mayor control económicos.

### MUJERES MAYORES

En las mujeres mayores pueden confluír factores que aumentan la vulnerabilidad a la violencia de género, conllevan una mayor dependencia y dificultan las posibilidades de poner fin a una relación de maltrato:

- Pueden haber estado sufriendo maltrato durante muchos años, aún sin ser conscientes de ello, desarrollando sentimientos de indefensión, incapacidad e impotencia que les impiden plantearse alternativas a su situación.

# MUJERES EN SITUACIÓN ESPECIAL DE VULNERABILIDAD.

## MUJERES MAYORES

•En la etapa de la jubilación, el número de horas de convivencia con la pareja aumenta, y algunos hombres tratan de tener un mayor control sobre el tiempo, las actividades y relaciones de las mujeres, exigiendo, con violencia, su disponibilidad y presencia para acompañarles y atenderles.

•Es frecuente la dependencia económica de la pareja e ingresos escasos procedentes de pensiones, que impiden que las mujeres se planteen como posibilidad la separación de la pareja y el inicio de una vida autónoma e independiente.

•En esta etapa de la vida, hay mujeres que pierden el apoyo cotidiano de sus hijos o hijas cuando éstos/tas se independizan, e incluso cambiar de ciudad, lo que las enfrenta a vivir una violencia sin testigos ni mediación.

## MIGRACIÓN

En las mujeres migrantes, además pueden confluír condiciones que determinan una especial vulnerabilidad:

•La precariedad económica y laboral.

•Situaciones administrativas irregulares y el miedo a ser expulsadas del país.

•Mayores dificultades de comunicación y expresión debido a las barreras idiomáticas. Escasez de intérpretes con formación en violencia de género.

•Mayor dificultad de acceso a los recursos sociosanitarios.

•En algunos casos, la posibilidad de haber sufrido además, otras formas de violencia a lo largo de su vida y su proceso migratorio (abusos y agresiones sexuales, explotación sexual y trata, conflictos bélicos, cárcel y tortura, pobreza, etc.).

•Ausencia o escasa red de apoyo familiar y social, especialmente en mujeres recién llegadas al país.

•Desconocimiento de sus derechos y de

los recursos disponibles para apoyarla.

## MEDIO RURAL

Además de las barreras comunes a todas las mujeres en la revelación y denuncia de la situación de maltrato, vivir en el medio rural añade otras dificultades tanto para la detección, como para la intervención:

•Dificultades de acceso a los recursos por su dispersión y lejanía.

•Mayor control social, es más difícil el anonimato. El hecho de denunciar puede tener repercusiones en las relaciones con la comunidad.

•Mayores dificultades para la protección. En pequeños municipios, las órdenes de protección son difíciles de cumplir.

•Menor posibilidad de independencia económica.

## MUJERES EN SITUACIÓN DE EXCLUSIÓN SOCIAL

La feminización de la pobreza conduce a las mujeres a experimentar situaciones de exclusión social. Una parte significativa de mujeres solas con cargas familiares, mujeres que están en prisión o han salido de ella, mujeres que ejercen la prostitución, mujeres con drogodependencias graves, pueden encontrarse experimentando este tipo de situaciones. Habitualmente acumulan varios factores de desventaja social, que contribuyen no sólo a una mayor vulnerabilidad a sufrir violencia de género, sino a aumentar las dificultades para salir de ella:

•Analfabetismo o niveles muy bajos de instrucción social, escasa o nula cualificación laboral, precariedad en la vivienda, problemas graves en la esfera de las relaciones personales y/o familiares, carecer o tener muy limitada la autonomía económica.

## Primera parte

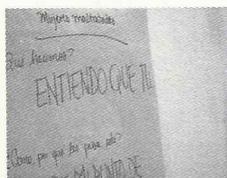
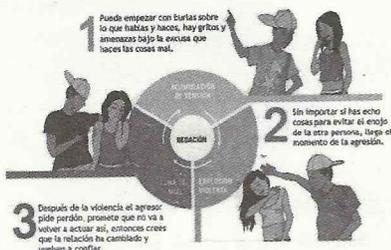
# EL CÍRCULO DE LA VIOLENCIA.

Hasta hace poco tiempo la violencia contra las mujeres se creía de carácter privado, es decir que era un asunto personal y se tenía que resolver en el contexto familiar; era entendida como un “derecho” de los hombres, como algo normal -e incluso legítimo-, por tanto, ni el gobierno, ni otras instituciones debían intervenir.

Cuando la mujer está inmersa en el círculo de la violencia, cree que la conducta de su pareja depende de su propio comportamiento, se siente responsable e intenta una y otra vez cambiar las conductas del maltratador. Sin embargo, cuando observa que sus expectativas fracasan de forma reiterada, desarrolla sentimientos de culpa y vergüenza. Además, se siente mal por no ser capaz de romper con la relación y por las conductas que ella realiza para evitar la violencia: mentir, encubrir al agresor, tener contactos sexuales a su pesar, “tolerar” el maltrato a los hijos(as), etcétera.

Con el paso del tiempo, el maltrato se hace más frecuente y severo, se desarrollan síntomas depresivos, como la apatía, la indefensión y la desesperanza.

Leonor Walker en 1978, describió el carácter cíclico del fenómeno de la violencia e identificó tres fases o momentos:



Primer taller de protocolo jurídico y de salud en el municipio de Atoyac, Jalisco

## Primera parte

# LOS MOTIVOS DE LAS MUJERES PARA PERMANECER CON SU VICTIMARIO.

Esta es, quizá, una de las interrogantes más comunes alrededor de la violencia de género. La complejidad de la respuesta y la serie de elementos que se requieren para su comprensión son la fuente más común del doble maltrato que viven las mujeres en esta condición.

El abandono de una relación abusiva es un proceso. El proceso comprende, por lo común, períodos de negación, de autculpabilidad y permanencia en el hogar violento antes de que la mujer reconozca que el abuso es una modalidad y que termine por identificarse con otras mujeres en situación similar. Este es el comienzo de la ruptura y la recuperación.

En su mayoría, las mujeres dejan la relación y retornan varias veces antes del abandono definitivo. El abandono no garantiza, necesariamente, la seguridad de la mujer. A veces, la violencia continúa e, incluso, puede intensificarse después de que la mujer huye de su pareja.

En realidad, el riesgo de que el victimario la mate llega al máximo inmediatamente después de la separación.

Ante los actos de violencia, la respuesta más común es que las mujeres se culpabilicen y perciban que merecen ser castigadas, se sienten incapaces de cuestionar los aparentes valores ideológicos que sostienen la familia y se asumen incapaces de atender su papel de madre y esposa.

Es por eso que estas mujeres hacen

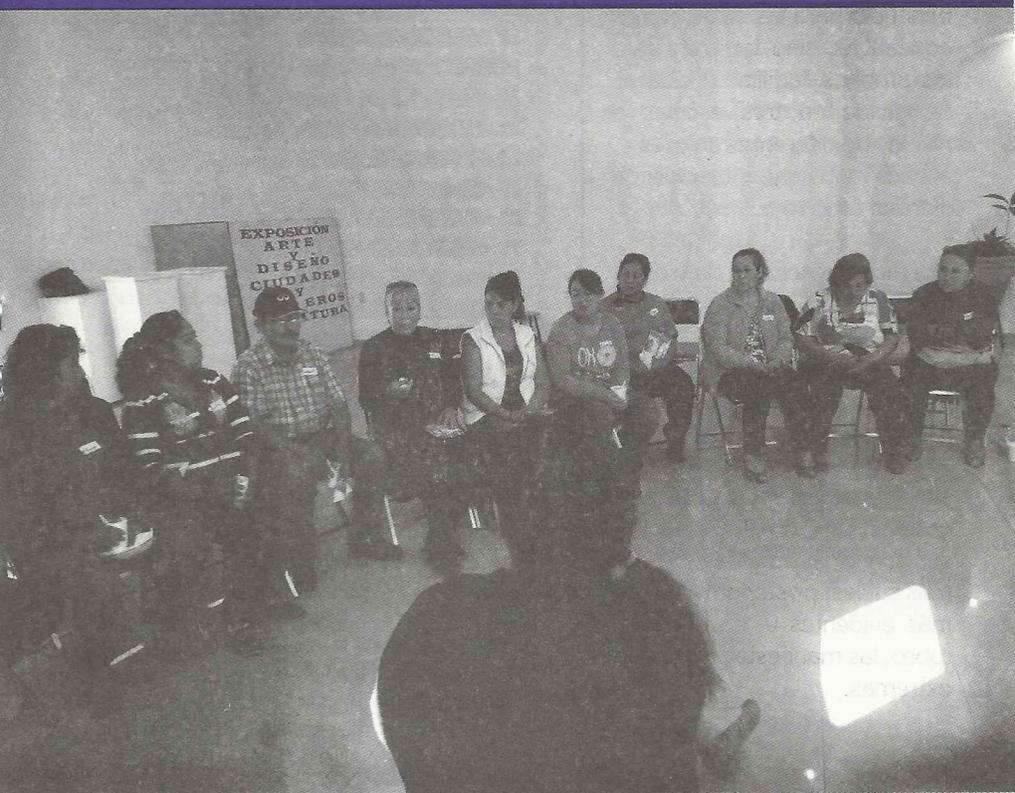
un verdadero esfuerzo por adaptarse a los requerimientos de su marido para ser aceptadas y no maltratadas, adoptando un papel de subordinación, con la falsa expectativa de que si ella se comporta bien, no dará lugar a que su marido la maltrate. Les han repetido tanto que “no sirven” como mujeres, que ese pensamiento se convierte en parte de su estructura de pensamiento y acción.

La principal razón que retrasa o impide el alejamiento de la mujer de la fuente de violencia es el temor a las represalias, seguida de la dependencia económica y el miedo a perder a sus hijas e hijos. Aunque existen otras razones:

- Las situaciones de maltrato prolongadas van minando su autoestima.
- Sus sentimientos hacia el maltratador son ambivalentes, ya que siente hacia él rabia (en los periodos de violencia) y afecto (en los periodos de remisión de la violencia).
- Debe enfrentarse a la ansiedad que le provoca la separación, ya que ésta conlleva aceptar el fracaso familiar y hacerse cargo de hijas e hijos.
- En numerosas ocasiones, el medio la culpabiliza del fracaso conyugal.
- Tiene que hacer frente a las consecuencias económicas de la separación.
- Tendrá que afrontar la soledad, para la que pocas mujeres han sido preparadas, ya que no se las educa para vivir en autonomía y sólo se conciben funcionando ligadas a un hombre.
- También, aparece un sentimiento de indefensión, se siente desprotegida y asustada ante el temor de ser violentada de nuevo por la pareja que, con frecuencia, sigue acosándola.

SEGUNDA PARTE

# HERRAMIENTAS PARA EL TRABAJO Y ATENCIÓN DE MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO



La Unidad Politécnica de Gestión con Perspectiva de Género ha diseñado el Violentómetro, un material gráfico y didáctico en forma de regla que consiste en visualizar las diferentes manifestaciones de violencia que se encuentran ocultas en la vida cotidiana y que muchas veces se confunden o desconocen.

Es una herramienta útil que permite estar alerta, capacitado/a y atento/a para detectar y atender este tipo de prácticas y no solamente es de gran beneficio para las instituciones educativas, sino también para los ámbitos familiar y laboral. Se divide en tres escalas o niveles de diferentes colores y, a cada uno, una situación de alerta o foco rojo.

Las manifestaciones de violencia que se muestran en el material no son necesariamente consecutivas, sino que pueden ser experimentadas de manera intercalada. Sin embargo, en este material se simula una escala de violencia gradual, en donde se inicia señalando las manifestaciones más sutiles, posteriormente las más evidentes y, en el último rubro, las manifestaciones más extremas.

1		Bromas hirientes
2		Chantajear
3		Mentir, engañar
4		Ignorar, ley del hielo
5		Celar
6		Culpabilizar
7		Descalificar
8		Ridiculizar, ofender
9		Humillar en público
10		Intimidar, amenazar
11		Controlar, prohibir
12		Destruir artículos personales
13		Manosear
14		Caricias agresivas
15		Golpear "jugando"
16		Pellizcar, arañar
17		Empujar, jalonear
18		Cachetear
19		Patear
20		Encerrar, aislar
21		Amenazar con objetos o arma
22		Amenazar de muerte
23		Forzar a una relación sexual
24		Abuso sexual
25		Violar
26		Mutilar
27		ASESINAR
28		
29		
30		

Ten cuidado, la violencia aumentará

Reacciona, no te dejes destruir  
Necesitas ayuda, búscala

El triángulo dramático de Karpman es un modelo psicológico y social de la interacción humana en el análisis transaccional, descrito por primera vez por Stephen Karpman, en su artículo de 1968 "Fairy Tales and Script Drama Analysis". El modelo de triángulo dramático se utiliza en la psicología y la psicoterapia

Este recurso nos sirve para comprender que en una relación humana, como en éste caso, las relaciones de ayuda a mujeres nos pueden llevar a situaciones complejas donde el fin último de la ayuda se pierde y se inicia un conflicto personal y relacional.

El triángulo dramático explica cómo "quien ayuda" puede ir moviéndose en los diversos papeles que representan las aristas del triángulo.

Así encontramos en el proceso de acompañamiento a las mujeres las siguientes actitudes y situaciones:

### EL PERSEGUIDOR (A),

*hace que las reglas se cumplan a rajatabla. A veces se hace pasar por víctima con lo que consigue que otr@s se culpabilicen y se sientan mal.*

*- ¿cómo que decides quedarte con ese hombre? Pero no venías a llorar me cuando te golpeaba y humillaba!*

*- Jamás te vuelvo a ayudar, ¡por eso estás como estás!*

### EL SALVADOR (A),

*Ofrece una ayuda falsa con el fin de conseguir una dependencia de los otr@s a través de esta ayuda. Se esfuerza por mantener el papel de la víctima para poder continuar*



Situación: Después de semanas de acompañamiento a una mujer víctima de violencia intrafamiliar, de asesorarla acerca de las posibilidades que tiene para cambiar su vida...

*jugando a "salvador (a)". Necesita que le necesiten.*

*- Yo te ayudaré, haré que tu vida cambie, sólo haz caso de todo lo que te diga.*

### LA VÍCTIMA,

*que se siente y se posiciona como inferior y utilizará sus problemas para buscar a un perseguidor(a) mostrando su miedo o a un salvador (a) mostrando su tristeza y le servirá para reafirmarse en su estado.*

*- Está como está porque no se deja ayudar, ¡no sabes cuanto hice por ella! y ¿qué crees que hizo? regresó con su marido.*

El Domestic Abuse Intervention Programs: DAIP, o más conocido como el Modelo Duluth, el que hace referencia a la ciudad de Duluth, en Minnesota, Estados Unidos, donde surgió.

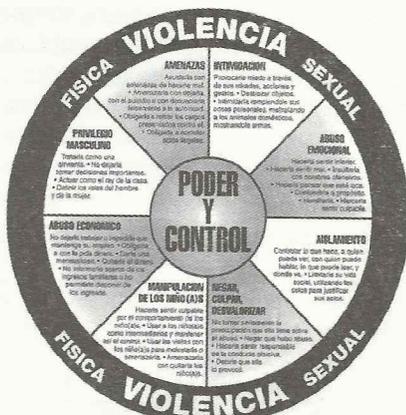
Este Programa diseñó la Rueda del Poder y el Control como una herramienta educativa que permite trabajar con hombres que maltratan a sus parejas

Esta rueda surgió a partir de entrevistas y trabajo directo con mujeres víctimas de violencia por parte de sus parejas y ex parejas, a las que se les preguntaba sobre la violencia vivida y sobre qué temas creían ellas que era necesario abordar en los grupos de varones que maltratan.

Existen 8 formas de violencia psicológica y la violencia física y sexual contra la mujer en la pareja, tal como lo muestra la rueda.

Estas formas de violencia son entendidas como un conjunto de comportamientos, que si se miran aisladamente pueden parecer menores o triviales; pero si se observan en conjunto se puede observar un patrón conductual y relacional.

Este patrón de conductas actúan socavando y desgastando la integridad de la mujer que las sufre, generando daños psicológicos y/o físicos.



## Segunda parte

# CUESTIONARIO AUTODIAGNÓSTICO

### ¿VIVES VIOLENCIA? CUESTIONARIO AUTODIAGNÓSTICO DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

Para conocer si vives violencia o si te encuentras en una situación de riesgo te pedimos que respondas a las siguientes preguntas. Al terminar, suma el puntaje total y compáralo con el índice de abuso que se presenta al final.

1. ¿Sientes que tu pareja constantemente te está controlando?

Sí \_\_\_\_ a veces \_\_\_\_ rara vez \_\_\_\_ no \_\_\_\_

2. ¿Te acusa de infidelidad o de que actúas en forma sospechosa?

Sí \_\_\_\_ a veces \_\_\_\_ rara vez \_\_\_\_ no \_\_\_\_

3. ¿Has perdido contacto con amigas, familiares, compañeras/os de trabajo para evitar que tu pareja se moleste?

Sí \_\_\_\_ a veces \_\_\_\_ rara vez \_\_\_\_ no \_\_\_\_

4. ¿Te critica y humilla, en público o en privado, sobre tu apariencia, tu forma de ser, el modo en que haces tus tareas hogareñas?

Sí \_\_\_\_ a veces \_\_\_\_ rara vez \_\_\_\_ no \_\_\_\_

5. ¿Controla estrictamente tus ingresos o el dinero que te entrega, originando discusiones?

Sí \_\_\_\_ a veces \_\_\_\_ rara vez \_\_\_\_ no \_\_\_\_

6. Cuando quiere que cambies de comportamiento, ¿te presiona con el silencio, con la indiferencia o te priva de dinero?

Sí \_\_\_\_ a veces \_\_\_\_ rara vez \_\_\_\_ no \_\_\_\_

7. ¿Tiene tu pareja cambios bruscos de humor o se comporta distinto contigo en público, como si fuera otra persona?

Sí \_\_\_\_ a veces \_\_\_\_ rara vez \_\_\_\_ no \_\_\_\_

8. ¿Sientes que estás en permanente tensión y que, hagas lo que hagas, él se irrita o te culpabiliza?

Sí \_\_\_\_ a veces \_\_\_\_ rara vez \_\_\_\_ no \_\_\_\_

9. ¿Te ha golpeado con sus manos, con un objeto o te ha lanzado cosas cuando se enoja o discuten?

Sí \_\_\_\_ a veces \_\_\_\_ rara vez \_\_\_\_ no \_\_\_\_

10. ¿Te ha amenazado alguna vez con un objeto o arma, o con matarse él, a ti o a algún miembro de la familia?

Sí \_\_\_\_ a veces \_\_\_\_ rara vez \_\_\_\_ no \_\_\_\_

11. ¿Sientes que cedes a sus requerimientos sexuales por temor o te ha forzado a tener relaciones sexuales?

Sí \_\_\_\_ a veces \_\_\_\_ rara vez \_\_\_\_ no \_\_\_\_

12. Después de un episodio violento, él se muestra cariñoso y atento, te regala cosas y te promete que nunca más volverá a golpearte o insultarte y que "todo cambiará"

Sí \_\_\_\_ a veces \_\_\_\_ rara vez \_\_\_\_ no \_\_\_\_

# CUESTIONARIO AUTODIAGNÓSTICO.

13. ¿Has buscado o has recibido ayuda por lesiones que él te ha causado? (primeros auxilios, atención médica, psicológica o legal)

Sí \_\_\_\_ a veces \_\_\_\_ rara vez \_\_\_\_ no \_\_\_\_

14. ¿Es violento con los hijos/as o con otras personas?

Sí \_\_\_\_ a veces \_\_\_\_ rara vez \_\_\_\_ no \_\_\_\_

15. ¿Ha sido necesario llamar a la policía o lo has intentado al sentir que tu vida y la de los tuyos han sido puestas en peligro por tu pareja?

Sí \_\_\_\_ a veces \_\_\_\_ rara vez \_\_\_\_ no \_\_\_\_

## ÍNDICE DE ABUSO

### Tipo de respuesta

Sí	3 puntos
A veces	2 puntos
Rara vez	1 puntos
Nunca	0 puntos

Suma los puntos de cada respuesta, y el total te proporcionará el Índice de abuso a que estás expuesta.

**De 0 a 11 puntos.** Relación abusiva Existencia de problemas en los hogares, pero que se resuelven sin violencia física.

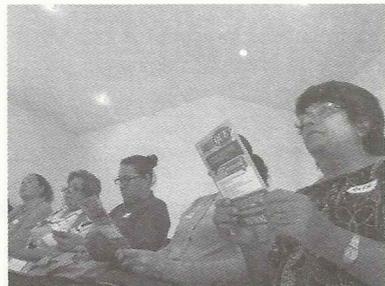
**De 12 a 22 puntos.** Primer nivel de abuso. La violencia en la relación está comenzando. Es una situación de

ALERTA y un indicador de que la violencia puede aumentar en el futuro.

**De 23 a 34 puntos.** Abuso severo En este punto es importante solicitar ayuda institucional o personal y abandonar la casa temporalmente.

**De 35 a 45 puntos.** ¡Abuso peligroso! Debes considerar en forma URGENTE e inmediata la posibilidad de dejar la relación en forma temporal y obtener apoyo externo, judicial y legal.

El problema de violencia no se resuelve por sí mismo o conque ambos lo quieran. Tu vida puede llegar a estar en peligro en más de una ocasión o tu salud física o mental puede quedar permanentemente dañada.



Segundo taller de protocolo jurídico y de salud en el municipio de Atoyac, Jalisco

TERCERA PARTE

# PASO A PASO: CÓMO ACOMPAÑAR A UNA MUJER EN SITUACIÓN DE CRISIS



Como dijimos en un principio los **PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (PAP)** no sólo se pueden ejercer con profesionales o expertos de un área determinada, sino que pueden ser aprendidos por todas las personas que quieran ayudar de alguna manera a otras personas a que salgan de una situación problemática, en este caso, de violencia de género hacia las mujeres.

### ¿A QUIÉN ESTÁN DIRIGIDOS los PAP?

Este manual está diseñado para poder ayudar en los primeros momentos a aquellas mujeres y jóvenes que acuden a las mujeres que forman parte de las asociaciones Equitux de Tuxpan Jalisco, Musa de Atoyac Jalisco y a l@s encargad@s de las dependencias del gobierno relacionadas con la atención a mujeres, a denunciar un acto de naturaleza violenta.

Del mismo modo, este manual, es perfectamente aplicable y extrapolable para toda mujer que requiera ser escuchada, atendida o aconsejada ante una situación violenta.

Cabe recordar que no todo el mundo que ha sufrido una experiencia traumática necesita o quiere ayuda. Por ello no se debe forzar a la gente que no quiere, pero sí es importante ser una persona

fácilmente accesible para aquellas personas que sí quieren o necesitan apoyo.

### ¿CÓMO SE DEBE ACTUAR?

- Se debe ser honest@ y de confianza en todo momento.
- Respetar a las mujeres cuando toman sus propias decisiones.
- Ser consciente de nuestros propios prejuicios.
- Dejar claro a las mujeres que, aunque ellas rechacen ayuda en este momento, pueden beneficiarse de esta ayuda en un futuro.
- Respetar la privacidad y la confidencialidad.
- Actuar apropiadamente considerando las condiciones socio económicas y la edad de quien se acompaña.

### ¿QUÉ NO DEBEMOS HACER?

- No hacer falsas promesas o dar información errónea.
- No forzar a las mujeres a hablar, no ser intrusiv@ o agresiv@.
- No presionar a las personas para que te cuenten las cosas, dar tiempo.
- No compartir la información con nadie.
- No juzgar a las mujeres por sus acciones o sentimientos.

Los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) son una manera de contención emocional en un momento de crisis y ¿cómo definimos la contención?

Es poder ayudar a la persona afectada emocionalmente a sentirse nuevamente tranquila y con confianza en sus propias capacidades para continuar la vida, respetando su propio ritmo y espacio. El objetivo de la contención es brindar la orientación necesaria para que la mujer pueda organizar sus ideas sobre la situación que está viviendo y clarifique las acciones a seguir en el corto plazo.

La contención ayuda a que la mujer exprese y procese de forma menos dolorosa lo que está viviendo.

### ¿QUÉ SE NECESITA PARA BRINDAR CONTENCIÓN EMOCIONAL?

a) Hablar con la mujer en un espacio apartado del agresor, y en privado para garantizar la confidencialidad.

b) Tener una escucha activa: Poner atención al mensaje emitido por la otra persona para comprender lo que quiere decir y poder reaccionar ante el mensaje. Incluye tener en cuenta el tono de voz de la mujer, las pausas, los silencios y su postura, ya que brinda información útil al mensaje que quiere comunicar.

c) Mostrar una actitud empática: Comprender lo que piensa y experimenta la otra persona (“Ponerse en sus zapatos”). Requiere comunicarle esta comprensión en un lenguaje accesible. “Entiendo que se sienta con miedo”. “Comprendo por qué se siente preocupada”.

d) Mostrar respeto: No emitir juicios sobre lo que dice. Permitir que la mujer vaya a su propio ritmo y tome las decisiones que considere convenientes. Saber que la mujer es experta en su propia vida y se le orienta para encontrar soluciones, pero no se le imponen.

e) Mostrar tranquilidad: suficiente para darle seguridad.

f) Marcar límites: Saber que la persona que brinda el servicio no puede resolver todos los problemas, pero si puede canalizar y brindar información oportuna.

g) Conocer los servicios y recursos comunitarios para la atención de la violencia; la normatividad referente al tema; los derechos de las mujeres.



### LO QUE SE DEBE EVITAR HACER EN EL PROCESO DE CONTENCIÓN EMOCIONAL:

Minimizar lo que la persona está narrando al decir frases como: “Eso no es tan importante”, “Por favor ya no llore”.

Decidir por ella, o condicionar la ayuda, es decir colocarse ante la víctima como alguien que le está haciendo el favor de ayudarla: “Si usted regresa con su marido, ya no la vuelvo a ayudar”.

Entablar el diálogo a manera de interrogatorio y la utilización de términos técnicos: “¿Y ya pensó quién la va a mantener a Ud. Y a sus hij@s?” “¿Está dispuesta a destruir una familia?”.

Empobrecerla emocionalmente al decir frases como: “Pobre de usted”.

Provocar que desista al fomentar en la víctima que recibir la ayuda que solicita es muy tardado y tal vez no se logre nada, y que lo mejor es desistir y volver a casa.

Recomendar la conciliación o reconciliación entre las partes ya que agravan la situación de la mujer favoreciendo que la violencia continúe.

Dar falsas expectativas, proporcionando un mensaje de que las cosas se arreglarán fácilmente.

### CINCO PASOS BÁSICOS PARA DETENER EL LLANTO Y CRISIS EMOCIONAL.

En el caso de que la mujer se encuentre llorando y éste estado emocional no le permita poder expresar sus ideas con claridad es importante poder utilizar los siguientes pasos.

1.- Buscar su mirada y lograr hacer un contacto visual con ella, en ese mismo momento preguntarle su nombre, una vez obtenido éste, con voz firme hacerle saber que no escuchas lo que te está diciendo con las siguientes frases; ejemplo: “Miriam no escucho lo que me está diciendo”, “Estoy muy interesad@ en poderte ayudar”, utilizando su nombre para mostrarle interés en ella y al mismo tiempo buscar su desconcierto por lo extraño que resulta, que un desconocido te hable por tu nombre con tanta familiaridad, logrando distraer su atención del llanto.

2.- Nuevamente buscamos su mirada y lograr hacer un contacto visual con ella, en ese momento llamándola por su nombre la invitamos hacer algunos ejercicios respiratorios, por ejemplo: “Miriam te voy a pedir que por favor inhales con la nariz aire y exhales por la boca tres veces de manera lenta”, posterior a estos ejercicios te vas a sumar a los ejercicios respiratorios de ella, marcando tú el ritmo de estos, con la siguiente frase: “Miriam quiero que respire por favor siguiéndome, lo vamos hacer junt@s y al mismo tiempo

### CINCO PASOS BÁSICOS PARA DETENER EL LLANTO Y CRISIS EMOCIONAL.

3.- Pedirle que cambie de posición, si se encuentra sentada pedirle que se ponga de pie y señalarle un nuevo lugar para que se siente, si se encuentra de pie, invitarla que se siente y en su caso cambiarle de posición con algún pretexto, ejemplo: "Miriam te pido por favor que te sientes de este lado para que te escuche mejor." o "Miriam pásate de este lado por favor para que te escuche mejor y estés mas cómoda".

4- Si se cuenta en ese momento con el recurso para poderle invitar un vaso de agua o una botella lo hacemos y esperamos a que por lo menos consuma un cuarto de esta, con la finalidad de que se tranquilice y podamos iniciar una conversación.

5.- Al iniciar la conversación, pedirle como estrategia que recuerde fechas con día y hora, lugar, personas presentes, con la finalidad que fije la atención en recordar esos momentos y se distraiga por completo de la situación de crisis en la que se encuentra.

Estos puntos podrán ser implementados por el/la oficial de seguridad pública a su criterio valorando la tranquilidad en la que se encuentra mujer, al momento de terminar uno e implementar otro.

**Conocer y utilizar una herramienta como la contención emo-**

**cional puede hacer la diferencia para quien apoya a la mujer se convierta en parte de la solución a un problema tan complejo como la violencia.**

### CUANDO SE TRABAJAN SITUACIONES DE CRISIS ES IMPORTANTE:

Analizar las dimensiones del problema en tres momentos. Indagar qué sucedió:

a) antes del evento de violencia crítico.

b) Durante el evento "qué sucedió, cómo se siente, qué piensa, qué puede hacer", tratando de identificar tanto las fortalezas como la existencia de personas que pueden apoyarla y las debilidades como el que no cuente con dinero.

c) Indagar sobre el futuro riesgo y prepararse para soluciones inmediatas; se comienza con conflictos que requieren solución inmediata como dónde pasar la noche. La función es ayudarle a priorizar los problemas, ya que la crisis las coloca en un estado de confusión queriendo resolver todos los problemas por lo que se sienten abrumadas. "De todas estas dificultades que me platica, ¿cuál considera que sería más importante resolver primero?", "¿cuál o cuáles serían de mayor urgencia?", "Todos esos problemas son importantes ¿cuál podría dejar para atender después?".

### CUANDO SE TRABAJAN SITUACIONES DE CRISIS ES IMPORTANTE:

Sondear posibles soluciones. Identificar un rango de soluciones alternativas para las necesidades inmediatas como para las que pueda dejarse para después. La función de quien orienta es indagar por pasos, primero saber qué se ha intentado, para después, en un segundo momento apoyarla en que encuentre alternativas. Se deben analizar los pros y los contras de cada solución y analizarlos de acuerdo a lo que es más inmediato resolver y orientando a reflexionar sobre su seguridad. Para poder dar una buena orientación en este punto, es necesario conocer los recursos o servicios confiables y profesionales disponibles en la comunidad.

Iniciar pasos concretos. Es ayudar a la mujer a ejecutar alguna acción concreta que ella decida. El objetivo es pequeño, no es más que dar el paso más próximo (por pequeño que parezca), como buscar un refugio. Si la mujer decide continuar en el mismo domicilio con el agresor, es importante ir elaborando con ella un plan de seguridad.

Verificar el progreso. El objetivo es que se pueda completar el circuito de retroalimentación, y esto implica verificar si la solución inmediata fue apropiada o no. En caso de que no haya sido así, se regresa a analizar las dimensiones del problema.



Taller de primeros auxilios psicológicos en el municipio de Tuxpan, Jalisco.

*A todas las mujeres que conforman las asociaciones Equitux de Tuxpan, Jalisco y MUSA de Atoyac, Jalisco, por que sigan las incansables ganas de que otra realidad ,para las mujeres de sus municipios, sea posible.*

## DE SOLIDARIDAD A SORORIDAD.

La feminista y antropóloga mexicana Marcela Lagarde define la sororidad como “una dimensión ética, política y práctica del feminismo contemporáneo. Es una experiencia de las mujeres que conduce a la búsqueda de relaciones positivas y la alianza existencial y política, cuerpo a cuerpo, subjetividad a subjetividad con otras mujeres, para contribuir con acciones específicas a la eliminación social de todas formas de opresión y al apoyo mutuo para lograr el poderío genérico de todas y el empoderamiento vital de cada mujer”.

La sororidad se construye mediante la adscripción a un pacto, un compromiso que parte de la toma de conciencia de las necesidades comunes y a su vez particulares de las mujeres, así como del empoderamiento y la solidaridad surgida entre ellas. Una solidaridad que a su vez nace de la conciencia femenina de su discriminación dentro del orden patriarcal.

Al dar el paso cualitativo que nos traslada de la solidaridad a la sororidad se abren nuevas posibilidades de acción colectiva y de militancia feminista por los derechos de las mujeres y contra el patriarcado, la misoginia, la desigualdad sexual y la violencia machista en todas sus formas (física, económica, institucional, etc.).

Asimismo, esa alianza hacia la igualdad promueve otras formas no androcéntricas de mirar el mundo y otras identidades y valores más vinculados con lo relacional y que históricamente se han visto subyugados por otros como la competitividad, la agresividad o la incompatibilidad entre razón y emoción.

Por ende, el concepto de sororidad tiene que ver con el reconocimiento, con el apoyo y con la hermandad entre mujeres que, al percibir sus problemáticas como algo compartido, logran apartar sus diferencias para trabajar por el cambio social y construir un mundo diferente, más justo y mejor.

Porque tal como escribía Octavio Paz en su magistral obra *El laberinto de la soledad*, la mujer “transmite o conserva, pero no crea, los valores y energías que le confían la naturaleza o la sociedad. En un mundo hecho a la imagen de los hombres, la mujer es sólo un reflejo de la voluntad y querer masculinos”. La sororidad y la igualdad nos permiten transformar esos roles que nos han obligado a jugar tradicionalmente y que nunca pedimos.

*Texto de Sonia Herrera Sánchez. Comunicadora audiovisual, barcelonesa, feminista e investigadora por vocación.*

# BIBLIOGRAFÍA.

*Este manual es el resultado de sesiones de trabajo con las mujeres miembros de las asociaciones EQUITUX AC. (Tuxpan, Jalisco) y MUSA AC (Atoyac, Jalisco), en éstas sesiones se compartieron trabajos realizados en México y otras partes del mundo en la búsqueda de generar herramientas para la atención de las mujeres víctimas de la violencia de género.*

*Tomamos las partes de cada uno de los trabajos analizados que nos parecieron más adecuadas a la realidad de los municipios en los que trabajamos y las integramos en este manual a manera de difundir el trabajo y conocimiento que mujeres, investigador@s han aportado a la mejora en la calidad de vida de las mujeres en el mundo.*

## PARTE 1.

*¿QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO?, CLASIFICACIÓN Y MODALIDADES DE LA VIOLENCIA MODALIDADES DE LA VIOLENCIA, TIPOS DE VIOLENCIA, DIFERENCIA ENTRE VIOLENCIA Y AGRESIÓN y CÍRCULO DE LA VIOLENCIA*

Información recuperada de: <http://vidasinviolencia.inmujeres.gob.mx/vidasinviolencia>

*LOS SÍNTOMAS DE LA MUJER MALTRATADA y POR QUÉ LAS MUJERES SE QUEDAN CON EL AGRESOR.*

Información recuperada de: Protocolo para la Atención Psicológica de los Casos de Violencia de Género contra las Mujeres / Enclave Equidad Social y Transparencia ac - - Oaxaca, México : Instituto de la Mujer Oaxaqueña, 2008. 94 p. : 23 cm - - (Colección Instituto de la Mujer Oaxaqueña Ediciones: serie Buenas Prácticas).

*HIJAS E HIJOS DE MUJERES EN RELACIONES DE VIOLENCIA DE GÉNERO Y MUJERES EN SITUACIÓN DE ESPECIAL VULNERABILIDAD.*

Información recuperada de: Protocolo común para la actuación sanitaria ante la Violencia de Género. 2012. Informes, estudios e investigación 2012. Ministerio de sanidad, servicios sociales e igualdad. Gobierno de España

## PARTE 2.

Información recuperada de: Instituto Politécnico Nacional. Unidad Politécnica de Gestión con Perspectiva de Género.

VIOLENTÓMETRO.

[http://www.genero.ipn.mx/Materiales\\_Didacticos/Paginas/Violentometro.aspx](http://www.genero.ipn.mx/Materiales_Didacticos/Paginas/Violentometro.aspx)

TRIÁNGULO DRAMÁTICO DE KARPMAN.

Información recuperada de: <https://mireia-poch.wordpress.com/2010/11/26/salir-del-triangulo-dramatico-victima-salvadorperseguidor/>  
[http://es.wikipedia.org/wiki/Tri%C3%A1ngulo\\_dram%C3%A1tico\\_de\\_Karpman](http://es.wikipedia.org/wiki/Tri%C3%A1ngulo_dram%C3%A1tico_de_Karpman)

RUEDA DE DULUTH

Información recuperada de: <http://pronomaselbosque.blogspot.mx/2009/07/rueda-del-poder-y-control.html>

CUESTIONARIO PARA EL AUTODIAGNÓSTICO DE LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

Información recuperada de: Vida sin violencia. Instituto Nacional de las Mujeres de México Domingo 30 de enero de 2005, por ediciones simbióticas.  
<http://edicionesimbioticas.info/Cuestionario-para-el>

## TERCERA PARTE.

Información recuperada de: Guía básica de contención emocional para mujeres víctimas de violencia de género. Instituto Municipal de las Mujeres, Puebla.

ANEXO.

SORORIDAD.

Información recuperada de: <https://lalente-violeta.wordpress.com>



Talleres de Protocolo Jurídico,  
de salud y primeros auxilios  
psicológicos en Atoyac y Tuxpan,  
Jalisco



**Ccampo a.c.**  
*1989-2014*  
**Ccampo a.c.**  
*25 Aniversario*  
*Beijing + 20*



**SEDESOL**  
SECRETARÍA DE  
DESARROLLO SOCIAL



**Indesol**  
Instituto Nacional de Desarrollo Social

