

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR**  
**FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL**  
**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES**  
**SECCIÓN PSICOLOGIA**



**TRABAJO DE GRADO:**

PROPUESTA DE PROGRAMA PSICOEDUCATIVO PARA PREVENIR VIOLENCIA DE GÉNERO, DIRIGIDO A JÓVENES DEL CENTRO DE DESARROLLO INTEGRAL 851, DE LA CIUDAD DE SAN MIGUEL, DURANTE EL AÑO 2020.

**TRABAJO PRESENTADO PARA OPTAR AL GRADO DE LICENCIATURA EN  
PSICOLOGÍA**

**PRESENTADO POR:**

BR. SOFÍA DE LOS ANGELES TORRES MENA

**DOCENTE ASESORA:**

LIC. ELEYDA VICTORIA PARADA TREMINIO

**CIUDAD UNIVERSITARIA ORIENTAL, ABRIL 2021**

SAN MIGUEL

EL SALVADOR

CENTRO AMÉRICA

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR.**

**AUTORIDADES**

MAESTRO ROGER ARMANDO ARIAS ALVARADO.

**RECTOR**

PHD. RAÚL ERNESTO AZCÚNAGA LAÓPEZ.

**VICERRECTOR ACADEMICO**

ING. JUAN ROSA QUINTANILLA.

**VICERRECTOR ADMINISTRATIVO**

ING. FRANCISCO ALARGÓN

**SECRETARIO GENERAL**

LIC. RAFAEL HUMBERTO PEÑA MARÍN.

**FISCAL GENERAL**

**FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL**

**AUTORIDADES**

LIC. CRISTOBAL HERNÁN RIOS BENITEZ.

**DECANO**

LIC. OSCAR VILLALOBOS.

**VICE-DECANO**

LIC. ISRAEL LIPÓEZ MIRANDA

**SECRETARIO GENERAL**

MSC JORGE PASTOR FUENTES CABRERA

**DIRECTOR GENERAL DEL PROCESO DE GRADUACIÓN**

**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES**

**AUTORIDADES;**

MSC.ELADIO FABIÁN MELGAR BENITEZ

**JEFE DEL DEPARTAMENTO**

LIC, NAHÚN VÁSQUEZ NAVARRO.

**COORDINADOR DE LA SECCIÓN DE PSICOLOGÍA**

PHD. RENÉ CAMPOS QUINTANILLA.

**COORDINADOR DE PROCESOS DE GRADUACIÓN DE LA SECCIÓN DE  
PSICOLOGÍA**

LICDA. ELEYDA VICTORIA PARADA TREMINIO.

**DOCENTE DIRECTOR**

**TRIBUNAL CALIFICADOR**

NAHÚN VÁSQUEZ NAVARRO

**PRESIDENTE**

RUBÉN ELÍAS CAMPOS MEJÍA

**SECRETARIO**

ELEYDA VICTORIA PARADA TREMINIO

**VOCAL**

## AGRADECIMIENTOS

**A Dios**, por ser quien ha guiado mi camino, por protegerme, bendecirme, demostrarme su inmenso amor día con día, por darme las fuerzas que necesitaba para salir adelante aún en los momentos que yo ya no podía.

**A Sofía Elizabeth Mena de Torres**, mi madre, por su amor incondicional, porque ella ha sido la persona que siempre he confiado en mí desde el primer momento, ella ha sentido mis preocupaciones, desvelos, tristezas y ha estado en mis momentos alegres durante mi vida personal y académica. **A Douglas Nelson Torres**, mi padre, por el amor y el esfuerzo que hace día con día. Gracias padres por nunca dejarme sola y por darme este gran tesoro que es mi estudio.

**A mis hermanos, Mario Nelson**, por el apoyo y amor que me ha dado, por siempre pensar en mi bienestar y hacer todo lo posible para que todo me salga bien. **A Michelle Elizabeth**, por ser mi refugio y quien me ayuda a salir de mis momentos difíciles. A los dos, gracias por acompañarme durante este camino.

**A Sara Granados**, por todo el esfuerzo y por haber brindado su ayuda en todo este tiempo.

**A mis amigas, Katherine Menjivar**, por su apoyo y amistad durante estos años, por haberte mantenido a mi lado de inicio a fin en este camino. **A Brenda de Mena**, por el amor y por confiar en mí en todo momento.

**A la Koinonia Santa Elena**, a mis hermanitas espirituales, gracias por sus oraciones y ese amor fraterno que me demuestran todos los días.

**A mi Asesora de tesis, Licenciada Eleyda Victoria Parada Treminio**, por ser mi guía en este proceso.

**Sofía de los Angeles Torres Mena.**

## INDICE.

<b>INDICE.....</b>	<b>vii</b>
<b>RESUMEN .....</b>	<b>x</b>
<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>xii</b>
<b>CAPÍTULO I.....</b>	<b>1</b>
<b>PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....</b>	<b>1</b>
<b>1.1 SITUACIÓN PROBLEMÁTICA.....</b>	<b>1</b>
<b>1.2 ANTECEDENTES .....</b>	<b>3</b>
<b>1.3 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>4</b>
<b>1.4 JUTIFICACIÓN.....</b>	<b>4</b>
<b>CAPÍTULO II.....</b>	<b>6</b>
<b>OBJETIVOS .....</b>	<b>6</b>
<b>2.1 OBJETIVO GENERAL: .....</b>	<b>6</b>
<b>2.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS: .....</b>	<b>6</b>
<b>CAPÍTULO III.....</b>	<b>7</b>
<b>FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....</b>	<b>7</b>
<b>3.1 violencia de género.....</b>	<b>7</b>
<b>3.2 tipos de violencia de género.....</b>	<b>9</b>
3.2.1 Violencia física .....	10
3.2.2 Violencia sexual.....	11
3.2.3 Violencia económica.....	11
3.2.4 Violencia psicológica.....	13
<b>3.3 Causas de violencia de género.....</b>	<b>15</b>
<b>3.4 Consecuencias de la violencia de género.....</b>	<b>17</b>
<b>3.5 Prevención de violencia de género.....</b>	<b>18</b>
<b>3.5 Estrategias .....</b>	<b>21</b>

<b>3.6 Habilidades preventivas de violencia de género.....</b>	<b>23</b>
3.6.1 Habilidades sociales.....	23
3.6.2 Habilidades cognitivas .....	24
3.6.3 Habilidades para el control de emociones.....	24
<b>CAPITULO IV.....</b>	<b>26</b>
<b>OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLE.....</b>	<b>26</b>
<b>CAPÍTULO V.....</b>	<b>27</b>
<b>DISEÑO METODOLÓGICO.....</b>	<b>27</b>
<b>5.1 Tipo de estudio .....</b>	<b>27</b>
<b>5.1.1 Estudio descriptivo.....</b>	<b>27</b>
<b>5.2 Método .....</b>	<b>27</b>
<b>5.2.1 Enfoque cualitativo:.....</b>	<b>27</b>
<b>5.3 Población muestra y muestreo .....</b>	<b>27</b>
<b>5.3.1 Población.....</b>	<b>27</b>
5.3.2 Muestreo .....	28
5.3.3 Muestra .....	28
<b>5.4 Criterios de inclusión.....</b>	<b>28</b>
<b>5.5 Técnicas e instrumento.....</b>	<b>28</b>
<b>5.5.1 Técnica.....</b>	<b>28</b>
<b>5.5.2 Instrumento.....</b>	<b>29</b>
<b>5.6 Procedimiento.....</b>	<b>30</b>
<b>5.7 Análisis de la información .....</b>	<b>31</b>
<b>5.8 Consideraciones éticas .....</b>	<b>31</b>
<b>CAPÍTULO VI.....</b>	<b>32</b>
<b>CONSTRUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN.....</b>	<b>32</b>
<b>6.1 Análisis.....</b>	<b>32</b>
<b>CAPÍTULO VII.....</b>	<b>40</b>
<b>REFLEXIONES FINALES Y PROPUESTA.....</b>	<b>40</b>



7.1 Conclusión .....	40
7.2 Propuesta .....	42
PRESENTACIÓN.....	4
OBJETIVOS .....	6
Objetivo general.....	6
Objetivos específicos .....	6
TEMPORIZADOR.....	7
CRONOGRAMA.....	8
DESARROLLO DE SESIONES.....	10
SESIÓN 1.....	10
SESION 2.....	12
SESIÓN 3.....	14
SESIÓN 4.....	16
SESIÓN 5.....	17
SESIÓN 6.....	19
SESIÓN 7.....	21
SESIÓN 8.....	24
SESIÓN 9.....	26
SESIÓN 10.....	28
SESIÓN 11.....	30
MATERIAL DE APOYO.....	32
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	39
REFERENCIAS.....	48
ANEXOS .....	50
<b>anexo 1 Tabla de abreviatura.</b>	
<b>anexo 2 Instrumento.</b>	
<b>anexo 3 Transcripción del grupo de enfoque</b>	
<b>anexo 4 Constancia del Centro de Desarrollo Integral.</b>	

## RESUMEN

La investigación tiene como objetivo determinar las habilidades preventivas sobre violencia de género que poseen los jóvenes del Centro de Desarrollo Integral 851, de la ciudad de San Miguel, durante el año 2020. El estudio se enmarca en el método cualitativo de tipo descriptivo, se utilizó muestreo no probabilístico se seleccionaron a ocho jóvenes para realizar el estudio. La técnica utilizada fue el grupo de enfoque, se diseñó un instrumento de diez preguntas que permitían obtener las percepciones, sentimientos y actitudes de los informantes sobre el tema de estudio. Lo que se logró con esta investigación fue obtener las habilidades preventivas de violencia de género que poseen los jóvenes las cuales son: asertividad, empatía, autoconciencia, resolución de problemas, control de impulsos y tolerancia al estrés. Un perfil de acuerdo a los tipos de violencia de género que identifican y realizar una propuesta de un programa psicoeducativo para prevenir violencia de género.

***Palabras claves:*** violencia, género, programa, prevención, psicoeducativo, jóvenes, perfil, percepciones.

## **ABSTRACT.**

The objective of the research is to determine the preventive skills on gender violence that young people have at the 851 Integral Development Center, in the city of San Miguel, during the year 2020. The study is framed in the qualitative descriptive method, sampling was used non-probabilistic will be selected in eight young people to carry out the study. The technique used was the focus group, an instrument of ten questions was designed that allowed obtaining the perceptions, feelings and attitudes of the informants on the subject of study. What was achieved with this research was to obtain the preventive skills of gender violence that young people possess, which are: assertiveness, empathy, self-awareness, problem solving, impulse control and stress tolerance. A profile according to the types of gender violence that identify and make a proposal for a psychoeducational program to prevent gender violence.

Keywords: violence, gender, program, prevention, psychoeducation, youth, profile, perceptions.

## INTRODUCCIÓN.

La violencia de género es un fenómeno que se ha dado durante toda la historia y en todas las sociedades y culturas, además este fenómeno se da en todos los grupos sociales y étnicos y no está relacionado con la clase social, el nivel cultural o la raza. El Salvador no está exento a esa realidad, es un país en el cual existen diversos tipos de problemas que afectan a la población salvadoreña y que son causados por diferentes factores, ya sean políticos, económicos, sociales y culturales; hablando específicamente del tema de la violencia es un fenómeno histórico, que se ha manifestado en todos sus tipos, violencia social, económica, patrimonial, familiar y de género. El Salvador cuenta con leyes que protegen los derechos de la mujer, que sufre violencia, pero más allá de leyes es importante trabajar en la prevención del fenómeno, desarrollar en los niños y jóvenes habilidades preventivas de la violencia de género.

Esta investigación pretende determinar las habilidades preventivas sobre violencia de género que poseen los jóvenes del Centro de Desarrollo Integral 851, de la Ciudad de San Miguel, durante el año 2020, así mismo realizar un diagnóstico de las habilidades preventivas, elaborar un perfil de acuerdo a los tipos de violencia de género y realizar una propuesta de programa psicoeducativo dirigido a atender las dificultades encontradas y al fortalecimiento de las habilidades preventivas sobre violencia de género identificadas en el estudio. Para ello se elaboraron siete capítulos.

El primer capítulo hace referencia al planteamiento del problema, en él se desarrolla la situación problemática, antecedentes, pregunta de investigación y justificación, como un segundo capítulo se encuentran los objetivos, un objetivo general y tres específicos, en ellos se plasma lo que se quiere lograr con la investigación.

En el tercer capítulo se desarrolla la fundamentación teórica; se define la violencia de género, los tipos de violencia de género, violencia física, violencia sexual, violencia económica y violencia psicológica, también se encuentran las causas, consecuencias, la prevención de violencia de género, las estrategias para llevar a cabo la prevención y las habilidades preventivas de violencia de género, en ellas incluye las habilidades sociales, cognitivas y emocionales. La operacionalización de variable es el capítulo número cuatro.

El diseño metodológico se describe en el capítulo cuatro, iniciando con el tipo de estudio y se prosigue con el método, población, muestra y muestreo, criterios de inclusión, técnica e instrumento, procedimiento, análisis de la información y consideraciones éticas. Como capítulo seis se sitúa la construcción de la información, en él está el análisis que se obtuvo a partir de los resultados. Y como último capítulo encontramos las reflexiones finales y propuesta, se desarrolla la conclusión y se presenta la propuesta del programa psicoeducativo para prevenir violencia de género dirigido a jóvenes del Centro de Desarrollo Integral 851, de la Ciudad de San Miguel. También se presentan las referencias bibliográficas, y como último apartado se encuentran los anexos.

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

#### 1.1 SITUACIÓN PROBLEMÁTICA.

El término violencia de género surge a mediados del siglo XX desde ámbitos del feminismo para dar visibilidad a la violencia ejercida contra las mujeres que por los mecanismos del sistema patriarcal que considerada normal, natural el hecho de que una mujer sufra violencia por parte su padre, marido u otro y por consecuencia este hecho no se castiga. Este término tendría el inconveniente de su posible abstracción si no se contextualiza en las relaciones de poder entre sexos que penaliza a la mujer y es causa de que, aunque se pueda ser víctima de la violencia de género independientemente del sexo, muchas veces este hecho no se denuncia. Siendo las mujeres y niñas las mayoritariamente afectadas. La violencia contra la mujer se entiende 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 amenazas a tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la vida privada.

Iberoamérica y el Caribe han sido una de las regiones del mundo que mayor atención ha prestado a la lucha contra la violencia hacia la mujer, mostrándose especialmente activa en la consolidación de redes sociales, sensibilizando a los medios de comunicación, adquiriendo compromisos institucionales y legislando para erradicar un problema que afecta al 50 % de la población mundial limitando y conculcando sus más elementales derechos humanos. En aquellos tiempos costó hacer ver que las agresiones hacia las mujeres no eran producto de momentos de frustración, tensión o arrebatos, contingencias de la vida en común; sino que eran consecuencia de los intentos de mantener la subordinación de la mujer, de la consideración ancestral de la mujer

como un objeto propiedad del hombre; y, por lo tanto, deberían dársele una consideración especial. 1975-1985 se declaró Decenio de la Mujer. Especial importancia tuvo la celebración del Tribunal Internacional de Crímenes contra las Mujeres en Bruselas en 1976, siendo la primera vez que se tipificaron como crímenes diferentes tipos de violencia cometidos contra las mujeres, creándose la Red Feminista Internacional con programas de apoyo y solidaridad. Consecuencia de su resonancia, en 1979, la Asamblea de las Naciones Unidas aprobó la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación Contra la Mujer y en 1980 se celebró en México la I Conferencia Mundial de la ONU sobre la Mujer, activándose al año siguiente la Convención para Erradicar la Discriminación contra la Mujer. Estos acontecimientos impulsaron toda una serie de medidas legislativas y modificaciones de códigos penales que en los diferentes países se han venido produciendo desde entonces. En 1993 las Naciones Unidas ratificaba la Declaración sobre la Eliminación de la Violencia Contra la Mujer y en 1995, en Brasil, se adoptó la Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia Contra la Mujer.

Hoy en día numerosos países cuentan con estrategias específicas para combatir la violencia contra la mujer. Estos países han modificado su legislación incluyendo en ella leyes contra la violencia hacia la mujer, diseñan planes generales y sectoriales para combatirla y promueven campañas para interesar a los diferentes ámbitos de la sociedad en este problema. Estas estrategias han servido a su vez para sensibilizar a Estados y Sociedad ante otras formas de violencia: contra la infancia, ancianos, colectivos minoritarios, etc. No obstante, la violencia contra la mujer sigue produciéndose en altas tasas. También, habiendo sido las sociedades occidentales las pioneras en esta lucha, siendo en estas sociedades donde los movimientos por los derechos de la mujer antes y más se han desarrollado, en otras muchas sociedades, esta lucha se encuentra sensiblemente retrasada.

## 1.2 ANTECEDENTES

Las estimaciones mundiales publicadas en el año 2012 por la OMS indican que alrededor de una de cada tres mujeres en el mundo han sufrido violencia física y/o sexual de pareja o violencia sexual por terceros en algún momento de su vida. La mayoría de estos casos son violencia infligida por la pareja. En todo el mundo, casi un tercio 30% de las mujeres que han tenido una relación de pareja refieren haber sufrido alguna forma de violencia física y/o sexual por parte de su pareja en algún momento de su vida. En el 2018 La Organización Panamericana de la salud, realizo un estudio en El Salvador en donde el 44 por ciento de las mujeres alguna vez casadas o acompañadas reportó que recibió maltratos verbales o psicológicos en la vida, el 24 por ciento reportó violencia física y el 12 por ciento violencia sexual por parte de alguna pareja o expareja; casi la mitad 47% de las mujeres alguna vez casadas o acompañadas, experimentó alguno de los tres tipos de violencia en la vida y el 9 por ciento experimentó los tres tipos de violencia en conjunto.

Entre los datos preocupantes, que reporta el informe, es que los patrones de comportamientos violentos, frecuentemente pasan de generación en generación. Del total de mujeres salvadoreñas de 15 a 49 años de edad, el 24 por ciento observó durante su niñez o adolescencia, antes de cumplir 18 años a un hombre maltratando físicamente a una mujer en el ámbito del hogar. La cifra que más alarma es que los golpes han comenzado a cobrarse vidas femeninas. Cada día se reporta un homicidio de una mujer en el país, según la recopilación de datos de la Policía Nacional Civil y el Instituto de Medicina Legal. Un elemento que adiciona a la complejidad del problema es que, las violentadas temen denunciar al agresor y se refugian en el silencio. Del total de mujeres agredidas, el 64% no buscó ayuda en alguna organización estatal,



ni tampoco interpuso una denuncia en la Fiscalía o Policía Nacional Civil, instancias correspondientes para judicializar los ataques.

A través del documento Informe Anual sobre el Estado y Situación de Violencia contra las Mujeres en El Salvador 2019, el ISDEMU detalla que en 2018 fueron asesinadas 386 mujeres en El Salvador, de acuerdo con la Mesa Tripartita Operativa de Homologación de Cifras de Homicidio y Femicidio. La tasa de homicidios para 2017 fue de 1,346 por cada 100 habitantes y para el 2018 la misma descendió a 1,098. Resaltando que el tipo de violencia que más sufren las mujeres durante su vida en El Salvador es la violencia sexual y se registra con mayor frecuencia en el sector educativo. El informe plantea que la tasa registrada por este tipo de abuso asciende al 16.7 % por cada 100 mujeres. Según el ISDEMU, esto se traduce a que cada seis mujeres en El Salvador han sufrido violencia sexual en el rubro educativo. Las Instituciones Educativas de El Salvador muestran carencias educativas sobre violencia de género, por lo tanto, es importante implementar su prevención en la educación de los jóvenes y así desarrollar habilidades preventivas en ellos.

### **1.3 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN.**

¿Cuáles son las habilidades preventivas de violencia de género que poseen los jóvenes del Centro de Desarrollo Integral 851, de la Ciudad de San Miguel, en el año 2020?

### **1.4 JUTIFICACIÓN.**

La violencia de género es uno de los problemas sociales más extendidos por todo el mundo. A pesar de que se han conseguido muchos avances, las mujeres continúan sufriendola en su día a día, y en todos los ámbitos. Por ello es importante dar a conocer a todas las personas, sobre los tipos de violencia de género, de qué formas se manifiesta y las graves consecuencias que viven

quienes la sufren, tanto en la mujer como en el resto de la sociedad. Además, de la necesidad de impulsar esfuerzos para la erradicación de los estereotipos de género, pues estos dan lugar a una mayor probabilidad de que ocurra violencia de género; Promover y ejecutar estas acciones con el fin de disminuir el número de casos de mujeres que sufren violencia de género, desde la perspectiva educativa de carácter de preventiva.

Es este sentido, ONU mujeres, a través de sus informes del 2019; hechos y cifras: acabar con la violencia de mujeres y niñas, nos explica que “dados los efectos devastadores que la violencia tiene en las mujeres, entre los cuales se encuentran homicidios, suicidio, embarazos no deseados o abortos provocados, depresión, estrés postraumático, trastornos de ansiedad, enfermedades e infecciones de transmisión sexual, entre otros, se están realizando esfuerzos principalmente en las respuestas y servicios para las sobrevivientes”. A pesar de la importancia que tienen esas respuestas y servicios, se debería trabajar más la prevención, con vistas a una sociedad en la cual exista una igualdad real.

No obstante, al estatus de protección que las legislaciones sobre la violencia y en apoyo a las víctimas, hay necesidad de continuar trabajando más aspectos y medidas para poder erradicar la violencia de género. Una de esas medidas es la prevención. Trabajando la prevención y sensibilización de violencia de género podemos conseguir ese objetivo. Con este fin se hace la propuesta de un programa psicoeducativo para prevenir violencia de género, dirigido a los jóvenes del Centro de Desarrollo Integral 851, de la Ciudad de San Miguel, en el año 2020. El cual pretende atender dificultades encontradas y fortalecer habilidades preventivas sobre violencia de género, que poseen los jóvenes.

## **CAPÍTULO II**

### **OBJETIVOS**

#### **2.1 OBJETIVO GENERAL:**

- Determinar las habilidades preventivas sobre violencia de género que poseen los jóvenes del Centro de Desarrollo Integral 851, de la Ciudad de San Miguel, durante el año 2020

#### **2.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS:**

- Realizar un diagnóstico de las habilidades preventivas sobre violencia de género que poseen jóvenes del Centro de Desarrollo Integral 851, de la Ciudad de San Miguel, durante el año 2020
- Elaborar un perfil de acuerdo a los tipos de violencia de género.
- Realizar propuesta de programa psicoeducativo dirigido a atender las dificultades encontradas y al fortalecimiento de las habilidades preventivas sobre violencia de género identificadas en el estudio.

## CAPÍTULO III

### FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

#### 3.1 violencia de género.

La violencia de género se define según la Organización de las Naciones Unidas (ONU), propuesta en 1995: todo acto de violencia sexista que tiene como resultado posible o real un daño físico, sexual o psíquico, incluidas las amenazas, la coerción o la privación arbitraria de libertad, ya sea que ocurra en la vida pública o en la privada.

Por otro lado, la Comisión Europea (1999) define a la violencia de género como “todo tipo de violencia ejercida mediante el recurso a las amenazas de recurrir a la fuerza física o al chantaje emocional, incluyendo la violación, el maltrato de mujeres, el acoso sexual, el incesto y la pederastia”.

Este término tendría el inconveniente de su posible abstracción si no se contextualiza en las relaciones de poder entre sexos que penaliza a la mujer y es causa de que, aunque se pueda ser víctima de la violencia de género independientemente del sexo, son las mujeres y niñas las mayoritariamente afectadas. La violencia contra la mujer se entiende 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. La violencia hacia la mujer se vive principalmente en el hogar, por ser el lugar más fácil para su ejecución; sin embargo, hay otros tipos de violencia que se dan en otros ámbitos: la escuela, el trabajo, la calle, los lugares de esparcimiento, etcétera, el común denominador en todos los casos, será el poder del sexo masculino sobre el femenino.

La práctica de la violencia contra la mujer en el ámbito educativo suele expresarse de distintas formas: en intimidaciones a la víctima o castigándola, por medio de agresiones físicas

como caricias no deseadas, relaciones sexuales forzadas, condicionamientos, discriminación, acoso verbal y sexual. La violencia contra la mujer se define como cualquier acción o conducta basada en su género, que cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer, tanto en el ámbito privado como en el público. Entendiendo así que la violencia contra la mujer es consecuencia del orden de género que se establece en la sociedad, que determina una jerarquía y poder distintos para ambos sexos.

Según este orden, la mujer se encuentra en una posición subordinada frente al hombre, el que a su vez ejerce poder sobre ella de distintas maneras, siendo la violencia una manifestación de ese poder. Este orden es mantenido, perpetuado y avalado por la cultura y por el conjunto de la sociedad, a través de las costumbres, las leyes, las instituciones como la familia, la iglesia, la educación, entre otras.

La concepción genérica de la violencia establece que el sometimiento de la mujer en todos los aspectos de su vida, afecta su libertad, dignidad y su intimidad moral y física. Ahora se reconoce que la violencia no se reduce únicamente a golpes, sino que abarca aspectos más sutiles, pero no por ello menos dañinos. Es importante señalar que la violencia es multidimensional, y por ello, su distinción y delimitación en ocasiones se torna poco clara, para poder diferenciarla y medirla en todos sus matices, se conceptualizan tipos de violencia que hacen posible su adecuada comprensión. La violencia contra la mujer se desarrolla porque el hombre se considera superior a ella, está convencido de que el lugar natural de ésta es el hogar y su única actividad, es estar a su servicio permanentemente, tanto para satisfacer sus necesidades domésticas como para satisfacer sus deseos sexuales. Esta violencia contra la mujer, se asienta en esa desigual distribución de poder entre hombres y mujeres y se manifiesta en cuestiones físicas, sexuales, psicológicas y

patrimoniales. A pesar de que cada mujer tiene sus propias experiencias, las manifestaciones de maltrato son enormemente parecidas en todos los lugares del mundo y en todas las culturas.

Cabe destacar que, en muchas ocasiones, los casos de violencia no suelen ser denunciados ya que la víctima puede estar atemorizada por convivir con alguien violento o incluso puede sentir vergüenza por la situación. La violencia de género, de todas formas, incluiría en su sentido más amplio al maltrato físico y emocional que una mujer puede desplegar contra un hombre, la idea en cambio no contemplaría los comportamientos violentos entre personas del mismo sexo. Como la violencia contra la mujer es un problema histórico y cultural, ciertas legislaciones contemplan una discriminación positiva respecto a este género, ya que se la protege sobre el hombre. De manera general cuando nos referimos a violencia de género en el país se está hablando de cualquier tipo de violencia contra las mujeres cometido predominantemente por el hombre y que surge en el ámbito de una relación asimétrica o de desigualdad de poder, esto implica la limitada o nula capacidad de una parte, es decir la mujer, de negociar con la otra parte debido al sometimiento en cualquiera de los aspectos tanto físico, social, económico o psicológico. La forma más extrema de violencia de género es el feminicidio asesinato de una mujer por su condición de mujer

### **3.2 tipos de violencia de género.**

La Legislación Salvadoreña regula los tipos de violencia contra la mujer, la cual se desarrollara para su mayor comprensión, ya que cualquier tipo de violencia, cometida hacia las mujeres por hombres u otras personas, es considerada violencia de género ya que surge en el ámbito de una relación asimétrica o desigual de poder, una relación asimétrica o desigual de poder implica la limitada o nula capacidad de una parte, en este caso la mujer, de negociar con la otra parte, es decir el hombre debido a sometimiento físico, como fuerza; sometimiento social tales como las normas sociales; menores recursos para el desarrollo; y/o sometimiento ideológico como

el sexismo; y la forma más extrema de violencia de género contra mujeres: feminicidio que es el asesinato de mujer por su condición de mujer.

### 3.2.1 Violencia física

La violencia física es la más fácil de reconocer por las huellas visibles que deja en el cuerpo de la sobreviviente de este tipo de violencia, pues en este tipo o forma de agresión el culpable aprovecha su fuerza física, para dañar, lo anterior lleva a cuestionar sobre lo que es violencia física; son actos que atentan o agreden el cuerpo de la persona tales como empujones, bofetadas, golpes de puño, golpes de pies, etc. En esta están incluidos los golpes de cualquier tipo, las heridas, las mutilaciones, las cachetadas, pellizcos etc. Los medios utilizados por las personas agresoras pueden ser las armas de fuego u objetos punzocortantes como cuchillos y navajas, también se pueden emplear otros objetos o el propio cuerpo. Dos tipos de violencia se centran en dominar a la mujer mediante el sometimiento de su cuerpo: la física y la sexual; la más visible es la física ante la evidencia del daño ya sea leve o grave en el cuerpo femenino; su aspecto varía desde un pellizco hasta la muerte, y esta violencia puede ser ejercida incluso con objetos, como ya se dijo la violencia física tiene un impacto directo en el cuerpo de la víctima, aunque el espacio emocional es el que más sufre, a excepción lógicamente de que la agresión le produzca la muerte.

Todo lo antes mencionado es lo que constituye la violencia física, es decir el uso de la fuerza física o coerción por parte del agresor o sujeto activo, para lograr que el sujeto pasivo en este caso la mujer, haga lo que él desea, con limitación de sus derechos. En la Ley Especial Integral para una Vida Libre de Violencia para las Mujeres en el Art. 9 literal c) regula la violencia física, de esta manera, tendrán la consideración de actos de violencia física contra la mujer, los ejercidos por la persona agresora en su entorno familiar, social o laboral, la Ley contra la Violencia Intrafamiliar la regula en el Art. 371

### 3.2.2 Violencia sexual

La Ley contra la violencia intrafamiliar en el Art. 3 Literal c) define la violencia sexual, se considerará violencia sexual, el hecho de que la persona agresora obligue a la persona agredida a realizar actos con terceras personas. La Ley Especial Integral para una Vida Libre de Violencia para las Mujeres en el Art. 9 literal f) define violencia sexual, se dice también que son todas acciones u omisiones que amenazan, ponen en riesgo o lesionan la libertad, seguridad, integridad y desarrollo psicosexual de las mujeres, como miradas o palabras lascivas, hostigamiento, prácticas sexuales no voluntarias, acoso, explotación sexual comercial, trata de personas para la explotación sexual o el uso denigrante de la imagen de las mujeres.

La violencia sexual arremete físicamente en contra de la mujer por medio de exigencias a tener algún tipo de relación sexual, y es su expresión más evidente la violación. Este tipo de sometimiento siempre va acompañado de un impacto emocional en la víctima. Además, la imposición de una conducta sexual ya sea que exista o no cópula, tiene su propia especificidad, porque ataca una parte muy íntima de la persona. La violencia sexual se produce cuando el cuerpo de la mujer es utilizado para el exclusivo placer sexual del agresor; sin mediar un explícito rechazo de la víctima y sin causar lesiones físicas.

### 3.2.3 Violencia económica

La violencia económica es definida como todo acto de fuerza o de poder ejercido contra las mujeres y que vulnera sus derechos económicos, este tipo de violencia va limitando a las mujeres en el ejercicio de su ciudadanía y sus derechos, ya que muchas mujeres dejan de asistir a la escuela o de buscar trabajo porque no hay quien cuide a las personas enfermas, a las niñas y niños. Al final esas mujeres van sintiéndose frustradas porque no tuvieron las oportunidades que sí tuvieron otras personas.



La violencia económica, es aquella en la que el agresor se hace dueño y controla el patrimonio, la economía, los bienes y el dinero de la mujer, sin su expreso consentimiento y provocando, siempre, un empobrecimiento de la víctima, el maltrato económico que se basa en el control incontenido de los medios, recursos económicos o dinerarios propios de la mujer dentro de este maltrato económico cabría incluir cualquier restricción o impedimento coercitivo para acceder a determinadas actividades laborales y ocupar ciertos puestos de trabajo, hace referencia a todo acto de fuerza o de poder, ejercido contra las mujeres y que vulnera sus derechos económicos, causándoles daño o sufrimiento físico o emocional.

Esta violencia estructural ejercida por personas, instituciones, empresas privadas e incluso sistemas sociales, excluye, discrimina y priva del acceso y control de los recursos a las mujeres, derechos económicos como el trabajo o empleo digno, el acceso a créditos, tierra, tecnología y capacitación para la inserción a la vida productiva, salarios y prestaciones justas, acceso a servicios de comercialización y técnica apropiada, oportunidades de generación de ingresos, y algo muy importante, derecho a que se visibilice y reconozca el trabajo doméstico no remunerado, como un valioso aporte a la economía, son violentados cotidianamente y su impacto en la salud física y mental de las mujeres es altamente nocivo para el desarrollo del país.

Se manifiesta a través de actos como el no aportar dinero intencionalmente para atender las necesidades como la salud, educación, alimentación de la pareja o de las y los hijos menores de edad, así como la manutención de la casa como agua, electricidad, gas, etc., la prohibición de trabajar, controlar el ingreso familiar, recibir un salario menor en comparación con los hombres por un igual trabajo, es una premisa que deben enfrentar muchas mujeres y que viene a complejizar aún más la dinámica de las otras formas de violencia.

### 3.2.4 Violencia psicológica

En la legislación salvadoreña se encuentra regulado la definición de violencia psicológica, en la Ley contra la Violencia Intrafamiliar en el art. 3 literal a). En la Ley Especial Integral para una Vida Libre de Violencia para las Mujeres en su art. 9 literal d) da la definición de violencia psicológica y emocional, este tipo de violencia puede consistir en humillaciones, insultos, menosprecios y en general cualquier acción que causa un deterioro en la estructura psicológica de la mujer, dañando su autoestima y afectando, casi siempre, a su dignidad.

Hay muchos factores estereotipados, que inciden en este tipo de violencia: muchas investigaciones indican que las mujeres maltratadas experimentan un importante sufrimiento psicológico, muchas mujeres víctimas de violencia sufren de depresión o de ansiedad, casi todas muestran un trastorno de estrés postraumático, también es habitual que estén agotadas en forma crónica, algunas no son capaces de conciliar el sueño, otras suelen tener pesadillas, pueden padecer trastornos alimentarios, en ocasiones, suelen recurrir al alcohol y las drogas para enmascarar su malestar y es corriente que se aíslen y que eludan el auxilio que alguien les pudiera ofrecer.

Debe entenderse como violencia psicológica, el conjunto heterogéneo de comportamientos, en todos los cuales se produce una forma de agresión psicológica, puede definirse también que la violencia psicológica es una forma de maltrato, que, a diferencia del maltrato físico, este es sutil y más difícil de percibir o detectar, manifestándose a través de palabras hirientes, descalificaciones, humillaciones, gritos e insultos.

Este tipo de violencia puede ser intencionada o no intencionada, es decir, el agresor puede tener conciencia de que está haciendo daño a su víctima o no tenerla, al igual la víctima puede ignorar que está siendo agredida o simplemente se siente tan amenazada que lo deja pasar, con esto se puede decir que la amenaza es una forma de agresión psicológica, pero que existe una gran

diferencia entre la amenaza y la agresión, porque cuando la amenaza es dañina o destructiva directamente, ahí sí entra a ser más seria y se considera como un estado criminal, penada por la ley.

La intención que trae consigo la violencia psicológica es humillar, hacer sentir mal e insegura a una persona, deteriorando su propio valor, difiere del maltrato físico ya que éste es sutil y es mucho más difícil de percibirlo o detectarlo, este trastorno puede tener bases en la infancia de las personas cuando se llevan a cabo la falta de atención por parte de los padres o familiares, y la violencia intrafamiliar. Los medios empleados por los agresores son: la burla, la ironía, la mentira, la ridiculización, el chantaje, los sarcasmos, el silencio, las ofensas, las bromas hirientes, el aislamiento y las amenazas de ejercer otra violencia como la física y la sexual.

Según las características de la violencia psicológica podemos clasificarlas en tres categorías, la primera el maltrato, puede ser pasivo o activo que consiste en un trato degradante continuado que ataca la dignidad de la persona, generalmente se presenta bajo la forma de hostilidad verbal, como gritos, insultos, descalificaciones, desprecios, burlas, ironías, críticas permanentes y amenazas. También se aprecia en actitudes como portazos, abusos de silencio, engaños, celotipia, control de los actos cotidianos, bloqueo de las iniciativas, prohibiciones, condicionamientos e imposiciones. El segundo es el acoso que se ejerce con una estrategia, una metodología y un objetivo, la víctima es perseguida con críticas, amenazas, injurias, calumnias y acciones para socavar su seguridad y autoestima y lograr que caiga en un estado de desesperación, malestar y depresión que la haga abandonar el ejercicio de un derecho o someterse a la voluntad del agresor. El acoso afectivo, que forma parte del acoso psicológico, es una situación donde el acosador depende emocionalmente de su víctima, le roba la intimidad, la tranquilidad y el tiempo para realizar sus tareas y actividades, interrumpiéndola constantemente con sus demandas de

cariño o manifestaciones continuas, exageradas e inoportunas de afecto. Y el tercero es la manipulación que es una forma de maltrato psicológico donde el agresor desprecia el valor de la víctima como ser humano negándole la libertad, autonomía y derecho a tomar decisiones acerca de su propia vida y sus propios valores. La manipulación hace uso del chantaje afectivo, amenazas y críticas para generar miedo, desesperación, culpa o vergüenza. Estas actitudes tienen por objeto controlar u obligar a la víctima según los deseos del manipulador.

### **3.3 Causas de violencia de género**

En primer lugar es una problemática que inicia en el tipo de educación machista que recibimos desde temprana edad, adjudicándole roles a los niños en las formas aparentemente más sutiles como por ejemplo en el tipo de juguetes que hay en el mercado, los que son creados para niños orientados a la violencia y la agresión, a la competitividad y a la demostración de fuerza y superioridad mientras que en el caso de las niñas por ser consideradas débiles, frágiles y serviles se les enseña mediante juegos a ser madres y dóciles amas de casa; además de la contribución que tienen los medios audiovisuales con películas que reflejan el papel femenino como complaciente y pasivo y a los protagonistas masculinos, como poderosos y admirados. Los video juegos son otra contribución en el mundo moderno para el agudizamiento de la violencia y la agresión en la sociedad, y como si esto fuera poco muchos niños crecen y se desarrollan dentro de hogares donde la violencia es algo rutinario y normal y no necesariamente violencia física sino puede ser verbal, psicológica, económica etc., dándoles de esta manera modelos de convivencia que muy probablemente van a reproducir en sus propias relaciones a lo largo de su vida.

Las raíces de la violencia hay que encontrarlas en el cruce de factores negativos del individuo y de la sociedad, factores del individuo y factores sistemáticos, en el proceso interactivo entre los individuos y entre estos las instituciones y el Estado. Sobre los elementos causales de

esta problemática parece acertado relacionarlo directamente con el patrón económico neoliberal, que inculca antivalores, fomenta la insolidaridad, que se ha convertido en una maquina generadora de desempleo abierto y pobreza, también está el problema de la obsesión por el dinero fácil y rápido, propiciando conductas delictivas, el cual nos lleva a la tercera causal que es la impunidad, una cuarta causal es la deshumanización y el deterioro de los valores como la solidaridad, la fraternidad, la cooperación, etc., valores que hasta cierto punto son cursis y absurdos para el sistema neoliberal, a tal punto que tocan y ven el problema superficialmente.

Las causas de la violencia contra la mujer, la mayor de las veces está relacionado con la ansiedad y el estrés generado por la precariedad económica. Existen factores, o causas que influyen a la violencia contra la mujer, atribuidos a factores sociales y económicos, aunque la violencia contra la mujer no está definida por la clase social ni por el nivel educativo si puede concluir que existe mayor incidencia de esta, en sectores donde la mujer permanece aislada y excluida de oportunidades tanto educativas como laborales, intensificando así el elemento dependencia y por tanto se vuelven mucho más vulnerables.

Factores culturales: en el caso específico de la sociedad actual es predominante el patriarcado y por lo tanto es una tradición que el hombre tenga un lugar privilegiado dentro de las familias, tanto que muchas veces si los padres tienen posibilidades de dar educación solo a alguno de sus hijos es a los varones a quienes se les da prioridad, al igual que en el campo laboral muchas veces entre un hombre y una mujer igualmente calificados y competentes, es el hombre el mejor remunerado. En general el rol adoptado por la mujer la coloca en desventaja y muchas veces soporta la violencia pensado equivocadamente que así protege a sus hijos cuando en realidad y tristemente con eso solo se mantiene el círculo vicioso siendo las mujeres las mayores generadoras de esta cultura machista. Factores estructurales y jurídicos, existe un trato discriminatorio puesto

que la mayor parte de los puestos de poder y de decisión judicial son ocupados por hombres además los esfuerzos por crear una normativa que regule el fenómeno social de la violencia contra la mujer son técnicamente recientes.

### **3.4 Consecuencias de la violencia de género**

La violencia de género aumenta su riesgo de una mala salud. Un número cada vez mayor de estudios que exploran la violencia y la salud informan sistemáticamente sobre los efectos negativos. Las consecuencias de la violencia contra la mujer pueden no ser mortales y adoptar la forma de lesiones físicas, desde cortes menores y equimosis a discapacidad crónica o problemas de salud mental. También pueden ser mortales; ya sea por homicidio intencional, por muerte como resultado de lesiones permanentes o suicidio, usado como último recurso para escapar a la violencia.

La violencia trae dos tipos de consecuencias, físicas y psicológicas, entre las consecuencias físicas está el homicidio, la mayoría de las mujeres que mueren son asesinadas por su compañero actual o anterior, o aún peor la violencia que comienza con amenazas puede terminar en suicidio forzado, muerte por lesiones. Las lesiones sufridas por las mujeres debido al maltrato físico y sexual pueden ser sumamente graves. Muchos incidentes de agresión dan lugar a lesiones que pueden variar desde equimosis ya sean golpes, moretones, fracturas y hasta discapacidades crónicas, un alto porcentaje de las lesiones requiere tratamiento médico. Si se comparan con las mujeres no maltratadas, las mujeres que han sufrido cualquier tipo de violencia tienen mayor probabilidad de experimentar una serie de problemas de salud grave, se ha indicado que la mayor vulnerabilidad de las mujeres maltratadas se puede deber en parte a la inmunidad reducida debido al estrés que provoca el maltrato, por otra parte, también se ha responsabilizado al auto descuido

y a una mayor proclividad a tomar riesgos. Se ha determinado, por ejemplo, que las mujeres maltratadas tienen mayor probabilidad de fumar que aquellas sin antecedentes de violencia.

Entre las consecuencias psicológicas, está el suicidio, en el caso de las mujeres golpeadas o agredidas sexualmente, el agotamiento emocional y físico puede conducir al suicidio, estas muertes son un testimonio dramático de la escasez de opciones de que dispone la mujer para escapar de las relaciones violentas; otra consecuencia psicológica son los problemas de salud mental, varias investigaciones indican que las mujeres maltratadas experimentan enorme sufrimiento psicológico debido a la violencia.

Muchas de las mujeres que sufren de violencia están gravemente deprimidas o ansiosas, mientras otras muestran síntomas del trastorno de estrés postraumático, es posible que estén fatigadas en forma crónica, pero no pueden conciliar el sueño; pueden tener pesadillas o trastornos de los hábitos alimentarios; recurrir al alcohol y las drogas para disfrazar su dolor; o aislarse y retraerse, sin darse cuenta, parece, que se están metiendo en otros problemas, aunque menos graves, pero dañino igualmente.

Las secuelas provocadas por el maltrato físico son evidentes, pero el impacto a nivel psicológico y el deterioro en la calidad de vida de estas mujeres víctimas de violencia es más difícil de identificar y evaluar, entre las consecuencias psicológicas podemos mencionar depresión y ansiedad, tristeza, angustia, fobias y trastorno de pánico, insomnio, cambios del estado de ánimo, ganas de llorar sin motivo, trastorno de estrés postraumático, etc.

### **3.5 Prevención de violencia de género.**

El origen de la violencia contra las mujeres y las niñas hunde sus raíces en las desigualdades sociales por razones de género. Históricamente, a las mujeres se les ha dado un tratamiento

desigual y discriminatorio en virtud de un conjunto de normas, de estereotipos, de valores, de significaciones distintas y desventajosas otorgadas por la sociedad al hecho de ser mujer. El género son todos estos patrones sociales y culturales que pondera lo masculino como superior a lo femenino. La violencia y la discriminación contra las mujeres no es natural, es cultural, aprendida, por lo tanto, es sujeta de transformación.

Cambiar la mentalidad y las costumbres, no es tarea fácil, es una tarea que debe involucrar a la sociedad en su conjunto: se requieren políticas públicas desde todos los frentes que amplíen para las mujeres las oportunidades y el acceso a los recursos; pero sobre todo se requieren acciones colectivas e individuales que deslegitimen la violencia y la discriminación contra las mujeres y las niñas.

El principal camino para acabar con la violencia de género es la prevención. Esto incluye, por supuesto, un cambio global en la forma de ver las relaciones entre mujeres y hombres, un cuestionamiento de los roles sociales y estereotipos, del lenguaje, etc. Estos cambios deben partir de las personas adultas con el objetivo de que se transmitan eficazmente a niños y niñas.

Uno de los aspectos fundamentales del desarrollo de un marco de prevención consiste en saber entender exactamente lo que significa la prevención en contextos humanitarios. La definición de prevención más común que se utiliza en la literatura sobre desarrollo proviene del sector de la salud pública (Centro Virtual de Conocimiento para poner fin a la violencia contra las mujeres y niñas, 2013). De acuerdo con el modelo de la salud pública, existen distintas **fases** de prevención de la violencia contra las mujeres y las niñas, que expresan los momentos en los que la intervención repercute en un problema concreto. Estas son: **la prevención primaria**, son las técnicas que se aplican antes de que se produzca la violencia; **la prevención secundaria**, son las respuestas que se proporcionan después de producirse la violencia, como respuestas inmediatas



para mitigar sus consecuencias a corto plazo; **la prevención terciaria**, son las respuestas a largo plazo “para hacer frente a las consecuencias duraderas de la violencia y abordar las acciones de tratamiento de los agresores”. (CDC, 2004)

La prevención primaria suele ser el término utilizado por defecto para describir actividades concretas de prevención, dado que las fases secundaria y terciaria se solapan con las intervenciones clasificadas generalmente como de respuesta. El principal objetivo de la prevención primaria consiste en evitar que las personas perpetren actos de violencia o los padezcan, mediante la supresión de las normas sociales y los factores ambientales que contribuyen a dicha violencia como las actitudes y creencias que toleran la violencia contra las mujeres y las niñas, las políticas y las leyes, las prácticas institucionales, las desigualdades económicas, etc.

La prevención primaria o el detener la violencia antes que ocurra es el enfoque más estratégico para eliminar la violencia contra las mujeres y niñas, ya que, defender los derechos humanos de las mujeres y niñas evita un grave problema de salud pública, de seguridad y de justicia. Siempre es preferible prevenir los problemas antes de responder a ellos, así como a sus devastadores costos y consecuencias. A la larga, los esfuerzos de prevención primaria que resulten exitosos pueden mejorar la situación social, económica y de salud de las mujeres, así como el bienestar más amplio de la sociedad alrededor del mundo, a través de: calidad de vida mejorada; mejoramiento de la situación de salud de niñas y mujeres; mayor respeto y protección de los derechos humanos; una reducción de formas asociadas de violencia (abuso infantil, violencia juvenil); y, beneficios en cuanto a costos debido a la menor necesidad de cuidados médicos, servicios de salud mental, justicia penal, encarcelaciones y costosos programas para perpetradores, deficiente desempeño educativo y la pérdida de la productividad de las mujeres.

La prevención supone trabajar en los diferentes niveles de la sociedad para lograr cambios en las instituciones e implementar intervenciones dirigidas a grupos específicos. Áreas para una amplia intervención: Cambiar el conocimiento y actitudes individuales; llegar a gente joven e involucrar a hombres y niños como aliados. Empoderar social y económicamente a las mujeres. movilizar las comunidades, la educación y el marketing social.

Sin embargo, hay limitadas evidencias y conocimientos especializados en cuanto a cómo diseñar e implementar estrategias efectivas de prevención primaria para terminar con la violencia contra las mujeres, con algunas excepciones provenientes fundamentalmente de países industrializados y de áreas específicas. Algunos expertos recomiendan que la educación juvenil universalmente aplicada y los programas de base escolar sumados a campañas de prevención nacional continuas, reforzadas por intervenciones de movilización comunitaria, pueden especialmente brindar estrategias prometedoras al combinarse. (Donovan and Vlasis, 2005).

### **3.5 Estrategias**

- Poner en funcionamiento la infraestructura e instituciones necesarias para abordar la violencia contra mujeres y niñas, usando el modelo ecológico para lograr cambios en las conductas y prácticas individuales, interpersonales, comunitarias y a un nivel más amplio de la sociedad.
- Promover la equidad de género a través de la expansión de oportunidades económicas, el acceso a servicios básicos, a la educación, participación social y política de las mujeres y niñas, así como destruir estereotipos de género que son perjudiciales para niñas y mujeres. Las intervenciones que son efectivas han incluido la educación comunitaria en equidad de género, los derechos humanos o la violencia contra las mujeres, sumado a la ayuda que pueda darse para que las mujeres logren su sustento a través de las microfinanzas.

- Cambiar actitudes, normas y prácticas discriminatorias que perpetúan la violencia contra las mujeres y niñas a través de enfoques multifacéticos de movilización social y campañas dirigidas. Entre los ejemplos figuran programas de base escolar para niños y adolescentes, la educación recreativa en torno a la equidad de género, mensajes educativos contrarios a la violencia que sean difundidos a través de la televisión, el cine y otras formas populares de entretenimiento para jóvenes adultos, y la movilización de redes de pares; o campañas específicamente dirigidas a las conductas y roles de los hombres para eliminar la violencia contra las mujeres.
- Desarrollar programas e intervenciones basadas en la ciencia conductual y en las teorías del cambio.
- Involucrar grupos clave estratégicos, en particular adolescentes y hombres, junto a líderes que sean clave a nivel comunitario, tradicional, cultural o religioso.
- La realización de campañas constituye una importante estrategia para lograr variados resultados en cuanto a acabar la violencia contra mujeres y niñas, en tanto pueden colaborar a la generación de cambios a nivel individual, interpersonal y comunitario, así como a un nivel más amplio de la sociedad. Las campañas pueden ser desarrolladas para lograr diferentes objetivos relacionados a prevenir y hacer frente a la violencia contra las mujeres, teniendo como objetivo variadas audiencias y usando diversos métodos para comunicar el mensaje deseado. Las estrategias sociales de marketing que se han implementadas por varios años pueden especialmente fortalecer el impacto del mensaje, además de expandir las audiencias a las que se ha llegado a través de una campaña específica. Áreas amplias para la realización de campañas son: Elevar la sensibilización pública del tema y promover la tolerancia cero hacia la violencia. Conseguir el apoyo de los encargados de elaborar las

políticas para la introducción, reforma e implementación de la legislación. Elevar el nivel de conocimiento entre las mujeres y niñas respecto a sus derechos legales y los mecanismos a los que pueden acudir, y hacerles conocer sobre la disponibilidad y ubicación de los servicios.

### **3.6 Habilidades preventivas de violencia de género.**

La habilidad es la capacidad o elementos psicológicos disposicionales que permite entender la variabilidad de respuestas que se observan ante una misma situación por distintas personas (Pelechano, 1996).

Las habilidades preventivas de violencia de género son habilidades que permiten enfrentar eficazmente las demandas y desafíos de la vida cotidiana para mantener un estado de bienestar emocional, intelectual y social. “Laboratorio de enseñanza virtual de la Universidad Nacional Autónoma de México: habilidades de prevención”. señala las siguientes habilidades preventivas.

#### **3.6.1 Habilidades sociales**

Las habilidades sociales son un conjunto de comportamientos aprendidos realizados por un individuo en un contexto interpersonal, expresando comportamientos verbales y no verbales, sentimientos, actitudes, deseos, opiniones, derechos, suponiendo así iniciativas y respuestas efectivas y apropiadas, que permiten resolver problemas inmediatos y que reducen la aparición de futuros problemas (Caballo, 2002).

Estas habilidades permiten relacionarse adecuadamente con las personas con el fin de mejorar la convivencia social y así evitar relaciones conflictivas:

- **Asertividad:** Es la capacidad para expresar de manera clara y precisa nuestras ideas y sentimientos en el momento indicado y de manera adecuada, sin herir ni perjudicar a nadie, haciendo valer nuestros derechos y respetando los de los demás
- **Cooperación y empatía:** Para mantener relaciones sanas es importante aprender a trabajar en equipo, esto implica trabajar para un fin común donde todos salgamos beneficiados. Para lograr este objetivo, es importante: Utilizar nuestras habilidades de comunicación y asertividad. Ser empáticos.

### 3.6.2 Habilidades cognitivas

Son un conjunto de procesos mentales cuyo objetivo es que integremos la información que adquirimos a través de los sentidos en una estructura de conocimiento. (Mestre, Sampur & Tur, 2008)

- **Autoconciencia:** Se trata del hecho de ser capaces de reconocerse a sí mismos, de considerarse un ser propio independiente del resto del entorno. También permite que seamos capaces de tener y autogestionarse una historia personal y asentar y hacer significativo el aprendizaje.
- **Resolución de problemas:** Capacidad de utilizar los conocimientos adquiridos, organizarlos y vincularlos a la búsqueda de una solución a las problemáticas que nos encontramos.

### 3.6.3 Habilidades para el control de emociones.

Estas habilidades implican reconocer las emociones propias y las de los demás, siendo conscientes de cómo las emociones influyen en el comportamiento y siendo capaces de responder a éstas apropiadamente. El control apropiado de las emociones en una situación difícil permite manejar y resolver de mejor manera la problemática. (Mestre, Sampur y Tur, 2008)

- Control de impulsos: capacidad de regular la intensidad, frecuencias y duración de una emoción en función del propio bienestar
- Manejo de estrés: El afrontamiento al estrés implica reconocer las fuentes de estrés en nuestras vidas, reconociendo cómo nos afecta y cómo actuar para ayudar a controlarlo. Esto significa que nosotros tomamos acción para reducir las fuentes de estrés.

## CAPITULO IV

## OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLE

<b>VARIABLE</b>	<b>DEFINICIÓN</b>	<b>CATEGORIA</b>	<b>INDICADORES</b>
Habilidades de prevención en violencia de género	Se entiende como la capacidad que goza una persona para tomar medidas por adelantado para evitar ejercer o recibir algún tipo de daño	- Habilidades sociales	- Asertividad - Cooperación y empatía
		- Habilidades cognitivas	- Autoconciencia Resolución de problemas
		- Habilidades para el control de emociones	- Control de impulsos - Tolerancia al estrés

## CAPÍTULO V

### DISEÑO METODOLÓGICO

#### 5.1 Tipo de estudio

##### *5.1.1 Estudio descriptivo*

Como afirma Sampieri (1991) se busca detallar situaciones y eventos, es decir cómo es y cómo se manifiesta determinado fenómeno y busca especificar propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis (Pág. 60). Esta investigación se considera que es de carácter descriptivo porque el propósito es investigar las habilidades preventivas sobre violencia de género que poseen los jóvenes del Centro de Desarrollo Integral 851, de esa manera realizar un diagnóstico, analizar y sobre esa base establecer una propuesta “programa psicoeducativo para prevenir violencia de género, dirigido a jóvenes del Centro de Desarrollo Integral 851.”

#### 5.2 Método hipotético inductivo.

##### *5.2.1 Metodología cualitativa:*

Es un proceso inductivo contextualizado en un ambiente natural, esto se debe a que en la recolección de datos se establece una estrecha relación entre los participantes de la investigación sustrayendo sus experiencias e ideologías en detrimento del empleo de un instrumento, además busca sobre todo la dispersión de la información. (, pág. 26)

#### 5.3 Población muestra y muestreo

##### *5.3.1 Población*

“Población o universo: conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones” (Sampieri, 2014, pág. 174)



### **La población de la investigación:**

Los jóvenes inscritos en el Centro de Desarrollo Integral siendo un total de 207 estudiantes.

#### **5.3.2 Muestreo**

El muestreo es no probabilístico intencionado, debido a que los jóvenes han sido seleccionados por conveniencia.

#### **5.3.3 Muestra**

“La muestra es, en esencia, un subgrupo de la población” (Sampieri, 2014, pág. 175)

La muestra total de la investigación es de 8 jóvenes del género femenino y masculino de un rango de edad de 16 a 18 años del Centro de Desarrollo Integral 851.

### **5.4 Criterios de inclusión.**

- Jóvenes activos del Centro de Desarrollo Integral 851.
- Jóvenes que cursen bachillerato.
- Jóvenes de género masculino y femenino.

### **5.5 Técnicas e instrumento.**

#### **5.5.1 Técnica**

##### **Grupo de enfoque.**

Puede ser definido como una discusión cuidadosamente diseñada para obtener las percepciones sobre una particular área de interés, proveer información sobre las percepciones, los sentimientos, y las actitudes de los informantes sobre el tema en estudio. La evidencia de los grupos de enfoque sugiere que las opiniones de un individuo pueden cambiar en el curso de la discusión con otros, porque las personas influyen las unas a las otras por medio de sus comentarios.

Los/as analistas de grupos focales pueden descubrir más información sobre cómo dicho cambio ocurrió y la naturaleza de los factores influyentes. (Krueger, 1991).

### ***5.5.2 Instrumento.***

Se elaboró un guion de preguntas, que según Monistrol (2007), contiene los temas y subtemas que deben cubrirse en la investigación; se trata de construir un esquema con los puntos a tratar sin considerarlo un guion cerrado ni pretendiendo seguir el mismo orden de preguntas establecido en un principio, puesto que más que seguir un orden de preguntas, interesa recoger el flujo de la información particular de cada participante además de captar aspectos no previstos en la guía que resulten interesantes de recopilar y conocer.

El instrumento consta de cuatro apartados, en primer lugar, el objetivo de la investigación, la identificación del moderador es el segundo apartado. Un tercer apartado son las categorías en estudio en la categoría de violencia de género se pretende conocer la definición que le otorga cada participante y la percepción que tienen sobre violencia de género, en la segunda categoría habilidades sociales busca conocer la asertividad, cooperación y empatía, en la categoría de habilidades cognitivas esta autoconciencia y resolución de conflictos y en la categoría de habilidades para el control de emociones se busca conocer el control de impulsos y tolerancia al estrés. Se han tomado en cuenta estas habilidades ya que el laboratorio de enseñanza virtual de la Universidad Nacional Autónoma de México señala que estas son las habilidades que las personas poseen para prevenir la violencia. Y como último apartado se encuentra las preguntas orientadoras, tres preguntas corresponden a la primera categoría y dos por cada categoría de habilidades siguientes, las cuales se elaboraron con ejemplos de situaciones en la vida cotidiana y así poder conocer la opinión de cada participante en cada situación. Y consta de una pregunta de cierre.

## 5.6 Procedimiento

Como primer paso, la investigadora se comunicó con la directora del Centro de Desarrollo Integral, por vía telefónica, se realizó de esa manera debido a la cuarentena obligatoria en la que se encontraba el país, luego de hacer la petición y recibir su aprobación, la directora se dedicó a localizar a los jóvenes con quienes se trabajaría.

Como segundo paso para la recolección de información se organizó una sala virtual, en ella estaban presente los ocho jóvenes, la directora del CDI y la investigadora, todos debían de tener su cámara y audio encendido, excepto la directora, ya que los jóvenes no sabían que ella estaría en la sala virtual, pero por motivos de seguridad y ser representante de ellos, ella pidió estar presente. La investigadora inicio presentándose y expresando el objetivo de la investigación, se les pidió a cada uno que se presentara, luego se les dio las indicación en las que se iba a realizar el grupo de enfoque, primeramente se les pidió que al finalizar la investigación lo que se había hablado no se fuera a comentar con otras personas por motivos de privacidad, ellos podían comentar sus puntos de vista o experiencias personales, que tuvieran la confianza de hablar, no existían respuestas buenas ni malas. Se les dio un orden de quien hablaría primero y quien le seguía a cada uno para tener control del grupo, se les explico que se les iban a hacer preguntas o presentar casos en los que ellos deberían de responder según lo que ellos piensan, han hecho o harían en el caso hipotético, si en algún momento ellos no entendían la pregunta estaban en la libertad de expresarlo y así explicarle de mejor manera.

### **5.7 Análisis de la información**

Se entiende por análisis “la utilización de una serie de procedimientos y técnicas, una vez obtenida la información”

El análisis se realizó a través de la interpretación de los discursos de los jóvenes, buscando el significado a partir de lo que ellos opinan, piensan y sienten. Lo que permite ir construyendo las acciones que impulsan la investigación, así conocer las particularidades de cada experiencia. Se analizó cada categoría.

### **5.8 Consideraciones éticas**

Toda la información obtenida dentro de la investigación es utilizada únicamente con fines de trabajo de grado y se maneja de forma confidencial como lo dice el código de ética del psicólogo en el capítulo III Normas éticas en el inciso 2.7 como investigador.

## CAPÍTULO VI

### CONSTRUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN

#### 6.1 Análisis

En la propuesta del programa psicoeducativo para prevenir violencia de género, se realizó un grupo de enfoque, donde se presentó un instrumento que fue dirigido a los jóvenes del Centro de Desarrollo Integral 851, con el objetivo principal de la investigación, conocer las habilidades que poseen los estudiantes para prevenir la violencia de género. Dicho instrumento se divide en cuatro categorías a enfocar. Dentro de la categoría número uno, se encuentran las preguntas uno, dos y tres, que permiten conocer la definición y percepción que tienen los estudiantes sobre la violencia de género. La categoría número dos es habilidades sociales, donde se conoce asertividad, cooperación y empatía, que son elementos que se abarcan en las preguntas cuatro y cinco. En la categoría número tres se enfocan las habilidades cognitivas; donde se incluye la autoconciencia y la resolución de problemas, que se ve reflejado en las preguntas seis y siete. La cuarta categoría es la última, donde se sitúan las habilidades para el control de las emociones, se incluye el control de los impulsos y la tolerancia al estrés, que se dan a conocer en las preguntas ocho y nueve.

Cabe mencionar que la pregunta número diez no está incluida en ninguna de las categorías. Sin embargo, brinda una pauta general, para siempre seguir conociendo los puntos de vista de los estudiantes, sobre otros aspectos a considerar, e incluso se pueden desarrollar opiniones a partir de experiencias personales o conocidas sobre la violencia de género, que aporten relevancia y nuevos elementos a la investigación.

Se entiende por violencia de género cualquier acto violento o agresión, basados en una situación de desigualdad en el marco de un sistema de relaciones de dominación de los hombres sobre las mujeres que tenga o pueda tener como consecuencia un daño físico, sexual o psicológico, incluidas las amenazas de tales actos y la coacción o privación arbitraria de la libertad, tanto si ocurren en el ámbito público como en la vida familiar o personal. En la primera categoría, la mayoría de los estudiantes brindan un punto de vista similar, establecen que la violencia de género, es cuando se propician daños; golpes, gritos de una persona a otra, especificando que la violencia se observa más de parte de un hombre siendo victimario, hacia una mujer que es la víctima. De hecho, una de las participantes expresa un poco sobre una vivencia personal, donde fue ella la víctima de violencia. Por lo que si se tiene un concepto certero sobre que es la violencia de género y aparte se especifica que son las mujeres quienes son las más vulnerables ante este tipo de situaciones. Este resultado es congruente con el estudio de la Organización Panamericana de la Salud realizado en El Salvador en el 2018 en donde el 47% de las mujeres alguna vez casadas o acompañadas experimento algún tipo de violencia.

Asimismo, es imprescindible conocer y reconocer qué tipos de violencia existen en nuestras sociedades para poder combatirlos. Teniendo en cuenta que no existe un maltrato peor que otro, pues todos surgen de la discriminación y terminan en la violencia física, la opresión y hasta la muerte. Entre las formas de violencia más común están: La violencia económica, corresponde a cualquier acción o acciones que buscan una pérdida de recursos económicos/patrimoniales mediante la limitación, por ejemplo, las mujeres no pueden tener propiedades o hacer uso de su dinero o de sus derechos patrimoniales. La violencia psicológica consiste en cualquier acción que sintamos que nos degrada como personas o trata de controlar nuestras acciones o decisiones. Este tipo de violencia no tiene por qué alcanzar el hostigamiento o

la humillación, sino que puede manifestarse como acoso, restricción, humillación, manipulación o aislamiento, produciendo daños emocionales y perjudicando nuestro desarrollo personal hasta problemas emocionales y psicológicos muy graves que han llevado a muchas mujeres al suicidio. La Violencia física se traduce en cualquier acción que provoca daño o sufrimiento físico y afecta a la integridad de la persona: hematomas, heridas, quemaduras y hasta un empujón y la violencia sexual es toda acción que amenaza o viola el derecho de una mujer a decidir sobre su sexualidad y abarca cualquier forma de contacto sexual. La violencia sexual no se limita a forzar a una mujer contra su voluntad, sino a cualquier tipo de acoso, explotación, abuso o intimidación, sin importar si se da dentro o fuera del matrimonio o de cualquier relación. En el 2019 el ISDEMU a través del documento Informe Anual sobre el Estado y Situación de Violencia contra las Mujeres en El Salvador 2019, el ISDEMU detallo que el tipo de violencia que más sufren las mujeres durante su vida en El Salvador es la sexual y detalló que este tipo de violencia se registra con mayor frecuencia en el sector educativo.

Centrándonos en la segunda pregunta, se puede identificar que los participantes conocen acerca de los tipos de la violencia de género gracias a las redes sociales, televisor, documentos. La mayoría menciona que las que son más conocidas son la violencia física y psicológica, otros aportan violencia sexual y hasta económica, aunque no comprenden totalmente dichos términos. Expresan adecuadamente que es la violencia psicológica, incluso mencionan que en ocasiones se puede omitir como violencia, pero que efectivamente si lo es. Vemos como haciendo uso de las herramientas que se tienen al alcance hoy en día, como las redes sociales, los jóvenes pueden conocer sobre la temática, que sin duda alguna aporta conocimientos básicos para una posible prevención ante la violencia de género.

Entrando a la pregunta número tres, se pudo identificar que los jóvenes tienen puntos de vista parecidos y certeros entre ellos respecto a dicha pregunta, donde se cuestiona el por qué existe la violencia de género, donde ellos expresan que puede ser algo hereditario, por la crianza, que claramente es un factor fundamental. A través del estilo de crianza se perpetua de generación en generación la violencia y se va normaliza hasta cierto punto el deber ser del hombre como victimario y que siempre haya una víctima que sea mujer. Como entre gritos, golpes, malos tratos, padres crían a sus hijos, porque repiten patrones de conducta de como ellos fueron criados. Mujeres que desde pequeñas se les hizo creer que su único trabajo era ser ama de casa, cuidar a sus hijos y atender a su esposo, que fueron tachadas de rebeldes si aspiraban a más que cuidar de los suyos. Sabemos que todos esos patrones de conducta, estilos de crianza, estereotipos, influyen aun en las nuevas generaciones, por lo que es necesario concientizar sobre esta temática, y es lo que esta investigación aporta, indagar sobre que conocen los jóvenes de hoy en día, sobre temas que se han venido tratando como tabú, arrastrando como algo que no se debe hablar, que se debe dejar en el pasado, pero que así como antes, trae consecuencias negativas para la sociedad. En el 2018 la Organización Panamericana de la salud realizo un estudio en El Salvador en donde indica que los patrones de comportamiento violento, frecuentemente pasan de generación en generación. Del total de mujeres salvadoreñas de 15 a 49 años de edad, el 24 por ciento observó durante su niñez y adolescencia antes de cumplir 18 años a un hombre maltratando físicamente a una mujer en el ámbito del hogar. Esto se aplica en la realidad que una de las participantes manifestó diciendo que considera que la violencia es hereditaria ya que ella en su infancia vio como sus padres se violentaban y ella al acompañarse siguió viviendo esa violencia.



La categoría dos, se inicia realizando un cuestionamiento sobre la siguiente situación: Has tenido un día muy pesado y has quedado en reunirte con tu pareja a las 4:00pm, pero se ha demorado una hora más en llegar y no te aviso. No estás de buen humor. ¿Le reclamas o reprochas? ¿aceptas y te conformas con el hecho de que haya llegado? Para identificar las habilidades sociales con las que cuentan ante esta situación. Seis jóvenes comparten que primero pregunta la razón del porque el atraso, si es algo justificable prefieren no entrar en conflicto, pero igual les hacen saber su incomodidad ante tal hecho. Por el contrario, dos jóvenes expresan que si generan un conflicto ante la situación planteada y comentan sus experiencias. Con las respuestas a esta pregunta, se da a conocer el tipo de comunicación que tienen los estudiantes con las personas que se relacionan y con asertividad expresan sus pensamientos, sentimientos y emociones. En el documento “personas asertivas” de Juan Armando Corbin publicado en el año 2018, explica que la habilidad de asertividad es un estilo de comunicación clave, ser asertivo significa que una persona expresa su opinión correctamente y defiende su punto de vista, mientras respeta el derecho de los demás. A partir de los resultados podemos decir que la mayoría de los jóvenes cuentan con la habilidad asertiva.

En la pregunta cinco se presenta el siguiente caso: Llegas a tu casa después de estar todo el día en el colegio haciendo muchas actividades y estas agotada/o, cuando entras ves a un familiar del sexo femenino haciendo los quehaceres de la casa, que también tuvo un día agotador y le hace falta mucho por terminar. ¿Qué haces? ¿Le ayudas de inmediato? ¿Le dices que lo pospongan para otro día? ¿Lo ignoras?, para determinar la habilidad de cooperación y empatía que tienen los estudiantes, seis de ellos expresaron que tienen sus tareas asignadas, que, aunque no las hagan de momento, saben que después deben realizarlas para cooperar con las responsabilidades del hogar, mientras que dos de ellas manifiestan que prefieren descansar, antes de ayudar, porque al final las

que hacen los quehaceres del hogar son las madres. Castellero M. En el 2018 a través de su documento “características de la empatía” explica que; La empatía es la capacidad de identificarnos con lo que el otro siente o piensa, de compartir sus sentimientos y emociones. Es una forma saludable de relacionarnos con las otras personas, y establecer relaciones constructivas y enriquecedoras y es una habilidad social sumamente relevante en nuestras relaciones familiares, escolares y profesionales. Se puede decir entonces, seis de los estudiantes entrevistados poseen las habilidades de cooperación y empatía, y dos carecen de ella.

La tercera categoría valora autoconciencia y resolución de conflictos en los estudiantes, donde en la pregunta seis se les cuestiona cuáles las circunstancias que les hacen sentir tristes, alegres y enojados. En esta pregunta se puede conocer que todos los estudiantes entrevistados logran identificar, tener autoconciencia y hay un autoconocimiento de cuáles son las situaciones o momentos que los hacen sentir tristes, alegres o enojados. Goleman en el libro “Liderazgo” describe que; la persona autoconsciente se manifiesta con franqueza y capacidad de autoevaluación realista, sabe hablar con certeza y naturalidad de sus emociones y de cómo repercuten en su trabajo y el resto de su vida. Por lo tanto, podemos decir que los jóvenes poseen esa habilidad y es la que les ayuda a expresarse de manera más consciente y abierta con los demás.

En la pregunta número siete se busca conocer la habilidad de resolución de conflictos que tienen los estudiantes con la siguiente interrogante: Has tenido un problema con tu pareja ¿Qué haces? ¿Buscas la manera de hablar y arreglar el problema? ¿Te quedas con el resentimiento y no te interesa solucionarlo? Uno de ellos expresa que se quedaría con el resentimiento y no buscaría solucionar el conflicto, dos personas manifiestan que, si ellos tienen la culpa del conflicto, buscarían la manera de arreglar la situación y sino buscan que la otra persona los busque a ellos, mientras que los otros cinco jóvenes expresan que esperarían que se les pase el enojo, para poder

hablar de manera pasiva con su pareja y para poder solucionar el conflicto. Es importante tomar en cuenta que la mayoría de los jóvenes expresan sus emociones para poder resolver los problemas siendo asertivos y uno de ellos no incide en soluciones efectivas para los problemas.

Entrando en la categoría cuatro, se encuentra la pregunta ocho, que evalúa el control de impulsos con la siguiente pregunta: Tu pareja ha actuado de una forma que no te agrado y llegaste al punto donde te encuentras muy enojada/o y quieres reclamarle. ¿Qué haces? ¿Primero piensas bien en la manera que lo harás y que le dirás? ¿O se lo dices en el momento, sin pensar las consecuencias? La mayoría expresa que, ante la situación planteada, saben controlar sus impulsos, puesto que manifiestan que esperan a que se les pase el enojo para poder conversar, solo una de las estudiantes menciona que ella expresa las cosas sin pensar, no le interesa si lastima al otro, ni cual serían las consecuencias que generen sus actos, por lo tanto, no posee dicha habilidad. Flor Giner en el 2012 a través del documento “Inteligencia emocional” expresa qué; el control del Impulso, es la habilidad para resistir o retardar un impulso, motivo o tentación actual que implica la capacidad para aceptar nuestros impulsos agresivos y controlar la agresión, la hostilidad y la conducta irresponsable, es dar tiempo a nuestro lado racional a intervenir antes de reaccionar en forma inapropiada. Como resultado se obtuvo que los jóvenes en su mayoría saben controlar sus impulsos.

La pregunta número nueve, evalúa la habilidad de tolerancia al estrés con la siguiente pregunta; qué hacen cuando se sienten estresados. Seis de los estudiantes expresan que buscan actividades que contrarresten el estrés, como escuchar música, ver videos, tratar de relajarse, buscar una actividad física y después de eso, continuar ejerciendo sus labores normalmente, mientras que dos manifiestan que no saben cómo manejar el estrés, se sienten incompetentes y se les hace difícil continuar con sus labores, por lo tanto, no poseen dicha habilidad. Flor Giner en el

2012 a través del documento “Inteligencia emocional-tolerancia al estrés” expresa qué; la tolerancia al estrés es la habilidad para adaptarse y resistir los dolores inevitables de la vida, los eventos adversos, amenazas y alteraciones de la vida, sin derrumbarse, afrontando el estrés en forma activa y positiva y, por lo tanto, evitando debilitar la salud física y emocional buscando actividades que la contrarresten. Por lo tanto, podemos decir que los jóvenes saben manejar la situación y el estrés buscando realizar actividades que haga disminuir la situación que los estresa.

La pregunta número diez, no entra en ninguna de las categorías antes planteadas, pero se considera importante la perspectiva que tienen los estudiantes sobre qué consejo le daría a una persona que está siendo víctima de violencia de género. Esta pregunta la contestaron a partir de sus experiencias personales y de los conocimientos previos que tenían sobre la temática, el consejo que brinda la mayoría es que denuncie el acto y que se aleje del victimario. Cabe mencionar que hay una de las jóvenes que ha sido víctima de violencia de género, expresando que; desde su infancia estuvo expuesta a ver como sus padres ejercían la violencia intrafamiliar mutuamente, por lo cual ella creyó que era algo normal en las familias, a la edad de quince años se acompañó con su novio quien le ejercía violencia de tipo física y psicología, menciona que ella también ejercía violencia a su pareja, vivió en esa situación durante un año y medio, hasta que con ayuda de unos familiares logro terminar la relación. Al entrevistarla y querer conocer sobre sus habilidades preventivas de violencia de género, se encontró como consecuencia de una infancia sometida a la violencia intrafamiliar y un patrón repetitivo con su pareja, que ella carece de estas habilidades de prevención. Lo cual reafirma la importancia de desarrollar en los niños y jóvenes las habilidades sociales, cognitivas y emocionales el cual les permite el desarrollo pleno para la prevención de violencia de género.

## CAPÍTULO VII

### REFLEXIONES FINALES Y PROPUESTA

#### 7.1 Conclusión

En el transcurso de esta investigación se logró determinar las habilidades preventivas sobre violencia de género que poseen los jóvenes del Centro de Desarrollo Integral 851, de la Ciudad de San Miguel, durante el año 2020.

En esta tesis se realizó un diagnóstico de las habilidades preventivas sobre violencia de género que poseen jóvenes del Centro de Desarrollo Integral 851, de la Ciudad de San Miguel, durante el año 2020. A través del instrumento aplicado, se logró obtener el diagnóstico de las habilidades preventivas que poseen los jóvenes del CDI 851, poseen habilidades sociales, expresan los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de modo adecuado a la situación en la cual se encuentran, a su vez respetando las conductas del otro, por lo tanto, se identificaron la asertividad, cooperación y empatía. Las habilidades cognitivas también están presentes, los jóvenes son conscientes de su pensamiento, se enfocan en la toma de decisiones, por lo tanto, se identificó autoconciencia y la capacidad de resolución de problemas. Así mismo poseen habilidades para el control de emociones, los jóvenes conocen y buscan maneras de controlar sus emociones por lo tanto se identificó, control de impulsos y manejo de estrés. Algunos jóvenes presentaron deficiencia en habilidades preventivas.

Es importante reconocer los aspectos que posee cada tipo de violencia para así crear un perfil que ayude a poder identificar las pautas que indican que existe en peligro y así poder prevenir la violencia de género. Los tipos de violencia poseen aspectos que pueden ser interpretados de manera inofensiva y ser normalizados por la víctima y el victimario. Las humillaciones,

desprecios, hostigamiento, manipulaciones, aislamiento, palabras denigrantes u ofensivas son parte de la violencia psicológica y son igual de graves que la violencia física, en donde existe empujones, jalones de cabello, apretones, golpes fuertes, moretones, heridas con cualquier tipo de arma. La violencia sexual se identifica al sentir acoso, intimidación, abuso, forzar contra su voluntad así sea su pareja, es toda acción que amenaza o viola el derecho de la mujer de decidir por su sexualidad. El control y manipulación de los bienes o dinero forman parte de la violencia económica, quitar la libertad o limitarla al uso de dinero o bienes.

En esta tesis se realizó una propuesta de programa psicoeducativo dirigido a atender las dificultades encontradas y al fortalecimiento de las habilidades preventivas sobre violencia de género identificadas en el estudio. A partir del diagnóstico obtenido se realizó la propuesta del programa, el cual tiene como objetivo principal colaborar en la prevención de violencia de género, proporcionarles un conocimiento más amplio sobre la violencia de género, los tipos de violencia, causas y consecuencias, si bien los jóvenes conocen sobre el tema, es importante reforzar esos conocimientos ofreciendo un contenido mejor explicado, ya que ellos expresan que lo que conocen es a partir de lo que ven en las redes sociales, documentos de internet o televisión, pero nunca han recibido la información de una manera más adecuada. También va dirigido al desarrollo de las habilidades sociales, cognitivas y emocionales, que forman parte de las habilidades de prevención de violencia de género.

# **Programa psicoeducativo para prevenir violencia de género**

*Sofía Torres Mena*

2020



## Índice

<b>PRESENTACIÓN</b> .....	4
<b>OBJETIVOS</b> .....	6
<b>Objetivo general.</b> ....	6
<b>Objetivos específicos</b> .....	6
<b>TEMPORIZADOR</b> .....	7
<b>CRONOGRAMA</b> .....	8
<b>DESARROLLO DE SESIONES</b> .....	10
<b>SESIÓN 1</b> .....	10
<b>SESION 2</b> .....	12
<b>SESIÓN 3</b> .....	14
<b>SESIÓN 4</b> .....	16
<b>SESIÓN 5</b> .....	17
<b>SESIÓN 6</b> .....	19
<b>SESIÓN 7</b> .....	21
<b>SESIÓN 8</b> .....	24
<b>SESIÓN 9</b> .....	26
<b>SESIÓN 10</b> .....	28
<b>SESIÓN 11</b> .....	30
<b>MATERIAL DE APOYO</b> .....	32
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	39



## PRESENTACIÓN

El proyecto tiene como objetivo Prevenir la violencia de género en los jóvenes del Centro de Desarrollo Integral 851, de la ciudad de San Miguel. Cada uno de los temas a tratar dentro del proyecto son de vital importancia debido a que forman parte de una de las problemáticas que vive nuestro país.

El proyecto comprende una serie de actividades a ejecutar, las cuales se desarrollarán mediante sesiones con temas psicoeducativos sobre: violencia de género, tipos de violencia de género, causas de violencia de género, consecuencia de la violencia de género, habilidades para el control de emociones, habilidades cognitivas, habilidades sociales; que fortalecerán las habilidades preventivas sobre violencia de género en los jóvenes, se incluirán dinámicas, actividades y jordanas preventivas de violencia de género.

Se busca como resultado que al finalizar el proyecto los jóvenes tengan conocimiento sobre violencia de género, identifiquen los tipos de violencia, reconozcan las causas, comprendan las consecuencias de la violencia de género, conozcan los factores protectores en situaciones de violencia, así mismo fortalecer el desarrollo de las habilidades para el control de las emociones, habilidades cognitivas y habilidades sociales. El proyecto cuenta con: *temporizador* en el cual explica la organización de las sesiones del proyecto, también con un *cronograma* en donde se detallan las semanas, temas y tiempo de cada sesión.

El *desarrollo de cada sesión* está organizado en un cuadro que está dividido en nueve apartados, el primero describe el número de sesión, el segundo el nombre de la temática a desarrollar, el objetivo de la sesión es el apartado número tres en él se plasma lo que se quiere lograr en la sesión, de esa forma da paso a la descripción de la sesión que es el apartado cuatro en donde se mencionan cada paso que se realizara, el quinto apartado es los contenidos, en él se mencionan cada uno de los subtemas que se desarrollaran, las competencias a desarrollar es el sexto apartado, en él se puede mencionar cualquiera de las siguientes competencias: Manejo de información; para su desarrollo se requiere identificar lo que se necesita saber, aprender a buscar, identificar, evaluar, seleccionar, organizar, y sistematizar información, apropiarse de la información de manera crítica, utilizar y compartir información con sentido ético. Manejo de situaciones: para su desarrollo se requiere enfrentar el riesgo, la incertidumbre, plantear y llevar a buen término procedimientos,

administrar el tiempo, propiciar cambios, y afrontar los que se presenten, tomar decisiones y asumir sus consecuencias, manejar el fracaso, la frustración, y la desilusión, actuar con autonomía en el diseño y proyecto de vida. Convivencia: su desarrollo requiere empatía, relacionarse armónicamente con otros y la naturaleza, ser asertivo, trabajar de manera colaborativa, tomar acuerdos y negociar con otros, crecer con los demás. El séptimo apartado es la metodología y sugerencias, se pueden mencionar una o varias de las siguientes metodologías: metodología por descubrimiento guiado: promueve que el aprendiente adquiera los conocimientos por sí mismo, de tal modo que el contenido que se va a aprender no se presenta en su forma final, sino que debe ser descubierto por el aprendiente. Metodología participativa: es un proceso de trabajo que concibe a los participantes de los procesos como agentes activos en la construcción del conocimiento y no como agentes pasivos, simplemente receptores; de esta forma promueve y procura que todos los integrantes del grupo participen. Metodología dinámica: es un proceso en el que la sesión se realiza de forma lúdica para que la temática sea más comprensible. El octavo apartado es el tiempo que se invertirá en la sesión y como último están los recursos a utilizar.

El programa también cuenta con anexos, donde se encuentra el material de apoyo de las sesiones, actividades, dinámicas o técnicas que necesiten ser explicadas para una mayor comprensión, y como último se mencionan las referencias bibliográficas, en ellas se encuentran la teoría para desarrollar las temáticas y otras fuentes que se utilizaron para organizar el proyecto.

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo general.**

- Prevenir la violencia de género en los jóvenes del Centro de Desarrollo Integral 851, de la ciudad de San Miguel.

### **Objetivos específicos**

- Ofrecer a los jóvenes conocimiento sobre violencia de género.
- Contribuir en la identificación de los tipos de violencia de género.
- Reconocer las causas de la violencia de género.
- Propiciar la comprensión de las consecuencias de la violencia de género.
- Favorecer en el conocimiento de los factores protectores en situaciones de violencia de género.
- Facilitar en los jóvenes el desarrollo de habilidades sociales.
- Colaborar en el desarrollo de habilidades cognitivas de los jóvenes.
- Contribuir en el desarrollo de habilidades para el control de emociones en los jóvenes.
- Sensibilizar y concienciar a la población del Centro de Desarrollo Integral sobre la Violencia de género.

## TEMPORIZADOR

Esta propuesta de programa abarca un total de doce semanas, dentro de las cuales habrá una reunión: una semana anterior al comienzo del programa para presentarla y coordinarse con la directora del Centro de Desarrollo Integral 851.

El programa comprende un total de once actividades, las cuales se desarrollarán en cada sesión y duran una sola sesión. El programa es de carácter flexible, es decir, que puede ampliarse en el tiempo si fuese necesario, por ejemplo, en el caso de que alguna semana en el Centro se encuentren en otras actividades o hubiese cualquier otro imprevisto.

Finalizando la sesión nueve, tendrá lugar la última actividad en relación al cierre del programa. Se procederá a hacer una exposición de puertas abiertas en el centro, con el fin de sensibilizar y concienciar sobre dicha temática a las familias, a los jóvenes que no hayan estado activos en el programa, a los tutores y demás personal del Centro. La idea es que puedan acudir todas aquellas personas que lo deseen

A continuación, se presenta el cronograma que expone la temporalización del programa.

**CRONOGRAMA**

<b>SEMANA</b>	<b>SESIÓN</b>	<b>DURACIÓN</b>
1ª Semana. Previa al inicio de las sesiones.	Reunión para presentar el programa y coordinarse con la directora del Centro.	30min
2ª Semana	Sesión 1: Violencia de género	1 hora
3ª Semana	Sesión 2: Tipos de violencia de género.	1 hora
4ª Semana	Sesión 3: Causas de la violencia de Género.	1 hora
5ª Semana	Sesión 4: Consecuencias de la violencia de género.	1 hora
6ª Semana	Sesión 5: Factores protectores en situación de violencia de género.	1 hora
7ª Semana	Sesión 6: Habilidades emocionales.	1 hora con 30 minutos
8ª Semana	Sesión 7: Habilidades cognitivas	1 hora con 30 minutos
9ª Semana	Sesión 8: Habilidades sociales.	1 hora con 30 minutos
10ª Semana	Sesión 9: Rally	1 hora
11ª Semana	Sesión 10: organización de jornada preventiva de violencia de género.	1 hora con 30 minutos

Semana 12	Sesión 11: Jornada preventiva de violencia de género.	2 horas con 30 minutos
-----------	---	------------------------

## DESARROLLO DE SESIONES

### SEMANA 2

#### SESIÓN 1

**Nombre:** Violencia de género.

#### Objetivo

- Ofrecer a los jóvenes conocimiento sobre violencia de género.

-

#### Descripción de sesión.

Se dará la bienvenida y se presentará de manera general en que consiste el programa, el tiempo que se invertirá en las sesiones y los beneficios que se esperan obtener.

Los participantes se presentarán a través de la dinámica ovillo de lana, se formarán en círculo y dirán su nombre mientras tiran la pelota de lana a otro participante, formando una tela de araña, al llegar al último deberán de volver a decir su nombre y el nombre de quien le dio la pelota de lana y devolviéndosela para desarmar la tela de araña, esto con el fin de generar un ambiente agradable y de confianza con los participantes.

Para iniciar el desarrollo de la temática se hará la dinámica lluvia de ideas, todos los jóvenes deben de participar, expresar que entienden por violencia de género.

Luego la coordinadora desarrollara los contenidos.

Para que los jóvenes tengan una mayor comprensión del círculo de la violencia, se proyectara un cortometraje.

**Contenidos**

Género, violencia, violencia de género, círculo de violencia.

**Competencias a desarrollar**

Manejo de información.

**Metodología y sugerencias practicas**

Metodología dinámica y participativa, donde el joven recibe información, a la vez que participa, analiza y reconstruye el conocimiento dado.

Como sugerencia se propone un ambiente agradable

**Tiempo recomendable**

1 hr

**Recursos necesarios**

Proyector, computadora, pizarra, plumones, pelota de lana.

El ciclo de la violencia de género – Silvia profesora video de YouTube

[https://www.youtube.com/watch?v=dzdsbHlsM3k&feature=youtu.be&fbclid=IwAR3FpXiB0v2Wa9pB3hT-vES9MNwrmHp5QB1vuok\\_Jbztr1FQfyergzEPiTk](https://www.youtube.com/watch?v=dzdsbHlsM3k&feature=youtu.be&fbclid=IwAR3FpXiB0v2Wa9pB3hT-vES9MNwrmHp5QB1vuok_Jbztr1FQfyergzEPiTk)



**SEMANA 3****SESION 2**

**Nombre:** Tipos de violencia de género.

**Objetivo**

- Contribuir en la identificación de los tipos de violencia de género.

**Descripción de la sesión.**

Cuando los jóvenes entren al salón se les dará un papelito de color que deberán de calcarse con tiro en la parte izquierda del pecho. La sesión se iniciará dando la bienvenida, se les pedirá que hagan grupos con forme al color de su papelito.

A cada grupo se les dará información de un tipo de violencia, deberán de leer, analizar y compartir sus ideas entre ellos mismo, cada grupo debe de expresar a los demás grupos el tipo de violencia que les corresponde.

Luego la ponente desarrollara cada tipo de violencia.

Se proyectará un video donde refleje cada tipo de violencia, los jóvenes deberán analizarlo e identificarlos, luego cada grupo dirá que tipo de violencia identifico y en que parte del video estaba el tipo de violencia.

Para finalizar se hará la retroalimentación, los jóvenes deben de responder a las siguientes preguntas: ¿Qué aprendí durante la sesión? ¿Qué utilidad tiene para mí conocer sobre ello?

**Contenidos**

Violencia física, Violencia sexual, Violencia psicológica, Violencia económica.

**Competencias a desarrollar**

Manejo de información.

**Metodología y sugerencias practicas**

Metodología por descubrimiento guiado, participativo.

Se sugiere crear un ambiente agradable para que los jóvenes puedan expresarse libremente y con confianza.

El objetivo de crear grupos es que los jóvenes puedan ir descubriendo por si solos los tipos de violencia y que puedan expresar su perspectiva.

**Tiempo recomendable**

1 hr

**Recursos necesarios**

Proyector, computadora, papelitos de colores, tirro, hojas de papel bond, lapiceros.

Cicatrices - Joan Espinoza video YouTube

[https://www.youtube.com/watch?v=hVm1FuXuYH0&feature=youtu.be&fbclid=IwAR39waE9OxqYU5X\\_kW6QyGGknOScvvIrXcwYmSo4nBouOsJ-YAA7DGtj4U0](https://www.youtube.com/watch?v=hVm1FuXuYH0&feature=youtu.be&fbclid=IwAR39waE9OxqYU5X_kW6QyGGknOScvvIrXcwYmSo4nBouOsJ-YAA7DGtj4U0)

**SEMANA 4****SESIÓN 3**

**Nombre:** Causas de la violencia de género.

**Objetivo**

- Reconocer las causas de la violencia de género.

**Descripción de la sesión.**

Al llegar los estudiantes al aula se les pedirá que elijan un número de cuatro que se les mencionaran (2,4,6,8). La sesión iniciará dando la bienvenida, luego cada estudiante formará un equipo de acuerdo al número elegido, se les indicará que cada equipo tendrá que realizar una lista que ellos consideren que son las causas de violencia de género, deberán de analizar cada causa que vayan agregando.

Posterior, elegirán a una persona que escriba y un representante para explicar cada causa frente a los demás grupos, las cuales serán plasmadas en la mitad de un pliego de papel bond.

Al terminar todos los grupos con su participación, la coordinadora desarrollará los contenidos para que los jóvenes puedan tener una mayor comprensión de las causas de violencia de género.

Los estudiantes crearán un periódico mural con sus carteles. Y para finalizar se les harán las siguientes preguntas a los jóvenes ¿Qué aprendí en esta sesión? ¿Por qué es importante que yo conozca sobre las causas de la violencia de género?

### **Contenidos**

Estereotipos, factores de riesgo.

### **Competencias a desarrollar**

Manejo de información.

### **Metodología y sugerencias practicas**

Metodología por descubrimiento guiado y participativa.

Se sugiere mantener un ambiente de confianza, e interactivo, donde los estudiantes puedan expresar sus ideas con tranquilidad, respetando la opinión de los demás.

### **Tiempo recomendable**

1hr

### **Recursos necesarios**

Pliegos de papel, plumones, pega, páginas de colores, tijera. Proyector, computadora.

**SEMANA 5****SESIÓN 4**

**Nombre:** Consecuencias de la violencia de género.

**Objetivo**

- Propiciar la comprensión de las consecuencias de la violencia de género.

**Descripción de la sesión.**

La sesión iniciara dando la bienvenida a los estudiantes.

La coordinadora desarrollara los contenidos de la sesión, apoyándose de diapositivas. Al finalizar los contenidos se les pedirá que hagan los grupos de la sesión pasada.

A cada grupo se les entregara una historia sobre violencia de género, en la cual cada grupo deberá de analizarla e ir identificando cada consecuencia, al terminar el tiempo asignado, cada grupo deberá leer la historia y al terminarla mencionaran las consecuencias que encontraron.

Al finalizar los jóvenes deberán de contestar a la siguiente pregunta ¿qué aprendí durante la sesión de este día?

**Contenidos**

Consecuencias físicas, y consecuencias psicológicas.

**Competencias a desarrollar**

Manejo de información.

### **Metodología y sugerencias practicas**

Metodología por descubrimiento guiado, dinámica y participativa, donde el joven recibe información, a la vez que participa, analiza y reconstruye el conocimiento dado.  
Como sugerencia se propone un ambiente agradable.

### **Tiempo recomendable**

1 hora.

### **Recursos necesarios**

Papel, lapiceros, computadora, proyector.

## **SEMANA 6**

### **SESIÓN 5**

**Nombre:** Factores protectores en situaciones de violencia de género.

### **Objetivo**

- Favorecer en el conocimiento de los factores protectores en situaciones de violencia de género.

### **Descripción de la sesión.**

Al iniciar la sesión se les dará la bienvenida a los estudiantes, y se hará una retroalimentación de lo que se ha trabajado en las sesiones anteriores, para poder pedir la palabra el estudiante deberá levantar la mano.

Luego, la ponente entregara a cada uno de los estudiantes un trifoldio con la información más importante del tema a desarrollar la ponente: Factores protectores en situaciones de violencia de género, acompañándose de diapositivas con información e imágenes.

Al finalizar, se hará un análisis y reflexión del tema en grupo.

### **Competencias a desarrollar**

Manejo de información.

### **Contenidos**

Autonomía económica y emocional, redes de apoyo, intervención de terceros.

### **Metodología y sugerencias practicas**

Metodología guiada, dinámica y participativa, donde el joven recibe información, a la vez que participa, y analiza.

Se recomienda que todos los jóvenes participen en el análisis y reflexión.

### **Tiempo recomendable**

1 hora

### **Recursos necesarios**

Computadora, proyector, papel.

**SEMANA 7****SESIÓN 6**

**Nombre:** Habilidades emocionales.

**Objetivo**

- Contribuir en el desarrollo de habilidades para el control de emociones en los jóvenes.

**Descripción de la sesión.**

La sesión se iniciará dando la bienvenida.

La coordinadora desarrollara cada contenido, al finalizar los contenidos se apoyará de un video animado donde explican las emociones para que los jóvenes puedan tener una mayor comprensión.

Se tomará un descanso de diez minutos.

Luego se hará la primera técnica, donde los jóvenes deben de identificar sus emociones, y situaciones donde la mayoría de veces no saben cómo actuar, cuando hayan finalizado se hará un círculo con todos los participantes y cada uno leerá lo que anoto, los demás jóvenes deben de ayudarlo a encontrar posibles soluciones, esto con el fin de que ellos comprendan que siempre es necesario tomar en cuenta la red de apoyo y que es bueno contar con alguien de confianza para poder solucionar nuestros conflictos internos y externos.

Como segunda técnica se les enseñara “tiempo libre” este con el fin de proporcionarles una técnica para el control de los impulsos. Y como última se le enseñara a auto aplicarse la técnica respiración diafragmática y en que situaciones las pueden utilizar.



Para finalizar se hará la retroalimentación donde los jóvenes deben de mencionar algo que aprendieron durante la sesión.

### **Contenidos**

Definición de habilidades (OMS). Descripción de emociones. Componentes de las emociones (fisiológico, conductual, cognitivo). Características de las emociones. Manejo adecuado de las emociones. Técnicas para el manejo de emociones (identificación de emociones, tiempo fuera, relajación diafragmática)

### **Competencias a desarrollar**

Manejo de información, manejo de situaciones, convivencia.

### **Metodología y sugerencias practicas**

Metodología participativa.

Se sugiere que al momento de hacer las técnicas se encuentren en un ambiente tranquilo y sin ruido en el exterior para que los jóvenes se sientan en confianza.

### **Tiempo recomendable**

1hr con 30minutos

### **Recursos necesarios**

Proyector, computadora, bocina, hojas de papel bond, lapiceros.

Video para trabajar emociones – canal: nomasbullyingCL:

<https://www.youtube.com/watch?v=L5OSKf74dss>

**SEMANA 8****SESIÓN 7****Nombre:** Habilidades cognitivas**Objetivo**

- Colaborar en el desarrollo de habilidades cognitivas de los jóvenes.

**Descripción de la sesión.**

La sesión se iniciará con la bienvenida.

La coordinadora desarrollará los contenidos, para el contenido de los componentes de las habilidades cognitivas se iniciará con la actividad el cofre de ideas, en donde dentro del cofre estarán los cuatro componentes y su definición, la metodología para desarrollar la actividad será ir pasando el cofre mientras la coordinadora estará haciendo ruido con un objeto, cuando el salón se quede en silencio a la persona que le quede el cofre sacara uno de los papелitos y lo leerá y debe expresar que entiende de lo que leyó, al finalizar la actividad la coordinadora reforzara el contenido de los componentes y continuara desarrollando los dos contenidos faltantes.

Se realizará un descanso de diez minutos.

La primera técnica para el desarrollo de habilidades cognitivas será la técnica ¿Quién soy?, en una hoja de papel deberán de escribir, su historia personal, estará compuesta por: nombre completo, fecha de nacimiento, resumen de su infancia y adolescencia, tomando en cuenta los acontecimientos importantes, los errores cometidos, los logros obtenidos. La técnica se realizará con el objetivo de que los jóvenes puedan tener autoconocimiento,

cuando todos hayan terminado se tendrá un espacio de reflexión, donde tendrán que hacerse las siguientes preguntas, ¿Qué aprendizaje me deja cada situación vivida? ¿Qué debo de mejorar en mi vida?

La segunda técnica será ¿qué necesito para solucionar un problema? Deberán de organizar cada paso para lograr solucionar un problema, cada herramienta que ellos crean necesaria para lograrlo, al finalizar cada uno explicara por qué cree necesario cada paso. Después se les brindara

### **Contenidos**

Definición de habilidades cognitivas, componentes de las habilidades cognitivas, tipos de habilidades cognitivas, importancias de desarrollarlas, técnicas para el desarrollo de habilidades cognitivas (¿Quién soy?, ¿qué necesito para solucionar un problema?)

### **Competencias a desarrollar**

Manejo de la información, manejo de situaciones, convivencia.

### **Metodología y sugerencias practicas**

Metodología participativa y descubrimiento guiado.

Se sugiere que al momento de hacer las técnicas se encuentren en un ambiente tranquilo y sin ruido en el exterior para que los jóvenes se sientan en confianza.

**Tiempo recomendable**

1hr con 30 minutos.

**Recursos necesarios**

computadora, proyector, hojas de papel bond, lapiceros.

**SEMANA 9****SESIÓN 8****Nombre:** Habilidades sociales.**Objetivo**

- Facilitar en los jóvenes el desarrollo de habilidades sociales.

**Descripción de la sesión.**

Se iniciará la sesión con la bienvenida.

Los jóvenes participaran en el desarrollo de los contenidos, para ello se utilizará la actividad “el noticiero” se reunirán en grupos por preferencia, cada quien puede unirse al grupo que quiera, a cada grupo se les brindara información con algunos contenidos, cada uno debe de mostrar su creatividad para desarrollarlos, las indicaciones que se les darán serán que deben de simular que están en un estudio de noticiero y deben de desarrollar los contenidos simulando entrevistas o reportajes. Después de cada grupo la coordinadora reforzara los contenidos.

Se realizará un descanso de diez minutos.

Se continuará con el desarrollo de las técnicas para el desarrollo de habilidades sociales, se les brindará a los jóvenes las técnicas para que ellos las puedan poner en práctica en su vida diaria, explicando las ventajas e importancia de cada una. Las dos primeras técnicas se enfocan en el asertividad y la tercera en la empatía.

Para finalizar se les pedirá que respondan a la siguiente pregunta, ¿Qué aprendizaje me deja esta sesión?

**Contenidos**

Definición de habilidades sociales, para qué sirven, tipos de habilidades sociales (básicas y complejas), definición de asertividad, elementos, comunicación asertiva, barreras de la

comunicación, factores que facilitan la comunicación, ventajas de la comunicación asertiva. Empatía. Técnicas para el desarrollo de habilidades sociales. (hablar de cómo me siento en lugar de atacar) (disco rayado) (Así como hay un arte del bien hablar, existe un arte del bien escuchar)

### **Competencias a desarrollar**

Manejo de la información, manejo de situaciones, convivencia.

### **Metodología y sugerencias practicas**

Metodología participativa y descubrimiento guiado.

El objetivo de que los jóvenes desarrollen los contenidos es para que ellos puedan primero tener una idea por su cuenta de que se trata cada uno de los contenidos, y así expresarlo a su manera, la coordinadora deberá de ampliar el conocimiento al finalizar cada grupo con su explicación para que ellos tengan un conocimiento más completo.

Se sugiere que al momento de hacer las técnicas se encuentren en un ambiente tranquilo y sin ruido en el exterior para que los jóvenes se sientan en confianza.

### **Tiempo recomendable**

1hr con 30 minutos,

### **Recursos necesarios**

Folletos con los contenidos, papel bond, papel de colores, plumones, lapiceros, tirro, computadora, proyector.

**SEMANA 10****SESIÓN 9****Nombre:** Rally**Objetivo**

- Reforzar los conocimientos adquiridos en las sesiones impartidas, por medio de actividades psicoeducativas.

**Descripción de la sesión.**

La sesión se iniciará dando la bienvenida a los jóvenes.

La coordinadora dará las siguientes indicaciones:

- Dar una breve explicación de que es el rally.
- Formar equipos con un numero determinado de integrantes.
- Cada equipo realizara la actividad de una estación.

El rally debe de dar inicio en un espacio poco alejado donde se encuentren las estaciones, para que cada equipo pueda buscar la estación que le corresponde realizar. En cada estación se les dará un acertijo que los guiará a la siguiente estación. Al terminar la actividad de cada estación en el tiempo determinado, se le dará una pulsera a la integrante que la realizo y esta comprobara que puede continuar con la siguiente, si no se obtiene la pulsera, es porque no realizo la actividad en el tiempo determinado y no se ve completada la actividad de la estación.

Al finalizar el rally, se les pedirá a los jóvenes que puedan contar su experiencia realizando las actividades y a partir de ello que enseñanza les queda, luego de que cada equipo termine, la coordinadora dará la reflexión de cada estación.

### **Contenidos**

Tipos de violencia de género, habilidades para el control de emociones, habilidades sociales, habilidades cognitivas, factores protectores en situaciones de violencia.

### **Competencias a desarrollar**

Manejo de la información, manejo de situaciones, convivencia.

### **Metodología y sugerencias practicas**

Metodología dinámica, el rally se hace con el fin de que los jóvenes refuercen los conocimientos aprendidos durante el programa de una manera dinámica, por lo cual se sugiere crear un ambiente armónico y divertido, que se sientan cómodos y así puedan aprender y disfrutar de un ambiente agradable.

### **Tiempo recomendable**

1hr

### **Recursos necesarios**

Fotocopias de sopa de letras, lapiceros, mesa y sillas, lana, imágenes con las emociones de Facebook, frases impresas.



**SEMANA 11****SESIÓN 10**

**Nombre:** Organización de jornada preventiva de violencia de género.

**Objetivo**

- Organizar y preparar materiales, actividades y grupos para la jornada preventiva de violencia de género.

**Descripción de sesión.**

La sesión iniciara dando la bienvenida.

La coordinadora debe de explicar a los jóvenes de que manera se realizara la jornada.

Los jóvenes deben de organizarse a completar ocho grupos, ya que se trabajará por stand y a cada uno le corresponderá desarrollar un tema aprendido durante el proyecto, se les pedirá realizar trifolios para que los puedan ofrecer a las personas que lleguen a recibir la información, deben de crear carteles, llamativos, y se les indicara que pueden agregar cualquier tipo de material de apoyo o decoración referente al tema que les corresponde, según ellos crean conveniente. Durante la sesión ellos deben de ir enlistando y agregando la información que utilizaran y deben de mostrarla a la coordinadora para que la información pueda ir completa, debe de ser la información necesaria.

**Competencias a desarrollar**

Manejo de información.

**Metodología y sugerencias practicas**

Metodología dinámica. Se sugiere tener un descanso para que los jóvenes puedan trabajar de mejor manera y no agotarlos. Cada grupo puede agregar dinámicas si lo desean, siempre y cuando sea referente a su temática.

**Tiempo recomendable**

1hr con 30 minutos

**Recursos necesarios**

Impresora, computadora, hojas de papel bond, papel de colores, lapiceros, lápiz de colores, pega, tijeras.

**SEMANA 12****SESIÓN 11**

**Nombre:** Jornada preventiva de violencia de género.

**Objetivo**

- Sensibilizar y concienciar a la población del Centro de Desarrollo Integral sobre la Violencia de género.

**Descripción de sesión.**

La jornada iniciará a una hora específica, la coordinadora estará recibiendo a las personas, y explicando de qué manera pueden ir recibiendo la información.

Los stands estarán ubicados en círculo, dejando un espacio considerable al otro stand, para evitar problemas a la hora de hacer el desarrollo y cada quien pueda hablar de manera libre sin interrumpir al otro stand.

Al finalizar el tiempo indicado para el desarrollo de las temáticas, la coordinadora dará de forma general para todas las personas, una breve explicación, englobando todas las temáticas, así poder reforzar la información que los jóvenes desarrollaron y se dará un tiempo para que las personas puedan hacer preguntas si lo desean.

**Contenidos**

Violencia de género, tipos de violencia de género, causas, consecuencias, factores protectores en situación de violencia, habilidades emocionales, habilidades cognitivas, habilidades sociales.

**Competencias a desarrollar**

Manejo de información

**Metodología y sugerencias practicas**

Metodología dinámica y participativa.

Antes de iniciar la jornada se les deberá recordar a los jóvenes que la información debe de manejarla con mucha importancia y seriedad.

**Tiempo recomendable**

2 hr con 30 minutos.

**Recursos necesarios**

Mesas, manteles, sillas, carteles, trifolios y material de apoyo elaborado por los jóvenes.

## MATERIAL DE APOYO.

1. **Ovillo de lana:** Es una dinámica que tiene como objetivo la presentación de los participantes, creando un ambiente agradable para ellos y así entrar en confianza con los coordinadores y demás participantes. Se inicia creando un círculo con todos los jóvenes, el ovillo de lana se le entrega a uno de ellos, y él debe decir su nombre y entregarla a otro compañero, y así deben hacerlo todos, formando una tela de araña, al llegar al último participante, él debe volver a decir su nombre y el nombre de quien se la dio, así deben hacer los demás hasta llegar al primero que inició y deben desarmar la tela de araña.
2. **Lluvia de ideas:** también denominada tormenta de ideas, es una herramienta de trabajo grupal que facilita el surgimiento de nuevas ideas sobre un tema o problema determinado. La lluvia de ideas es una técnica de grupo para generar ideas originales en un ambiente relajado.
3. **Trifolio:** es un folleto informativo doblado en tres partes, por lo regular es del tamaño de una hoja de papel tamaño carta, que invita a conocer de manera atractiva una actividad o un lugar determinado, difundiendo información breve y significativa sobre su contenido.
4. **Historias de violencia de género:**

### **Carla sobreviviente de violencia de género.**

Estaba en segundo año de universidad. Me enamoré de un tipo maravilloso, mi príncipe azul. Era la relación perfecta, hasta que un día me dio una bofetada. Me dijo: *“Bruja, esto no habría ocurrido si no hubieras abierto la boca”*. Desde aquel momento, mi vida dio un vuelco. Sufrí maltrato mental, emocional y sexual. Él me humillaba, decía que estaba obesa y destruyó por completo mis fuerzas. Empecé a dudar de mi autoestima, de la confianza en mí misma y del verdadero sentido de mi vida. Pensé en el suicidio muchas veces; era una salida para mí. Al principio no se lo dije a nadie. Me daba demasiada vergüenza contar lo que me pasaba porque mi familia y amigos lo adoraban. Él me aisló de mi red de apoyo,

de las personas que me querían y se preocupaban de verdad por mí. La comunicación con la familia y los amigos era limitada. Él vigilaba todos mis movimientos.

Finalmente reuní el valor y la fuerza necesarios para contárselo a una familiar, que me dijo: “*Te creo. Mereces algo mejor. ¿Cómo puedo ayudarte?*”. Dejé a mi maltratador y me fui a vivir con ella por un tiempo, pero él me convenció para que regresara. Juró que iba a buscar asesoramiento, un programa orientado a controlar la ira, pero nunca lo hizo. Dijo las palabras justas para volver a hacerse conmigo. Lo creí con toda mi alma y le di otra oportunidad, pero nada cambió. Un día me agarró del cuello con las manos y empezó a estrangularme. Estaba como poseído. Me dijo: “*Te mataré si vuelves a marcharte*”. Me vi muriendo entre sus manos.

Esa noche me acosté y recé. Escuché una voz que me susurraba al oído y supe que era la voz de Dios. Al día siguiente me desperté, y oí que la voz me decía: ‘*Hoy mismo te vas*’. No podía creer lo que estaba oyendo. A él le dije que me iba a trabajar y me despedí con un beso. Me escondí detrás de un edificio frente a nuestro apartamento y, cuando vi que se había metido en el coche, volví a recoger mis cosas. Jamás regresé. Fue el momento más aterrador de mi vida. Empezar de nuevo sin él fue muy difícil, mi autoestima estuvo destruida por mucho tiempo, viví con mucho miedo, y depresión aun estando sin él, pero seguí adelante y decidida a volver a vivir. Me dediqué al voluntariado en un albergue local y a denunciar la violencia de género en algunos espacios incómodos. Empecé a salir de nuevo y decidí regresar a la universidad. Tuve la oportunidad de contar mi historia en un encuentro de mujeres jóvenes, un acto en recuerdo de quienes habían perdido la vida a causa de este tipo de violencia. Esa noche mi historia les impactó a varias de las mujeres, y me di cuenta de que también podía motivarme a mí.

### **Tiffany, sobreviviente de violencia de género.**

Cuando conocí a mi maltratador, yo tenía 14 años. Al principio no había malos tratos físicos; era maltrato emocional. Él me avergonzaba o hacía que me sintiera inferior delante

de otras personas. Lo verbal pasó a lo físico rápidamente. Cuando estaba embarazada de siete meses, me golpeó hasta dejarme acurrucada en el suelo como una bola. Mientras mi bebé nacía en el hospital, él cobró mi cheque de maternidad y compró droga para venderla. Debíamos el alquiler, y el casero sacó todas mis cosas de la casa y las dejó en la acera. Por fin me decidí, y no regresé. Consiguió localizarme. Apareció en la entrada de mi casa y, sin más, la situación se volvió a activar. Mentalmente estaba destrozada. Me había hecho creer que él era la única persona que me querría nunca.

Cuando estaba en el séptimo mes de mi sexto embarazo, me apuntó con una pistola. Vi un fognazo y sentí una sacudida en la mandíbula. Miré mi camiseta, y estaba roja. Los médicos me dijeron que la única razón por la que el disparo no me había matado era porque el calibre de la bala no correspondía a la pistola. Estaba sentada en la entrada de mi casa, sangrando por la herida de bala que tenía en la mandíbula, cuando la policía llegó y amenazó con encerrarme si no les decía quién había disparado contra mí. Di el nombre de mi maltratador, pero luego me retracté de mi declaración porque tenía miedo y le dije al fiscal que había disparado yo misma. Retiraron todos los cargos, pero él terminó pasando tres años en la cárcel por violar la libertad condicional relativa a un delito anterior. Me han operado seis veces, y sigo sufriendo los efectos físicos del disparo y también el trauma. Me han diagnosticado trastorno de estrés postraumático. Tiemblo cuando estoy en aglomeraciones; siempre busco una salida. Ya no puedo leer libros porque no retengo la información; tengo una constante confusión mental. Mis hijos sufren.

5. **Tiempo fuera:** La meta del tiempo fuera es hacer desaparecer las condiciones ambientales que rodean a la conducta a corregir. Se muestra como la solución pasa por irse del lugar para que se tranquilice y reflexione. Se trata, en definitiva, de promover un cambio en el entorno. Luego se permite regresar y retomar la actividad o conversación. Los problemas no se resuelven en una situación de tensión y con alguna de las partes en plena explosión de ira.

### **Cómo llevarla a la práctica**

- **Cuándo utilizarlo:** El mejor momento es cuando la situación no se ha vuelto todavía demasiado explosiva.
- **Utilización del signo.** Se puede utilizar un signo acordado por la pareja, preferiblemente no verbal para que sea neutral. De forma habitual se utiliza el signo <<T>> con ambas manos (tiempo muerto/time out). Cuando uno de los miembros de la pareja decide que se hace necesario un tiempo fuera hará el signo <<T>> con las manos.
- **Respuesta al signo <<T>>.** La tarea de quien recibe el signo <<T>> es facilitar la partida de quien lo hace.
- **Retirada silenciosa.** Generalmente quien se va es quien hizo el signo, se marcha en silencio y sin decir nada y sin dar portazos. Se puede sustituir la salida de la casa por la retirada a una habitación apartada.
- **Actividad física.** Quien se ha marchado, debe proceder a dar un paseo que suponga una actividad física vigorosa con el objetivo de disipar la energía acumulada, durante un tiempo entre 15 y 30 minutos.
- La vuelta debe darse cuando ambos han disipado su rabia y ya no sea posible la violencia. Debe de haberse rebajado la presión sanguínea.
- Si no ha sido hablando con la otra parte, la persona debe de retirarse por su cuenta para así poder poner en práctica la técnica tiempo fuera.

### **6. Respiración diafragmática:**

La respiración diafragmática o abdominal le ayuda a respirar usando su diafragma. Este es un músculo grande que cumple una función importante en la respiración. Está ubicado debajo de sus pulmones y separa su pecho de su abdomen. puede ayudarle a: Respirar más fácilmente. Inspirar más aire. Relajarse. Hacer ejercicio o estar más activo

- Siéntese en una silla cómoda o acuéstese boca arriba con una almohada debajo de su cabeza. Asegúrese de que su espalda esté apoyada.



- Coloque una de sus manos sobre su pecho y la otra sobre su abdomen, la zona que está arriba de su estómago.
  - Inhale lentamente a través de su nariz. Cuente hasta 2. A medida que inhala, su abdomen debe levantar su mano. Su pecho debe mantenerse quieto.
  - Expulse el aire lentamente con sus labios juntos (casi cerrados). Cuente hasta 4. A medida que expulsa el aire, debe sentir que su estómago se hunde.
  - Observe que al inhalar cuenta hasta 2 y que cuando expulsa el aire cuenta hasta 4. Esto le ayuda a mantener su respiración lenta y pareja.
  - Practique esta técnica de respiración durante 5 a 10 minutos al principio. Trate de hacerlo de 3 a 4 veces al día. Luego aumente la cantidad de tiempo y la frecuencia de la práctica.
7. **Identificación de emociones:** el objetivo de la técnica es que los jóvenes hagan una exploración de sus emociones, esas situaciones o eventos en los que no saben cómo manejarlas, para que una vez identificándolas puedan adoptar medidas de control, los demás jóvenes deben de ayudar a sus compañeros a buscar posibles soluciones de autocontrol emocional, esto con el fin de también recalcar la importancia de las redes de apoyo.
8. **Cofre de ideas:** Es una actividad para hacer participativa la sesión, hacer que los participantes puedan ir descubriendo la información, así poder conocer sus puntos de vista. Para poder ponerla en práctica se necesita una cajita de cartón o cualquier material, se recomienda que esta sea llamativa, este decorada o tenga buena presentación y así hacer más dinámica la actividad, en ella debe haber varios párrafos por separados, sobre la información de la temática a desarrollar en la sesión. Para iniciar la coordinadora debe de dar las indicaciones, ella deberá voltearse a modo que quede de espaldas de los jóvenes, empezara hacer ruido, mientras ellos se pasan el cofre, cuando ella deje de hacer ruido ya no deben de pasarse el cofre y a quien le quedo tiene que sacar un papel, leer el párrafo con la información y dar su explicación. Cuando la persona termine deben de seguir hasta terminar los papelitos que contiene el cofre.

## **9. Hablar de cómo me siento en vez de atacar**

Normalmente cuando algo nos molesta o pensamos que no respetan nuestros derechos, solemos usar el “tú”, por ejemplo, “eres un desastre porque no has limpiado nada”. En estos casos, la otra persona se siente atacada y su respuesta será la de contestar al ataque como protección, generando una discusión. En cambio, si hablamos desde el “yo”, diciendo como esa situación te hace sentir, será más fácil que despertemos la empatía del otro y más difícil que la situación termine en un enfrentamiento, pudiendo llegar a acuerdos. Por ejemplo, “me siento agobiado porque la casa no está limpia, ¿por qué no lo solucionamos?”

## **10. Disco rayado**

Se trata de una técnica muy útil cuando queremos mantener una postura determinada ante otra persona que no para de insistir en que hagamos otra cosa. Por ejemplo, que le hagamos un favor cuando no podemos.

La otra persona insistirá e insistirá tratando de llevarnos a su terreno. Es una forma de manipulación –en muchos casos inconsciente– que pretende que terminemos cediendo por agotamiento. Que lleguemos al punto en que su insistencia sea tan insoportable que deseemos terminar a toda costa con ella; y a toda costa significa que probablemente terminemos cediendo y haciendo un sobre-esfuerzo para que el ruido cese.

La técnica frente esta táctica de derribo y acoso consiste en fijar un argumento que repetiremos una y otra vez ante la insistencia del otro. Por ejemplo, una persona necesita que participes en un acto y tú necesitas descansar. El disco rayado sería ese mensaje, estoy muy cansado y necesito descansar. Dar siempre el mismo mensaje, hará que no gastes recursos en pensar posibilidades y darle vueltas al tema.

La situación más o menos sería así: “Por favor, necesito que me ayudes en el acto del sábado”, y la respuesta del disco rayado, sería: “Muchas gracias por contar conmigo, es un detalle, pero estoy muy cansado y necesito descansar, así que no voy a servir de mucho, en otro momento me encantará echarle una mano”.

## **11. Así como hay un arte del bien hablar, existe un arte del bien escuchar**

- Practicar la escucha activa con la intención de entender al otro
- Partir de la base que tu forma de ver las cosas es única y que todos los puntos de vista son válidos y respetables
- Entrenar la capacidad de entender las propias emociones como base para entender las de los demás
- Enfocarse en comprender al otro en lugar de juzgarlo
- Eliminar los prejuicios y los estereotipos
- Evitar relativizar el problema del otro. Lo relevante es si para él es importante y no lo que pensemos del mismo
- No sacar conclusiones precipitadas ni recurrir a explicaciones simplistas
- No sólo prestar atención sino mostrar interés
- No tener prisa y respetar los tiempos

### **Evitar**

- Atender a diversos temas a la vez. Si dividimos nuestra atención, difícilmente vamos a poder concentrarnos adecuadamente en nuestro interlocutor
- Centrarnos en nosotros, en nuestras preocupaciones, en lugar de en la otra persona. Se podrían llamar las distracciones internas
- Hablar en vez de escuchar. En esas situaciones, nos concentramos más en la idea que queremos transmitir que en lo que estamos percibiendo.
- Escuchar con fuerte carga emocional propia
- Estar en un entorno con ruido, ambiente inapropiado, distracciones externas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Avenado, F (2017). Programa educativo para la prevención de violencia de género en educación secundaria. Trabajo de fin de master. Universidad Internacional de la Rioja. Lanzarote, Las Palmas.
- Aguirre, P (2014). La violencia en la pareja. Proyecto de prevención de violencia contra la mujer, plan comunal de seguridad pública. Chile.
- Castellero, M (2018). Las 15 habilidades cognitivas mas importantes. Psicología y mente.
- Estibaliz, R (2019). Tratamiento para el manejo del estrés. Ruiloba Psicología.
- Ethel, M (2015). Manejo del estrés, y control emocional. Modulo 3. Slideshare.
- Fernández, L (2016). Como mejorar nuestra capacidad de empatía. Escuela de Organización Industrial. R.
- González, N (2018). 3 técnicas para practicar la asertividad. La mente es maravillosa.
- Guzmán, L (2016). Habilidades para la vida, manejo de emociones, comunicación asertiva. Curso de taller: El maestro como apoyo al estudiante y facilitador de los factores protectores. Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades.
- Linares, D (2018). Técnicas para desarrollar la capacidad del asertividad. PsicologíaOnline. Recuperado de:

## REFERENCIAS

- Aguirre, P (2014). La violencia en la pareja. Proyecto de prevención de violencia contra la mujer, plan comunal de seguridad publica. Chile.
- Avenado, F (2017). Programa educativo para la prevención de violencia de género en educación secundaria. Trabajo de fin de master. Universidad Internacional de la Rioja. Lanzarote, Las Palmas.
- Castellero, M (2018). Las 15 habilidades cognitivas mas importantes. Psicología y mente.
- Castellano K (2014) Trabajo de investigación: Eficacia y aplicación de la convención interamericana para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra la mujer en El Salvador.
- Centro Virtual de conocimiento para poner fin a la violencia contra las mujeres y niñas (2013) *Prevención*.
- Centro Virtual de conocimiento para poner fin a la violencia contra las mujeres y niñas (2010) *Promover la prevención primaria*.
- Estibaliz, R (2019). Tratamiento para el manejo del estrés. Ruiloba Psicología.
- Ethel, M (2015). Manejo del estrés, y control emocional. Modulo 3. Slideshare.
- Fernández, L (2016). Como mejorar nuestra capacidad de empatía. Escuela de Organización Industrial.
- García A. (2014) *la violencia contra las mujeres: conceptos y causas*.
- González, N (2018). 3 técnicas para practicar la asertividad. La mente es maravillosa.
- Guzmán, L (2016). Habilidades para la vida, manejo de emociones, comunicación asertiva. Curso de taller: El maestro como apoyo al estudiante y facilitador de los factores protectores. Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades.

- La prensa Gráfica (2019) *Informe Anual sobre el Estado y Situación de Violencia contra las Mujeres en El Salvador.*
- Linares, D (2018). Técnicas para desarrollar la capacidad del asertividad. *PsicologiaOnline.*
- Monistrol O. (2007) *El trabajo de campo en investigación cualitativa (II).*
- Organización Panamericana de la Salud (1998) *Violencia Contra la mujer, Un tema de salud prioritario.*
- Organización Mundial de la Salud (2017) *violencia contra la mujer.*
- Organización Panamericana de la Salud (2018) *Cinco de cada 10 mujeres han sufrido violencia en El Salvador.*
- Organización Panamericana de la Salud (2017) *Respondiendo a la violencia contra las mujeres: qué deberían hacer los servicios de salud.*
- Organización de las Naciones Unidas Mujeres (2019) *Hechos y cifras: Acabar con la violencia contra mujeres y niñas.*
- Richard A. Krueger (1991) *El grupo de discusión; guía práctica para la investigación aplicada.*
- Sampieri (2006) *Metodología de la investigación, quinta edición.*
- Sampieri (2014) *Metodología de la investigación, sexta edición.*

**ANEXOS**

Tabla de abreviatura

<b>ABREVIATURA</b>	<b>SIGNIFICADO</b>
ONU	Organización de las Naciones Unidas
ONU MUJERES	Organización de las Naciones Unidas mujeres
ISDEMU	Instituto Salvadoreño para el desarrollo de la mujer
OPS	Organización Panamericana de la Salud
OMS	Organización Mundial de la Salud
CDI 851	Centro de Desarrollo Integral 851

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR**  
**FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL**  
**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES**  
**CARRERA DE LICENCIATURA EN PSICOLOGIA**



GRUPO DE ENFOQUE DIRIGIDO A JÓVENES DEL CENTRO DE DESARROLLO  
INTEGRAL 851

**1. Objetivo de la investigación:** Conocer las habilidades que poseen los estudiantes para prevenir violencia de género.

**2. Identificación del moderador.**

**Nombre del moderador:** Sofía de los Angeles Torres Mena.

**3. Categorías a enfocar.**

**a. Violencia de género.**

- Definición de violencia de género.
- Percepción de la violencia de género

**b. habilidades sociales.**

- Asertividad
- Cooperación y empatía

**c. Habilidades cognitivas**

- Autoconciencia
- Resolución de problemas



#### **d. Habilidades para el control de emociones.**

- **Control de impulsos**
- **Tolerancia al estrés**

#### **4. Preguntas Orientadoras.**

1. ¿Para ti qué es la violencia de género?
2. ¿Cuáles son los tipos de violencia de género que existen? ¿Qué información conoces sobre los tipos de violencia?
3. ¿Por qué consideras que existe la violencia de género?
4. Has tenido un día muy pesado y has quedado en reunirte con tu pareja a las 4:00pm, pero se ha demorado una hora más en llegar y no te aviso. No estás de buen humor. ¿Le reclamas o reprochas? ¿aceptas y te conformas con el hecho de que haya llegado?
5. Llegas a tu casa después de estar todo el día en el colegio haciendo muchas actividades y estas agotada/o, cuando entras ves a un familiar del sexo femenino haciendo los quehaceres de la casa, que también tuvo un día agotador y le hace falta mucho por terminar. ¿Qué haces? ¿Le ayudas de inmediato? ¿Le dices que lo pospongan para otro día? ¿Lo ignoras?
6. ¿Cuáles son las circunstancias que te hacen sentir triste, alegre y enojada/o?
7. Has tenido un problema con tu pareja ¿Qué haces? ¿Buscas la manera de hablar y arreglar el problema? ¿Te quedas con el resentimiento y no te interesa solucionarlo?
8. Tu pareja ha actuado de una forma que no te agrado y llegaste al punto donde te encuentras muy enojada/o y quieres reclamarle. ¿Qué haces? ¿Primero piensas bien en la manera que lo harás y que le dirás? ¿O se lo dices en el momento, sin pensar las consecuencias?
9. ¿Qué haces cuando te encuentras bajo mucho estrés?
10. ¿Qué consejo le darías a una persona víctima de violencia de género?

## **Transcripción del grupo de enfoque**

### **1. ¿Para ti qué es la violencia de género?**

**Carmen:** *Este, para mi creo que la violencia de género es cuando alguien le hace daño a otra*

**Mariela:** *Pues, bueno, para mí la violencia de género es cuando un hombre le hace daño a una mujer, creo que eso sería la violencia*

**Fausto:** *Cuando se le pega a alguien o le grita y cosas así.*

**Diego:** *podría ser el daño que se le ocasiona a otra, pero creo que se le hace más a la mujer*

**Silvia:** *Para mí la violencia de género es cuando una mujer le pega a un hombre o un hombre le pega a la mujer, este bueno voy a decir esto y pues con la confianza de que así como dijo usted que lo que digamos aquí, que no fuera a salir de este día, porque todos aquí nos conocemos, este, esto de la violencia es algo que yo viví, yo tengo dieciocho años pero cuando tenía quince, me junte con el que era mi novio y pues yo viví eso por un año y medio.*

**Carla:** *Yo creería que es cuando hay violencia esta que se pegan y dicen cosas malas.*

**Alexander:** *Es cuando un hombre o mujer agrede a otra persona de su sexo opuesto, y pues así como decía diego la mayoría de veces es la mujer quien es dañada por el hombre. .*

**Josseline:** *Bueno para mi es cuando se le está hiriendo a alguien, ellos lo decían, es de hombre a mujer o mujer a hombre, pero lo que nosotros vemos es que es más una mujer dañada.*

**2. ¿Cuáles son los tipos de violencia de género que existen? ¿Qué información conoces sobre los tipos de violencia?**

**Carmen:** *Pues creo que hay violencia física cuando le pegan en el cuerpo y violencia con las palabras cuando alguien le dice cosas feas para hacerla sentir mal.*

**Mariela:** *Bueno, yo leí en Facebook que hay violencia física, y verbal que son las más comunes y había otras pero no recuerdo cuales son pero si habían otras.*

**Fausto:** *Creo que hay tipos de golpes y tipos de gritos así me imagino que son los tipos de violencia*

**Diego:** *Violencia física y mental, lo que conozco es que hay golpes, hay personas que mueren y también hay palabras hirientes.*

**Silvia:** *los tipos de violencia son gritarse, golpearse, faltarse el respeto eso es psicológico es cuando una mujer o un hombre tiene traumas y quiere desquitarse con la otra persona. A veces uno cree que le hablen mal o hablar mal no es daño, pero si y por pensar así a veces uno se da cuenta de lo que se está sufriendo.*

**Carla:** *hay tipo psicológica, física y sexual. Pues lo que conozco es que hay golpes hay palabras feas y cuando ya abusan de alguien, también sé que a veces hay personas que mueren por los daños o se suicidan, bueno una muchacha de aquí cerca hace años se mató y decían que era porque el marido le pegaba.*

**Alexander:** *una vez leí un documento y eran varios, pero solo recuerdo que había física, psicología, sexual y creo que había una que era económica pero no le entendí muy bien a esa. Y lo que conozco es que la persona agrede con golpes palabras a veces hasta con no hablarle y pues cuando le toca sus partes íntimas sin permiso.*

**Josseline:** *Creo que hay violencia verbal donde hay palabras denigrantes y que dañan a la otra, violencia física que ya se daña el cuerpo, una vez salió en la tele que a una mujer la quemaron solo porque el marido creí que le era infiel.*

### **3. ¿Por qué consideras que existe la violencia de género?**

**Carmen:** *Porque, bueno, yo pienso no sé si sea así, pero me imagino que es porque hay personas que les gusta hacer daño y han de sentir bien ser así de malos*

**Mariela:** *Creería que porque los hombres son más violentos que nosotras ya lo traen en la sangre.*

**Fausto:** *Porque tal vez no lo educaron bien y desde chiquitos los dejaron hacer lo que querían, bueno mi mamá dice que es por eso, a mí y mis hermanos nos ha dicho que debemos de respetar a las personas y no ser como esa gente que hace eso.*

**Diego:** *este podría ser por problemas en la pareja o por infidelidad.*

**Silvia:** *Yo creo que eso viene de los padres, eso es como hereditario, como vuelvo y repito yo he pasado por eso y pues mi familia igual cuando estaba más pequeña lo veía de mis papás y después lo viví yo, por eso considero que es hereditario.*

**Carla:** *Podría ser como lo crían a uno, Silvia decía que puede ser hereditario, pero pues yo considero que es más que todo la crianza y si desde pequeño no te enseñan a controlarte es obvio que se llega a grande haciendo cosas malas.*

**Alexander:** *Así como decía Silvia y Carla, yo creo que eso es desde generaciones anteriores, porque siempre se ha permitido que el hombre sea quien mande y haga lo que quiera y tenga como que domina a la mujer, así que creo que tanto es porque lo vivió en su familia y el hace lo mismo o la mujer cree que es normal y por la crianza que le dan a cada uno.*

**Josseline:** *Yo opino que pues si hay muchas cosas por las cuales existe la violencia, ya lo decían ellos, uno de pequeño ve y piensa que es normal, o la crianza de hacer creer que el hombre puede dominar.*

**4. Has tenido un día muy pesado y has quedado en reunirte con tu pareja a las 4:00pm, pero se ha demorado una hora más en llegar y no te aviso. No estás de buen humor. ¿Le reclamas o reprochas? ¿Aceptas y te conformas con el hecho de que haya llegado?**

**Carmen:** *Este, algo así me pasó una vez, él iba a venir aquí al cantón, él es de allá de otro cantón. Y pues ya había pasado casi dos horas y en el momento si me enoje porque como que a pata se había venido para que se tardara tanto pero después mi mama me dijo que quizás le había pasado algo y me asuste, cuando ya vino si le pregunte que le había pasado, pero si le dije que me había molestado por no avisar que se iba a tardar.*

**Mariela:** *Pues quizás si me enojo y le reclamo porque bueno a mí no me gusta que me hagan esperar tanto tiempo, me aburro o quizás me voy del lugar.*

**Fausto:** *A mí tampoco me gusta esperar así que creo que le reprocho, pero no me enojo, solo que le diría que primero avise para uno no estar aburrido esperando.*

**Diego:** *Reclamo si no es por algo importante que se tardó, pero si pido una explicación*

**Silvia:** *me enojo demasiado, no le hablo quizá por una semana, porque si él me hubiera avisado me hubiera enojado poquito, pero sino me aviso me emputo y me encabrono.*

**Carla:** *Le pido una explicación del porque él ha llegado tarde y depende de cual haya sido el motivo así reacciono para ver si lo comprendo o le reclamo.*

**Alexander:** *Si le hago saber que no me gusto que se haya tardado, pero tampoco me voy a poner a enojarme, si es algo que a cualquiera nos puede pasar.*

**Josseline:** *Yo primero le pregunto qué paso porque llego tarde si me dice que fue por algo que él no tenía culpa pues solo le digo que estaba preocupada porque no llegaba y si me dice que fue por culpa de él pues le digo que avise para no estar esperando y que no me gusto estar aburrida.*

**5. Llegas a tu casa después de estar todo el día en el colegio haciendo muchas actividades y estas agotada/o, cuando entras ves a un familiar del sexo femenino haciendo los quehaceres de la casa, que también tuvo un día agotador y le hace falta mucho por terminar. ¿Qué haces? ¿Le ayudas de inmediato? ¿Le dices que lo pospongan para otro día? ¿Lo ignoras?**

**Carmen:** *Pues mire usted que aquí como la que hace las cosas soy yo, mi mama trabaja y cuando vengo de la escuela no hay nadie y mi mama tiene que venir a encontrar limpio entonces, aunque ande cansada tengo que hacerlo al venir primero tengo que moler ya después limpio y en la tarde hago tareas.*

**Mariela:** *Depende de mis ánimos, siempre mi mami hace las cosas, quizás si ando muy cansada prefiero dormir ya después hacer algo, aunque ya sé que cuando despierte va a estar limpio.*

**Fausto:** *Bueno aquí en la casa tenemos las cosas repartidas mi mamá ya nos ha dicho que hacer, por ejemplo, yo lavo la ropa de mis hermanos y la mía, mi hermano limpia la casa y el otro le toca lavar trastes y mi mamá hace las comidas y otras cosas, pero creo que si veo que mi mamá está bien ocupada le ayudo en el momento.*

**Diego:** *Ayudo de inmediato*

**Silvia:** *Me voy a mi cuarto.*

**Carla:** *le digo que deje de hacerlo y lo hago yo.*

**Alexander:** *Yo vivo con mi abuela y ella está enferma casi no dejamos que ella haga las cosas, ella solo hace la comida porque es a la única que le queda rica, pero lo demás lo hacemos nosotros, mis primos y yo. Y hacemos las cosas en el momento porque si no mi abuela se enoja.*

**Josseline:** *Le ayudo en el momento para así poder descansar las dos al mismo tiempo.*

## **6. ¿Cuáles son las circunstancias que te hacen sentir triste, alegre y enojada/o?**

**Carmen:** *Me siento triste cuando se enojan conmigo, alegre me siento cuando veo a mis amigas, pasarla con ellas y tener buenas notas y enojada cuando me molestan mucho y que me griten.*

**Mariela:** *Triste si me ignoran o se alejen de mí sin saber porque, no sé alegre cuando como algo rico y enojada si me insisten en hacer algo que no quiero.*

**Fausto:** *bueno a mí me pone triste esto que estamos viviendo de la enfermedad y ver que ha muerto gente, alegre cuando me salen bien las cosas, y enojado cuando no me sale algo como yo he pensado*

**Diego:** *triste cuando no me sale algo como esperaba, alegre cuando las personas que quiero están bien, y enojada cuando estoy con personas antipáticas.*

**Silvia:** *me hace sentir triste es recordar mi pasado, me alegran las redes sociales y ver YouTube, y me enoja bueno este casi todo me enoja soy muy amargada y delicada.*

**Carla:** *triste la pérdida de un familiar, darme cuenta de alguna enfermedad ya sea de mi familia o amigos, estar sola en la casa y que alguien me falle. Alegre cuando hago algo que siempre quise lograr, tener a mi familia completa, salir de casa y conocer nuevos lugares, los elefantes me ponen*

*muy feliz. Me ponen enojada las mentiras, ver que tratan mal a alguien, y que no se pongan en mi lugar*

**Alexander:** *triste cuando las cosas que deseo no se cumplen cuando algo que esperaba que sucediera de una forma no sucede, que un familiar o amigo este mal, me pongo alegre cuando consigo las cosas que quiero cuando mis amigos o familia están bien. Y enojado pues creo que me molesta cuando he arreglado algo y alguien lo desordena y cuando alguien me quiere controlar solo porque sí*

**Josseline:** *Me pone triste estar lejos de mi mamá o mi papá, estar sola en la casa, me pone feliz estar con ellos, comer la comida de mi mamá, tomar café en las tardes con mi familia, sacar buenas notas, y me pone enojada que mi hermana no obedezca a mis papás y no haga las cosas que se le pidan.*

**7. Has tenido un problema con tu pareja ¿Qué haces? ¿Buscas la manera de hablar y arreglar el problema? ¿Te quedas con el resentimiento y no te interesa solucionarlo?**

**Carmen:** *Me enojo mucho pero después hablo con él.*

**Mariela:** *Busco solucionarlo, pero si hay ocasiones que me molesto mucho y hasta después busco arreglar o hablar, porque cuando me enojo no me dan ganas de ver a nadie, usted.*

**Fausto:** *Busco arreglar el problema.*

**Diego:** *Me quedo con el resentimiento.*

**Silvia:** *Si fue mi culpa tal vez trate de arreglar las cosas, pero si fue culpa de él que me busque.*

**Carla:** *Si yo tuve la culpa lo busco y tarto de arreglar el problema.*



**Alexander:** *Si es un buen momento busco la forma de que hablemos. Sino le doy su tiempo y ya cuando ambos estamos calmados lo solucionamos juntos.*

**Josseline:** *Si busco arreglar las cosas, pero cuando se me ha pasado el enojo.*

**8. Tu pareja ha actuado de una forma que no te agrado y llegaste al punto donde te encuentras muy enojada/o y quieres reclamarle. ¿Qué haces? ¿Primero piensas bien en la manera que lo harás y que le dirás? ¿O se lo dices en el momento, sin pensar las consecuencias?**

**Carmen:** *Se lo digo en el momento para que sepa cómo me siento, pero de buena forma.*

**Mariela:** *Pues se lo digo en el momento si se va a enojar que se enoje, pero en ocasiones si pienso antes de hablar.*

**Fausto:** *Primero pienso porque no me gusta hacer sentir mal a alguien y ya después se lo digo.*

**Diego:** *Primero pienso el que voy a decir.*

**Silvia:** *De un solo de digo las babosadas en la cara, delante de quien sea, me da igual si él se lo busco pues que aguante las consecuencias.*

**Carla:** *Pues le pregunto porque actúa de esa forma*

**Alexander:** *depende de la situación, si estoy muy enojado si espero a calmarme y decirle como me sentí, pero si no estoy muy enojado pues le digo las cosas tranquilamente en el momento, sé que no diré nada que la dañe.*

**Josseline:** *Mi mamá me ha enseñado a primero pensar antes de hablar, así que primero pienso que diré para no dañar a alguien.*

**9. ¿Qué haces cuando te encuentras bajo mucho estrés?**

**Carmen:** *Me pongo a escuchar música de la que me gusta y me duermo para olvidarme un rato.*

**Mariela:** *Bueno pues, trato de descansar, me relajo, escucho mi música favorita y veo alguna película y así creo.*

**Fausto:** *Juego pelota con mis hermanos, eso siento que me tranquiliza.*

**Diego:** *me siento incompetente, pero sigo haciendo lo que tengo que hacer.*

**Silvia:** *Me pongo a ver tutoriales en YouTube a ver recetas de cocina eso me calma.*

**Carla:** *Me pongo triste pero luego busco a la manera de hacer algo para distraerme y se me pase.*

**Alexander:** *dejo lo que estoy haciendo me relajo y luego sigo con lo que tengo que hacer.*

**Josseline:** *Me corto y no sé cómo hacer, y me cuesta hacer las cosas así.*

**10. ¿Qué consejo le darías a una persona víctima de violencia de género?**

**Carmen:** *Que no se deje que también le pegue y se vaya a otro lado.*

**Mariela:** *Que ya no esté en ese lugar que mejor se vaya.*

**Fausto:** *Que se aleje de esa persona, que alguien que la quiera no le va a hacer daño.*

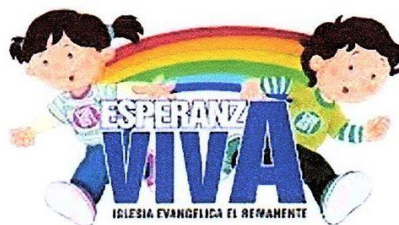
**Diego:** *Que no todos los hombres son malos que busque ayuda y que sea fuerte.*

**Silvia:** *Que no se deje y si mira que no se puede arreglar nada que hagan lo que yo hice, separarse y esperar un tiempo para tener otra pareja.*

**Carla:** *Que no siga soportando el caso que busque ayuda con las autoridades.*

**Alexander:** *Mire que creo que le aconsejaría que se aleje, porque como decía uno de ellos, quien te quiere no te daño, y pues hay que denunciar esos actos.*

**Josseline:** *Que no tiene por qué aguantar que todos somos fuertes para alejarnos de algo que nos hace daño y que agarre ánimos.*



CENTRO DE DESARROLLO INTEGRAL 851, CIUDAD DE SAN MIGUEL.



San Miguel. 06 de julio 2020.

Autoridades de la Universidad de El Salvador

Reciban un cordial saludo deseándole éxito en sus actividades laborales.

El motivo de la presente es para hacer constar que la estudiante Sofia de los Angeles Torres Mena con carné TM14007, egresada de la carrera Licenciatura en Psicología, realizo su trabajo de grado PROPUESTA DE PROGRAMA PSICOEDUCATIVO PARA PREVENIR VIOLENCIA DE GÉNERO, DIRIGIDO A JÓVENES DEL CENTRO DE DESARROLLO INTEGRAL 851, DE LA CIUDAD DE SAN MIGUEL, DURANTE EL AÑO 2020. En nuestro Centro de desarrollo.

Atentamente



Lic. Sara Benedicta Granados

Directora