

Programa de Contención Emocional





Contención Emocional Grupal e Individual Para el personal que da atención directa

Programa

**Gobierno del Estado de Veracruz
Instituto Veracruzano de las Mujeres**

“Este Programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social”.

“Este programa se realizó con recursos del Programa de Apoyo a Instancias de Mujeres en las Entidades Federativas, de la Secretaría de Desarrollo Social.”

DIRECTORIO



CONSEJO EDITORIAL PAIMEF

Jesús Heriberto Félix Guerra

Secretario de Desarrollo Social

Ana María León Miravalles

Titular del Instituto Nacional de Desarrollo Social



GOBIERNO
DEL ESTADO



ESTADO
PRÓSPERO



adelante

GOBIERNO DEL ESTADO DE VERACRUZ

Javier Duarte de Ochoa

Gobernador Constitucional del Estado de Veracruz

INSTITUTO VERACRUZANO DE LAS MUJERES

Edda Arrez Rebolledo

Directora General del Instituto Veracruzano de las Mujeres

Coordinación: Psic. Crim. Lirio Anely Cruz Espino

Facilitadora: Mtra. Lizette Figueroa Vasquez



INDICE

Introducción	3
Marco conceptual	4
Justificación	5
Metodología	
Objetivos generales	
Objetivos específicos	6
Fases	7
Resumen	8
Aspectos generales	8
Programa grupal	9
Programa individual	29
Anexos	
Carta descriptiva	
Formato de terapia individual	
Muestra de una terapia	
Muestra del material ocupado	
Papelógrafo	
Tarjetas	
Glosario	
Bibliografía	

Introducción

Este Programa de Contención fue realizado para 33 profesionistas que laboran para el Instituto Veracruzano de las Mujeres, a petición de las encargadas del programa PAIMEF para que este logre sus cometidos.

Es ya sabido que el contacto que las y los profesionistas tienen con la violencia produce en las y los trabajadores, sentimientos de frustración, enojo, desesperanza y cansancio, por mencionar sólo algunas de las emociones que pueden dificultar su labor. Es por ello que la contención emocional cobra una dimensión fundamental en este tipo de quehaceres.

El Programa estuvo dividido en tres momentos con seis sesiones en total. En este sentido el objetivo del primer momento fue realizar un diagnóstico de las necesidades de contención emocional que tengan las y los abogados, trabajadoras sociales, promotores y psicólogas que atienden directamente a las mujeres, en los módulos, refugios y Centros de Atención Externa del IVM y que atienden mujeres en situaciones de violencia.

En el presente documento se muestran una a una las dinámicas y técnicas que fueron empleadas así como los resultados que pudieron trabajarse en ese proceso.

Marco conceptual

La violencia es parte de una relación circular de causa y efecto. Se presenta como una consecuencia de otras problemáticas (disfunción familiar, maltrato, problemas de salud mental, etc.) también aparece como causa de fenómenos sociales en donde es difícil ubicar el punto de inicio y final.

Las alarmantes cifras y datos que se conocen acerca de la violencia contra las mujeres, destacan que en promedio, cada día fallecen en México seis mujeres por muerte intencional: cuatro por homicidio y dos por suicidio, y que de estas, un promedio de 41.4 por ciento se registran en sus viviendas (Instituto Nacional de las mujeres, 2010), "el lugar que debería ser más seguro para ellas".

Las mujeres que son víctimas de violencia presentan necesidades diversas. Algunas están relacionadas con resolver situaciones prácticas como asuntos de vivienda y sustento otras son de orientación y acompañamiento para enfrentar las agresiones de las que son víctimas, y también las necesidades de atención a la salud son prioritarias.

En respuesta a esta situación, las instituciones del país han puesto en marcha programas de atención a las mujeres que son víctimas de violencia. Es en este escenario que intervienen profesionales que brindan ayuda y atención para esta población. Este grupo de personas que trabajan y están en contacto con cada historia de abuso y vejación a los derechos de las personas, es sin duda un grupo que merece atención y cuidado de su propia salud.

La labor que desempeñan estos y estas profesionales implica un reto que pone a prueba los recursos en conocimientos, sensibilidad y tolerancia así como los recursos personales que permiten brindar una atención respetuosa y empática.

JUSTIFICACION

El interés en la problemática de la violencia hacia las mujeres es cada vez mayor en todos los sectores de la población y afortunadamente el sector público, no es la excepción. El hecho de que las Instituciones gubernamentales asuman la responsabilidad que tienen con las mujeres se pone en evidencia al crear instituciones que están especializadas en atender los efectos de la violencia hacia las mujeres. Nos parece un gran acierto que además se tome en consideración que las y los trabajadores pueden presentar efectos iatrogénicos por el tipo de atención que prestan. Es por ello que contener emocionalmente a las psicólogas y abogadas y abogados que atienden directamente a las beneficiarias, para que realicen un trabajo de calidad con ellas.

En ese mismo sentido, la metodología planteada contempla que las y los trabajadores, adquieran herramientas de trabajo básicas para que puedan realizar esta contención de manera rutinaria. La idea es transmitir e incorporar a su trabajo cotidiano la contención como parte indispensable en su labor.

OBJETIVO GENERAL

Realizar un programa de contención emocional para los y las trabajadores sociales, promotores, psicólogas, abogadas y abogados que laboran en los módulos, refugios y Centros de Atención Externa del IVM y que atienden mujeres en situaciones de violencia.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ❖ Diagnosticar las necesidades de contención que tienen las trabajadoras sociales, psicólogas, promotores, abogadas y abogados que atienden mujeres en situaciones de violencia.
- ❖ Realizar una fase de contención emocional grupal para este grupo de las y los trabajadores
- ❖ Proponer algunas herramientas prácticas de contención emocional que el personal del IVM puede implementar en su trabajo con las mujeres en situaciones de violencia.

METODOLOGÍA

La contención emocional planteada para que las y los profesionales puedan ejercer su trabajo, sin el costo emocional que significa a nivel personal, se realizará a través de sesiones grupales e individuales partiendo de una metodología participativa, y con la finalidad de que incorporen herramientas fundamentales para la operación de sus acciones diarias. Se trabajó en tres fases:

Fase uno diagnóstico: Se llevaron a cabo 2 sesiones grupales diagnósticas a fin de recopilar la información necesaria para adecuar lo planeado a su realidad, se realizó el 8 y 9 de septiembre.

Fase dos contención grupal: Se realizaron 4 sesiones para elaborar grupalmente las temáticas planteadas en el diagnóstico, todas con una duración de 7 hrs cada una el 22 y 23 septiembre y 6 y 7 de octubre

Fase tres contención individual: En el entendido de que una sola sesión individual no permite la elaboración necesaria de problemáticas personales, estas sesiones individuales tienen como objetivo detectar alguna condición personal, que no hubiera sido externada en el trabajo grupal, y con las cuales se elaborarán líneas de trabajo a seguir.

POBLACIÓN

Este Programa estuvo dirigido al cuerpo de abogadas y un abogado, trabajadoras sociales, promotoras y psicólogas que atiende directamente a las mujeres en situación de violencia, de los módulos, Refugios y Centros de Atención Externa del Instituto Veracruzano de las Mujeres y las beneficiadas con el proyecto operado en el marco del Programa de Apoyo a Instancias de Mujeres en las Entidades Federativas PAIMEF 2011. En total 32 mujeres y 2 hombres, de los cuales 13 son psicólogas, 11 abogadas 1 abogado, 7 trabajadoras sociales, 2 promotoras, 2 coordinadoras, 1 sociólogo y 1 enfermera.

RESUMEN EJECUTIVO

Para lograr el Programa de contención fue necesario primero hacer un diagnóstico para conocer cuáles son aquellas herramientas teórico prácticas y técnicas que

tienen las trabajadoras del IVM que atienden mujeres en situación de violencia. Por ello, la planeación de una fase de diagnóstico, en base a la cual se realizaron adecuaciones pertinentes para desarrollar las fases de contención grupal e individual. Después de cada fase se realizó una pequeña evaluación y al finalizar todo el Programa una evaluación final.

ASPECTOS GENERALES

La contención grupal fue diseñada de tal manera que tuvo dos aspectos a cubrir simultáneamente: por un lado de cada participante pudiera externar las ansiedades, dificultades en el trabajo y necesidades de contención que experimenta debido a su trabajo. Por otro lado proporcionar herramientas prácticas para que las trabajadoras puedan incorporarlas a su quehacer cotidiano.

En el caso de la contención individual se realizaron sesiones de una hora cada una de las y los 34 participantes, donde se les invitó a manifestar aquellas inquietudes que tuvieran y que no pudieron externar en las sesiones grupales. Para tal efecto se les externó que todos los datos serían guardados en anonimato para que pudieran sentir la confianza necesaria y externar así toda la problemática pendiente. Esta estrategia funcionó como esperábamos pues existieron aspectos que de manera grupal no se conocieron y que fueron externados de manera individual.

PROGRAMA GRUPAL

Ejercicio 1 Directorio

Después de realizar el registro de las y los participantes en el formato del Instituto, se logró obtener un directorio con 28 participantes que fueron llegando poco a poco.

Resultados: un directorio de las y los 34 participantes

Ejercicio 2 Presentación del Programa

Se les comentó a las participantes la intención y objetivos del Programa así como la metodología con la cual trabajaríamos durante los tres momentos, los horarios y los momentos que se ubicarían para los recesos. Fue en este momento que también se presentaron las ponentes.

Resultados: un encuadre en común para iniciar los trabajos, se despejaron dudas sobre la metodología e emplear.

Ejercicio 3 Presentación de las participantes “Los objetos”

En una mesa se colocaron más de 40 objetos de distinta índole, se les indicó que tomaran un objeto con el cual se identificaran por alguna de las cualidades en común. Después cada una dijo su nombre, profesión y zona o lugar de trabajo y en plenaria mostró el objeto y comentó cuál era esa cualidad en común.

Pudimos observar que existen puntos en común de manera grupal, son mujeres sensibles, preocupadas por la naturaleza, inquietas, que prefieren el aire libre a estar encerradas, gustan de registrar sus actividades. Con esta dinámica pudimos conocer un poco más acerca de ellas y de la composición del grupo.

Resultados: presentación de cada una de las participantes y las dos coordinadoras para conocerse.

Ejercicio 4 “Lo que pase y lo que no pase”. Expectativas

Se les repartieron tarjetas donde debían escribir en cada una de ellas qué querían que pasara en el Programa y qué cosas no querían que sucedieran. Una vez que terminaron de escribir, una de las coordinadoras las agrupa en dos columnas y se leen en conjunto.

Resultados: las participantes manifestaron:

Lo que sí quieren que pase: Que haya dinámicas, risas e interacción, juegos, receso, atención, ambiente de confianza, respeto, manejo de emociones y canalizarlas, libertad de expresión, buen uso del tiempo, utilidad para aplicar con usuarias, trabajo grupal, herramientas para dar contención, confidencialidad, actividades físicas, apertura y conocimiento, habilidades de comunicación, abordar lo personal y laboral, intercambio de experiencias, reflexión.

Lo que no quieren que pase: Dinámicas aburridas, no motivación, dormirse, alargarse, bloqueo, frío, no hablar de cosas tristes, no llorar, teórico, perder el interés, que lo que diga salga de aquí. Que no le sirva lo que aprende acá. No movimiento, sueño, cansancio, estar nerviosa, tareas difíciles, quedarse con dudas, monótono.

Ejercicio 5 Encuadre

A través de una exposición se les comentó la importancia de mantener un encuadre de trabajo pues preserva el desarrollo de las sesiones. Este encuadre consistió en varias reglas básicas:

- a. Todo lo que se dice dentro del taller debe tomarse con respeto y confianza
- b. Pedir la palabra para hablar y mantener los turnos
- c. Tratar de participar con sus comentarios y aportaciones
- d. Externar las dudas que tengan en el momento que deseen
- e. Puntualidad al inicio de cada sesión y después de los recesos

Resultados: reglas claras para la operación del programa.

Ejercicio 6 “aciertos y dificultades”

En tarjetas de manera individual deben escribir cuáles son sus aciertos y en otras tarjetas sus dificultades para hacer su trabajo con las mujeres que atienden. Posteriormente se reúnen en equipos de 5 personas con las personas que menos conocen de preferencia. Se les pidió que comenten entre ellas lo que han anotado en sus tarjetas. Los comentarios se empiezan a presentar entre ellas, como necesidad de compartir lo que les pasa. Una de las personas que coordina, se acerca y nos comenta que se ubicaron con la gente que más conocen justo al contrario de lo que les pedimos.

Resultados:

Aciertos Personal:

- ✓ Buen equipo de trabajo
- ✓ Compromiso y experiencia personal

- ✓ Confianza de la usuaria, empatía
- ✓ Conocimiento de la lengua y cultura
- ✓ Buen trato, amabilidad
- ✓ El gusto por el trabajo, conocimientos adquiridos
- ✓ Apoyo familiar
- ✓ Trabajo con mujeres no indígenas

Dificultades en el trabajo con usuarias

Personal:

- ✓ El idioma
- ✓ El tiempo
- ✓ Llenar reportes
- ✓ La distancia
- ✓ Desconocer técnicas
- ✓ Impotencia para apoyar en un 100% a la usuaria

Aciertos

Social:

- ✓ Identificación como centro de atención
- ✓ La comunidad canaliza usuarias
- ✓ Grupo de trabajo organizado y red de promotoras
- ✓ Capacitaciones

Dificultades

Social:

- ✓ Machismo
- ✓ Falta de aceptación de violencia
- ✓ Inseguridad (balaceras) violencia social
- ✓ Contexto cultural
- ✓ Espacios privados
- ✓ Falta de compromiso del municipio

Aciertos

Institucional:

- ✓ Servicio gratuito
- ✓ Instalaciones adecuadas
- ✓ Apoyo de municipio y autoridades
- ✓ Contar con apoyo de profesionistas, capacitaciones
- ✓ Coordinación y comunicación en el equipo de trabajo

Dificultades

Institucional:

- ✓ Falta de materiales
- ✓ Falta de sensibilidad de las autoridades
- ✓ Falta de instituciones eficientes, cerradas al dialogo
- ✓ Tiempo insuficiente para seguimiento de procesos

- ✓ Reportes repetitivos
- ✓ No hay criterio unificado de jefes, no ir al mismo ritmo de trabajo
- ✓ Incapacidad para tomar decisiones
- ✓ Falta de recursos
- ✓ Distancias

Ejercicio 7 “Lo social, lo institucional, lo administrativo y lo personal”

Se les pidió que clasificaran en equipo sus tarjetas, cada una leyó su tarjeta y decidieron si ese acierto o dificultad correspondía a un nivel social (por ejemplo el machismo como una dificultad en su trabajo), al nivel institucional (p.j. las fechas en que inicia el programa) lo administrativo (p.j. los formatos a llenar) lo personal (p.j. no hablar la lengua del lugar).

Resultados: se obtuvo una clasificación para discriminar en qué ámbitos pueden cambiar y cuáles no.

Ejercicio 8 “Niet”

Se colocaron en círculo y la coordinadora al centro. La instrucción es que vamos a contar a partir del 1 pero existen reglas: no se puede decir el número 3, los múltiplos de 3 o los que terminen en 3. En vez de usar ese vocablo se debe decir la palabra “niet”. Si alguien se equivoca debe de iniciarse de nuevo la cuenta y el reto es ver hasta qué número se puede llegar.

Resultado: el grupo se activó para los siguientes ejercicios.

Ejercicio 9 Plenaria

Cada equipo presentó y discutió sus resultados mostrando un panorama de las dificultades de cada zona. De esta manera se socializaron los resultados y hubo comentarios que son generales y otras particularidades muy locales.

Resultados: se socializaron las conclusiones de cada subgrupo.

Ejercicio 10 “Ronda el día anterior”

En círculo cada una comenta si se quedaron con preguntas o comentarios sobre el día anterior, si pensaron en alguna cosa o si la sesión anterior le despertó inquietudes. También sirvió para incorporar a las compañeras que no asistieron el día anterior y mantenerlas al tanto. Iniciamos la jornada de trabajo retomando las preguntas del día anterior. ¿Será que por falta de tiempo no me cuido? ¿Será casualidad que me dedique a esta labor?

Resultado: introducir al tema del día.

Ejercicio 11 “Alcances”

En equipo se les pidió que analizan aquellas situaciones que no pueden cambiar, y posibles soluciones, recursos que necesitan.

Resultados:

Las personas que compartieron sus conclusiones hablaron de:

No es falta de tiempo, es miedo a conocerse a si mismo

También es falta de disciplina pues no se nos ha enseñado a cuidarnos.

No estamos por casualidad, quieren una mejor vida para sus hijos de los que ellas tuvieron.

Hay temores como en todos los trabajos pero también satisfacciones.

Ejercicio 12 “Los costos”

En tríos discuten sobre de los costos y emociones que aparecen al dedicarse a este trabajo. Lo escribe de manera individual y después lo comentan con sus compañeras. Este ejercicio les permitió hacer consciente el costo emocional de no cuidarse o protegerse en este tipo de trabajo, para algunas fue revelador identificar estas cuestiones, para otras era más claro y movilizó emociones fuertes que les llevaron hasta las lágrimas.

Resultados: las participantes identificaron aquellas dificultades que impiden que realicen mejor su trabajo

Ejercicio 13 “Sociodrama”

Se les pide que comenten en equipo una situación personal que les cause mucha dificultad. Eligen entre todas las historias, una situación que sea conflictiva que tenga que ver con lo personal y la representan. Cada equipo representa un sociodrama.

Resultados: ejemplificaron situaciones de su labor cotidiana

Ejercicio 14 “Definición de contención”

Se numeran del 1 al 4 y se forman cuatro equipos para trabajar y definir ¿qué entienden por contención? y ¿cómo hacen su propia contención? Lo escriben en el papelógrafo y lo exponen.

Resultados: realizaron una definición colectiva.

Ejercicio 15 “¿Cómo hago mi propia contención?”

En parejas se les pide que comenten cómo hace cada una para descargar las tensiones que les ocasiona su trabajo. Después se presentan los resultados en plenaria.

Resultados: se identificaron los recursos de contención existentes

FASE DOS: CONTENCION GRUPAL

Ejercicio 16 “Devolución del diagnóstico”

Se les presentaron los resultados de la sesión pasada en power point para que visualizaron los contenidos.

Resultados:

¿Qué fue lo que aprendí?

- ✓ Dar mejor atención a usuarias
- ✓ Que es contención emocional
- ✓ Técnicas de manejo de la contención
- ✓ Escucha activa
- ✓ No juzgar e interrumpir a las usuarias
- ✓ Tiempos y modos de platica activa

- ✓ Experiencias de compañeras, compartir y recibir
- ✓ Auto cuidado
- ✓ Formas de entrevista e intervenciones
- ✓ Un trato legal más humanista

¿Cómo me sentí?

- ✓ En confianza, cómoda, relajada, tranquila
- ✓ Con sueño, cansada, aburrida
- ✓ En un buen ambiente
- ✓ Retroalimentada
- ✓ Integrada e interesada
- ✓ Abrumada, ansiosa
- ✓ Activa, dinámica
- ✓ Fortalecida
- ✓ Angustiada por la situación de compañeras

¿Qué hizo falta en el taller?

- ✓ Ejercicios prácticos, dinámicas
- ✓ Técnicas de contención
- ✓ Dinamismo, movimiento, diversión
- ✓ Tiempo
- ✓ Relajación

- ✓ Contención en nosotras
- ✓ Debate
- ✓ Apertura de mas compañeras a compartir
- ✓ Ubicación de circunstancias
- ✓ Otro equipo de trabajo

Ejercicio 17 “Indicadores de Salud Mental”

Se les explicó una presentación en power point para que conocieran los indicadores de salud mental y la definición que las ponentes manejan. Esta breve incursión en la teoría permitió unificar criterios bajo los cuales trabajar.

Resultados: homogenizar los criterios teóricos que sustentan los ejercicios prácticos.

Ejercicio 18 “Indicadores en las usuarias”

Se les pidió que organizaran equipos en los cuales discutieran sobre un caso real en su trabajo cotidiano para que pudieran identificar alguno de los indicadores antes expuestos.

Ejercicio 19 “Canasta revuelta”

Se colocan en círculo cada una de ellas sentadas y una coordinadora al centro que no tiene silla. La indicación es que a cada una les toca el nombre de una fruta: manzana, pera, plátano. Cuando la coordinadora dice “pera” todas las peras deben moverse de silla, en este momento la que está al centro del círculo

aprovecha para conseguir una silla, con lo cual una de ellas quedará al centro y debe dar la indicación siguiente. Si la que está al centro dice “canasta revuelta” todas deben moverse de lugar.

Resultado: se dinamizó al grupo.

Ejercicio 20 “Relajación”

Se les pide que se coloquen lo más cómodamente posible y que traten de seguir la relajación guiada. Se colocó música suave de relajación para facilitar el ejercicio. En esta relajación se les pidió que reconocieran aquéllas áreas dónde se encuentran tensas y traten de disminuir esa tensión

Resultado: se creó un ambiente propicio para la reflexión. Se mostró una de las técnicas para hacer contención

Ejercicio 21 “Devolución de sus formas de autocontención”

En una presentación de power point se les presentaron los resultados de lo que ellas señalaron que realizaran para contenerse.

Resultados:

¿Cómo realizo mi propia contención?

- ✓ Ejercicio
- ✓ Descanso
- ✓ Relajación
- ✓ Música
- ✓ Meditación

- ✓ Reír
- ✓ Masajes
- ✓ Proceso terapéutico
- ✓ Socializar (fuera del trabajo)
- ✓ Escribir
- ✓ Bailar
- ✓ Cocinar

Ejercicio 22 “Algunas formas de contención”

En una presentación de power point se les presentaron algunas de las alternativas para realizar la contención: una de ellas es la escucha activa y se explicó en qué consiste dicha técnica.

Resultados: las participantes conocieron algunas de las técnicas de contención emocional.

Ejercicio 23 “Escucha activa”

En tríos se les indica que una de ellas relate una historia conflictiva (puede actuar un caso que le haya tocado atender) otra de ellas debe actuar como psicóloga y aplicar la técnica de escucha activa y la tercera es observadora que tendrá que dar retroalimentación a las otras dos.

Resultados: pusieron en práctica una de las técnicas.

Ejercicio 24 “El cartero”

En círculo todas sentadas y la coordinadora al centro explica que ella es el cartero y trae carta para... aquí menciona alguna característica en común de las participantes p.j. para todas las que traen zapatos negros. Todas las que compartan esa característica deben moverse de lugar y la que no tenga silla ubicarse en una. La que se queda sin silla da la siguiente indicación.

Resultados: se dinamizó al grupo para iniciar el trabajo

Ejercicio 25 “Doña Rosa y sus dos maridos”

Se les presentó una situación donde doña Rosa tiene dos relaciones amorosas paralelas, con su marido y con su amante, y que llega a pedir apoyo al Instituto. Es una situación ambigua que plantea un dilema ético. Se forman equipos y deben escenificar esa situación. Una de ellas es doña Rosa, otra la escucha y la otra observa. Deben poner en marcha la técnica de escucha responsable.

Resultados: se puso en práctica la técnica de escucha responsable y se retroalimentó al grupo.

Ejercicio 26 Recapitulación

En este momento daba inicio la tercera y última jornada de dos días de trabajo. A manera de plenaria, iniciamos haciendo un recuento y recapitulación de lo que revisamos en la sesión pasada. Los comentarios fueron en torno a que ahora en su práctica se acuerdan de estas reglas de la escucha y han tratado de modificar aquellas cosas que les convienen para hacer un mejor trabajo. Se han

creado estrategias para apoyarse con otras personas de su equipo de trabajo y para no sobrecargarse ante la demanda de las usuarias.

Resultados: las participantes recuperaron información de la sesión pasada.

Ejercicio 27. Redes Sociales

Mediante una exposición en power point se presentaron los conceptos e ideas básicas acerca del tema de redes sociales. En todo momento se estableció una conexión entre la teoría y la práctica laboral, profesional y las experiencias personales. Después de procedió a hacer una ronda de comentarios y preguntas, donde se detectó que había una confusión entre el concepto de redes sociales y las técnicas de trabajo grupal. Se hizo la diferenciación correspondiente y se concluye que las redes sociales representan una oportunidad de alcanzar metas tanto para usuarias como para el personal que trabaja con ellas.

Resultados: las y los participantes conocieron una técnica que facilita la contención emocional.

Ejercicio 28. Redes sociales de las usuarias

Se les pidió que se organizaran por grupos de trabajo y por región. La indicación era que trataran de identificar las redes sociales de las usuarias a las que ellas y ellos les prestan servicio. También era necesario que las describieran y que se evaluara si cumplían con su función. Después se socializaron los resultados de este trabajo en plenaria.

Resultados: Los comentarios principales estuvieron alrededor de las siguientes ideas:

Algunas mujeres tienen redes de apoyo pero que desafortunadamente las juzgan o no las ayudan.

Si hay casos donde no existen redes de apoyo.

A veces el mismo instituto es su red de apoyo.

El programa de oportunidades es un fenómeno presente en los grupos de mujeres con los que trabajan.

Las mujeres necesitan una red de apoyo y ellas mismas pueden ser apoyo para otras.

Institucionalmente las usuarias no encuentran respuestas ante su situación. Es una situación desgastante ante la insensibilidad de las instancias gubernamentales. Es frustrante para las usuarias y para ellas como equipo de trabajo.

No solo las usuarias necesitan las redes de apoyo. Sino que también ellas y ellos como equipo de trabajo y como institución deben fortalecer sus redes.

Ejercicio 29. El día de campo.

Se pide a las participantes que se sienten formando un círculo. La facilitadora explica que está organizando un día de campo y que invita a todas las presentes,

bajo la consigna de que deben llevar algo al día de campo. La persona que dirige a manera de ejemplo, empieza diciendo qué llevará al día de campo. Un artículo que empiece con la inicial de su nombre. La dinámica comienza en cuanto la facilitadora le pregunta a alguien “Rosa... ¿qué llevarás al día de campo? Dependiendo de la respuesta, si Rosa responde que llevará algo que empiece con la inicial de su nombre, (p.j rábanos) entonces se le dirá: “si gracias Rosa tu puedes llevar eso”. Si dice cualquier otra cosa que no corresponda a la inicial de su nombre, entonces se le dirá: “no Rosa tú no puedes llevar eso”.

Esta secuencia se repite las veces que sea necesario tratando de que todos participen y se den cuenta de la regla oculta (decir algo con la inicial de su nombre).

Poco a poco algunos integrantes se dan cuenta de dicha regla y otros no. Al final se exploran los sentimientos y pensamientos que generó dicha actividad. Resaltando la importancia de conocer las reglas y de prestar atención para descifrar algunos códigos ocultos entre grupos de personas. Relacionándolo con la problemática de violencia de género, en donde las mujeres víctimas parecen no comprender aquellas leyes y reglas que originan más violencia, lo que provoca que se sientan excluidas y frustradas.

Resultados: dinamizar al grupo y ayudarlo a que se concentren.

Ejercicio 30. Redografía

A cada participante se le entrega una hoja tamaño carta con una imagen de 3 círculos de diferentes tamaños. Del centro hacia afuera en orden ascendente. El círculo del centro es para que se ubiquen ellas en el centro. En el siguiente nivel pondrán a las personas que integran su red personal (familia, amigos muy cercanos, etc). El círculo que continúa es para ubicar a la red más inmediata después de la personal, donde se ubican los elementos del grupo o comunidad al que pertenecen (vecinos, amigos, conocidos, etc). Finalmente en el círculo más grande se ubican a las instituciones que prestan servicios en la región donde cada persona vive.

Se toman alrededor de 10 a 15 minutos para este trabajo y después se pide que cada persona ya con su redografía hecha, la analice y observe con cautela para determinar si hay cambios que deseen hacer. Algunas participantes de forma voluntaria comentan lo que encontraron con este ejercicio.

Después se les pide que tracen flechas de conexión entre los elementos de su redografía, de tal forma que se pueda apreciar si existe o no un “tejido” de sostén para cada persona, o las cualidades de esa red, si existe mucha conexión o no.

Resultados: Se establecieron conclusiones finales, en torno a las cosas que tal vez se puedan cambiar o necesiten ajustes. Así mismo, como usar esta herramienta para el trabajo con las usuarias.

Ejercicio 31. Técnicas grupales para la contención emocional.

Con una exposición en power point, se explicó el tema de los grupos de ayuda mutua, de auto ayuda las diferentes metodologías para abordar temáticas que se relacionan con las emociones y aspectos psicológicos. Al final de la presentación se hizo una ronda de comentarios y preguntas.

Algunas de las y los participantes comentaron que a veces no se llevan a cabo estas técnicas por desconocer las reglas o metodologías de manera formal. También que han puesto en práctica estas técnicas pero de forma espontánea y sin planear o determinar los objetivos.

Resultados: las participantes conocieron de otra técnica de contención

Ejercicio 32. Grupos de ayuda mutua por zona de trabajo.

Se les pide a los y las participantes que se reúnan por zona de trabajo. Una vez que están reunidos, la consigna es que lleven a cabo una sesión de grupo de ayuda mutua en ese momento y durante una hora aproximadamente. Se les explicó previamente la importancia de que la “tarea grupal” sea clara.

En esta ocasión se les asignó la tarea de usar el grupo de ayuda para hablar sobre las tensiones y desgaste emocional que les acarrea su trabajo con mujeres víctimas de violencia.

También se indicó que debían seguir las reglas y metodología que ya se les había explicado antes, de tal forma que en ese momento pudieran experimentar las ventajas y utilidad de estas técnicas de trabajo.

Lo grupos se pusieron a trabajar de manera simultánea y si tenían alguna dificultad la socializaban para poder continuar con su tarea.

Resultados: En tanto que las sesiones se prolongaron y fue difícil que los grupos culminaran su sesión. Y en los comentarios finales se habló sobre la conveniencia de disponer de un tiempo para hacer este trabajo en sus centros laborales.

Ejercicio 33. Evaluación final

A manera de plenaria se les pidió que iniciáramos con una ronda de cierre, en donde se expresara lo que se les ha quedado de las tres jornadas de trabajo y que destacaran los puntos a fortalecer y lo que consideran que debe permanecer tal y como está.

Además, se les otorgó una hoja de evaluación final que exploraba criterios relacionados con las instalaciones, las facilitadoras, los temas elegidos y su utilidad para el trabajo, el manejo del tiempo, etc

Resultados:

En cuanto a la organización:

- ✓ Excelente (7)
- ✓ Bien (22)
- ✓ Regular (2)
- ✓ Mala (0)

Congruencia entre el tema y los módulos impartidos:

- ✓ Excelente (9)
- ✓ Bien (18)
- ✓ Regular (4)
- ✓ Mala (0)

El programa de contención ayudó a descargar descargar tus emociones provocadas por el trabajo:

- ✓ Excelente (12)
- ✓ Bien (13)
- ✓ Regular (6)
- ✓ Mala (0)

En cuanto a las ponentes te parece que:

Dominan el tema de manera:

- ✓ Excelente (12)
- ✓ Bien (18)
- ✓ Regular (0)
- ✓ Mala (0)
- ✓ Una sin contestar

Manejo grupal:

- ✓ Excelente (7)
- ✓ Bien (20)
- ✓ Regular (4)
- ✓ Mala (0)

Sugerencias:

- ✓ Más dinámicas
- ✓ Reglas más claras para trabajar
- ✓ No redundar en los temas
- ✓ Tácticas para hacer una mejor contención
- ✓ La presencia de rango de mando no debe incluirse
- ✓ Que las capacitaciones sean jueves y viernes
- ✓ Un mejor volumen de voz

El contenido del programa de contención ¿te es útil para tu práctica? Por favor especifica

¿En qué?

- ✓ Una mejor atención a usuarias
- ✓ Descargar sentimientos , emociones y preocupaciones
- ✓ Convivir y compartir con compañeras
- ✓ Para el trabajo (técnicas) y reforzar
- ✓ Con la familia

Que temas propones para otros cursos.

- ✓ Talleres con técnicas para trabajar con la mujer INDIGENA
- ✓ Dinámicas en técnicas de contención
- ✓ Relajación
- ✓ Empoderamiento
- ✓ Relaciones laborales, crecimiento profesional
- ✓ Masculinidad
- ✓ Intervención en crisis, técnicas de abordaje terapéutico
- ✓ Aspectos que nos sensibilicen y conforten

Sugerencias:

- ✓ Dinámicas
- ✓ Dar terapia de contención una vez al mes a cada zona
- ✓ Menos horas y que sea jueves y viernes
- ✓ Desde el IVM se pueda coordinar el trabajo de vinculación y redes sociales con otras instituciones
- ✓ Enviar material a los correos
- ✓ Que no sea tedioso

FASE TRES: CONTENCION INDIVIDUAL

PROGRAMA INDIVIDUAL

Uno de los objetivos principales de este programa de contención es la atención individual a cada una de las y los participantes, con la finalidad de acercarse a las circunstancias personales de cada una de las trabajadoras del programa PAIMEF 2011 y que de manera directa o indirecta impactan en su quehacer profesional y viceversa.

La justificación para brindar atención individual, radica en la importancia de destinar un espacio dentro de la rutina diaria, para observarse y reflexionar acerca de las propias condiciones de salud emocional, angustias, recursos y fortalezas. Así como dificultades que el trabajo implica y que requieren de atención.

El trabajo con mujeres víctimas de violencia y con la población en general, puede provocar afectaciones a la estabilidad emocional del personal que realiza esta labor. Como consecuencia la calidad de la atención brindada se ve disminuida y en algunos casos conducir a la reproducción de la violencia.

Por tal motivo se considera y afirma que destinar recursos para la atención de las y los trabajadores con mujeres víctimas de violencia, representa un esfuerzo que puede traer consigo beneficios como incremento en la calidad de la atención y acciones de defensa de los derechos en un marco de respeto, tolerancia y sensibilidad, necesarios para lograr afectar de manera positiva a las vidas de las mujeres que solicitan atención.

Resultados: 33 Entrevistas individuales con cada una de las y los trabajadores del programa PAIMEF.

ANEXOS



Anexo 1 CARTAS DESCRIPTIVAS

Programación Fase I Diagnóstico

Objetivo: Realizar un diagnóstico de las necesidades de contención emocional que tengan las abogadas y psicólogas que atienden directamente a las mujeres, en los módulos, refugios y Centros de Atención Externa del IVM que atienden mujeres en situaciones de violencia.

PRIMER DÍA septiembre 19

Horario	Tema	Técnica/material	Objetivo
9:00 9:15	Inscripción	Hojas de registro	Obtener un directorio
9:15 10:00	Presentación del taller y de las participantes Encuadre del taller	Exposición	Tener reglas claras de trabajo
10:00 10:45	Exploración de expectativas	En tarjetas expresan lo que quiere que pase y lo que no quiere que pase en el taller	Identificar las expectativas
10:45 11:15	Labores y sus dificultades primera parte	En tarjetas escriben cuáles son las dificultades para hacer su trabajo	Identificar áreas conflictivas y libres de conflicto
11:15 12:05	RECESO		
12:05 12:20	Dinámica de animación	Dinámica “niet”	Dinamizar al grupo
12:20	Socialización de sus tarjetas	En pequeños grupos comentan	Socializar la información



13:00		sus resultados	
13:00 14:00	Análisis de las problemáticas	Clasificar esas tarjetas en áreas: personal, lo social y lo administrativo, institucional	Analizar y clasificar la información
2:00 a 4:00	COMIDA		
4:00 a 4:20	Dinámica de animación	Dinámica Niet	Dinamizar al grupo
4:20 a 5:45	Socialización de sus resultados	Se presentan los resultados de los tríos	Socializar la información en pequeños grupos
5:45 a 6:00	Cierre		

SEGUNDO DÍA septiembre 20

Horario	Tema	Técnica/material	Objetivo
9:00 9:30	Introducción	Ronda de comentarios	Recuperar la información del día anterior
9:30 10:30	Alcances	Clasificar tarjetas	Identificar aquellas situaciones que no pueden cambiar, y posibles soluciones, recursos que necesitan
10:30 11:15	Situaciones personales	Eligen una situación que sea conflictiva que tenga que ver con lo personal y la representan	Identificar una dificultad personal y trabajarla
10:15 11:15	Presentación de sociodramas	Exposición en plenaria	Socializar con las compañeras
11:15 11:35	RECESO		
11:35 12:	Sociodrama	Elaborar un tema	Representar el tema y



30			analizarlo en grupo
12:30 13:30		Exposición en plenaria	
13:30 14:00	Comentarios	Plenaria	Identificar posibles soluciones
14:00 16:00	COMIDA		
16:00 16:20	Dinámica de animación	Dinámica canasta revuelta	Dinamizar al grupo
16:20 17:30	Descarga emocional	En base al caso presentado en el sociodrama discutir la contención	Identificar cómo realizan su propia contención
17:30 18:00	Evaluación del taller	Hojas de evaluación	Realizar la evaluación

Material necesario: tarjetas, hojas de papel bond para rotafolio, plumones de colores, lápices, hojas, masking tape,



Fase II CONTENCIÓN

Con base en los resultados obtenidos en la fase I de Diagnóstico se trabajó la Fase de contención, en la cual consideramos necesario abordar los temas siguientes:

Horario	Tema	Técnica/Material	Objetivo
10:00 10:15	Registro de participantes	Formatos de registro	Tener un directorio actualizado de las participantes
10:15 10:40	Presentación y encuadre	Exposición	Marcar los lineamientos del trabajo
10:40 11:00	Recapitulación del taller 1	Diálogo	Hacer un breve resumen del taller 1 para enlazar los temas
11:00 11:20	Devolución	Cañón y presentación	Presentar los resultados sesión anterior
11:20 11:40	Salud mental	Cañón, tarjetas, papel bond y plumones	Conocer los indicadores de salud mental
11:40 12:00	Ejercicio	Trabajo en equipos pequeños	Ubicar indicadores de SM en las usuarias.
12:00 12:20	RECESO		
12:20 12:45	Atención	Dinámica El día de campo	Dinamizar y facilitar la atención
12:45 13:05	Reflexión personal	Ejercicio de relajación. Música	Reflexionar. Compartir en plenaria
13:05 13:20	Devolución de sus formas de autocontención	Exposición. Cañón	Conocer las formas de autocontención
13:20	Algunos formas de contención:	Exposición. Cañón. Diapositiva en	Conocer técnicas de contención



13:30	Escucha activa Grupos de contención Escribir Supervisar Terapias alternativas (relajación, masajes, ejercicio) Terapia individual	power point	
13:30 14:00	Escucha activa	Cañón presentación	Conocer las bases de la escucha activa
14:00 15:00	Escucha activa	Ejercicio práctico	Adquirir habilidades de escucha
15:00 16:00	COMIDA		
16:00 16:20	Animación	Dinámica El cartero	Dinamizar al grupo
16:20 17:20	Ejercicio No juzgar	Caso Doña Rosa y sus dos maridos	Poner en práctica las reglas de la escucha
17:20 17:45	Discusión grupal	Plenaria	Discutir sobre el tema
17:45 18:00	Evaluación y cierre	Comentarios del día Evaluación con los formatos	Evaluar la jornada

Segundo día octubre 4

Horario	Tema	Técnica/instrumentos	Objetivo
10:00 10:20	Registro	Formato de registro	Directorio completo
10:20 10:40	Recapitulación del día anterior	Ronda de comentarios	Recordar lo visto
10:40	Técnica:	Ejercicio práctico	Realizar rol playing con tres



12:10	No dar consejos Permitir descarga No apresurar		voluntarias que previamente sepan su rol
12:10 12:30	Receso		
12:30 13:00	Dinámica de instrucciones	Hojas, lápices copias de figuras.	Dinamizar al grupo
13:00 13:30	Video En terapia	Cañón, video	Observar una sesión
13:30 14:00	Técnica de escucha	Trabajo en tríos	Identificar, los momentos en los que se da la escucha activa y donde se cometen errores.
14:00 14:30	Elementos de la escucha	Plenaria	Analizar los componentes identificados.
15:00 16:00	Comida		
16:00 16:20	Integración	Dinámica de animación	Dinamizar al grupo
16:20 17:00	Contención en parejas	Ejercicio práctico	Poner en práctica las reglas de la escucha. Cambiar roles
17:00 17:30	Socialización del ejercicio	Plenaria	Comentar ¿cómo se sintieron? ¿Qué dificultades encontraron?
17:30 18:00	Cierre y evaluación.	Evaluación del taller Formatos	Evaluar la jornada de trabajo



Fase III: Programa de Contención

Octubre 17

Horario	Tema	Técnica/ materiales	Objetivo
9:00 9:20	Registro de participantes	Formatos de asistencia	Tener un directorio de las participante
9:20 10:00	Introducción	Recapitulación del taller anterior	Recuperar la información de la sesión anterior
10:00 11:00	Escucha activa	En pequeños grupos	Identificar las reglas de la escucha activa se expone en plenaria
11:00 11:20	RECESO		
11:20 11:35	Redes sociales de apoyo	Exposición. Cañón.	Conocer los conceptos básicos de las redes sociales de apoyo
11:35 12:00	Redes sociales	Lectura del artículo	Identificar los tipos de redes
12:00 13:00	Exposición grupal	Plenaria	Socializar los datos identificados
13:00 13:30	Redes sociales de las usuarias	En tríos comentan	Identificar las redes de sus usuarias
13:30 14:00	Comentario en plenaria	Plenaria	Socializar
14:00 15:00	COMIDA		
16:00 16:30	Redografía	Trabajo individual	Identificar las redes sociales de manera individual
16:30 17:30	Redes sociales	Presentación en plenaria.	Socializar la información



17:30 18:00	Cierre	Plenaria	Conclusiones del día
----------------	--------	----------	----------------------

Octubre 18

Horario	Tema	Técnica/materiales	Objetivo
9:00 9:20	Introducción	Recapitulación del día anterior	Recuperar la sesión anterior
9:20 10:00	Grupos de ayuda mutua Y de contención	Cañón presentación	Conocer el funcionamiento de un grupo de ayuda mutua
10:00 11:00	Simulacro.	Grupos ejercitan un encuadre de grupo de contención entre ellas	Poner en práctica la técnica
11:00 11:20	RECESO		
11:20 11:45	Programa de contención	Trabajo en pequeños grupos	Identificar puntos esenciales para el programa de contención
11:45 12:45	Socialización	Presentación en plenaria	Socializar lo anterior
12:45 13:00	Conclusiones	Preguntas y respuestas	Resolver dudas posibles
13:30 14:00	Evaluación del programa de contención	Formato de evaluación global	Tener una evaluación de todo el programa.
14:00	Comida		

Anexo 2

FORMATO DE CONTENCIÓN INDIVIDUAL

Objetivo del Proyecto

Aportar a las y los profesionistas que están en atención directa a mujeres en situación de violencia en la que incorporen conceptos y herramientas fundamentales que admitan desde su propia experiencia para que conozcan, armonicen sinergias, fortalezcan sus habilidades laborales y empáticas ayudándolos/as a mejorar su vida individual, laboral, social y aminorar sus desgaste personal a través del programa de contención emocional.

Meta:

D1

Realizar un "Programa de contención grupal e individual" dirigido a 33 profesionales que brindan servicios de atención directa a mujeres en situación de violencia, con base en el desarrollo de 3 sesiones de 14 horas cada una y 33 sesiones individuales.

Nombre de la (el) profesionista:

Nombre de la Terapeuta

OBSERVACIONES

FORTALEZAS

FIRMA TERAPEÚTA

FIRMA PROFESIONISTA

Anexo 3

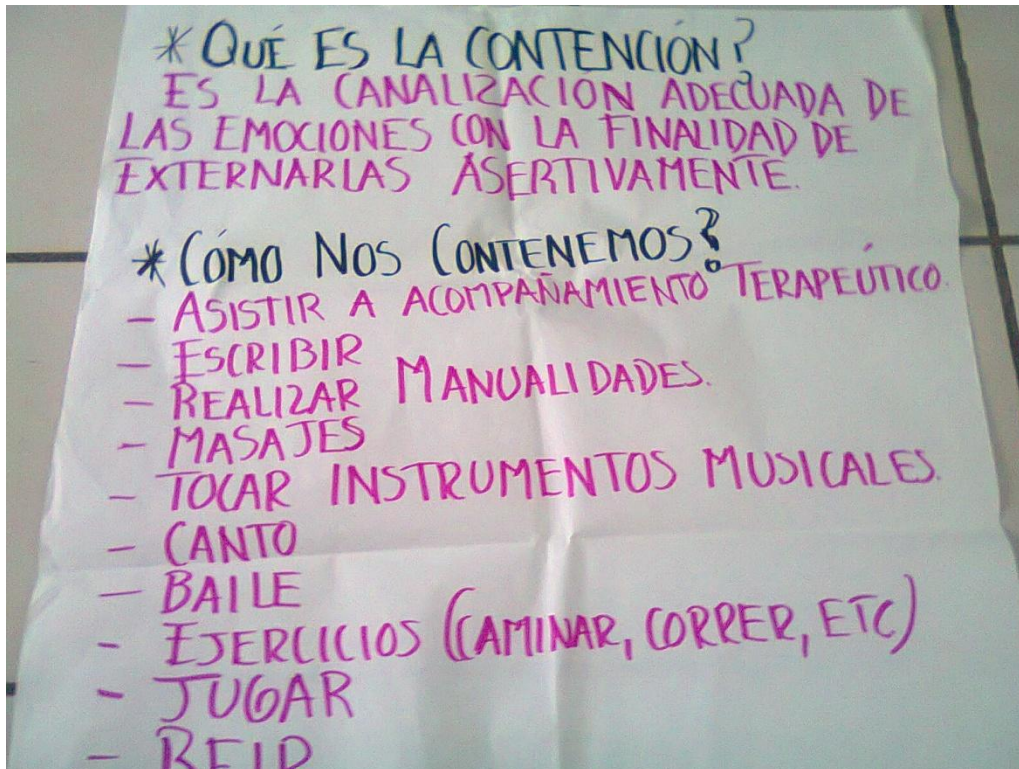
MUESTRA DE UNA TERAPIA INDIVIDUAL

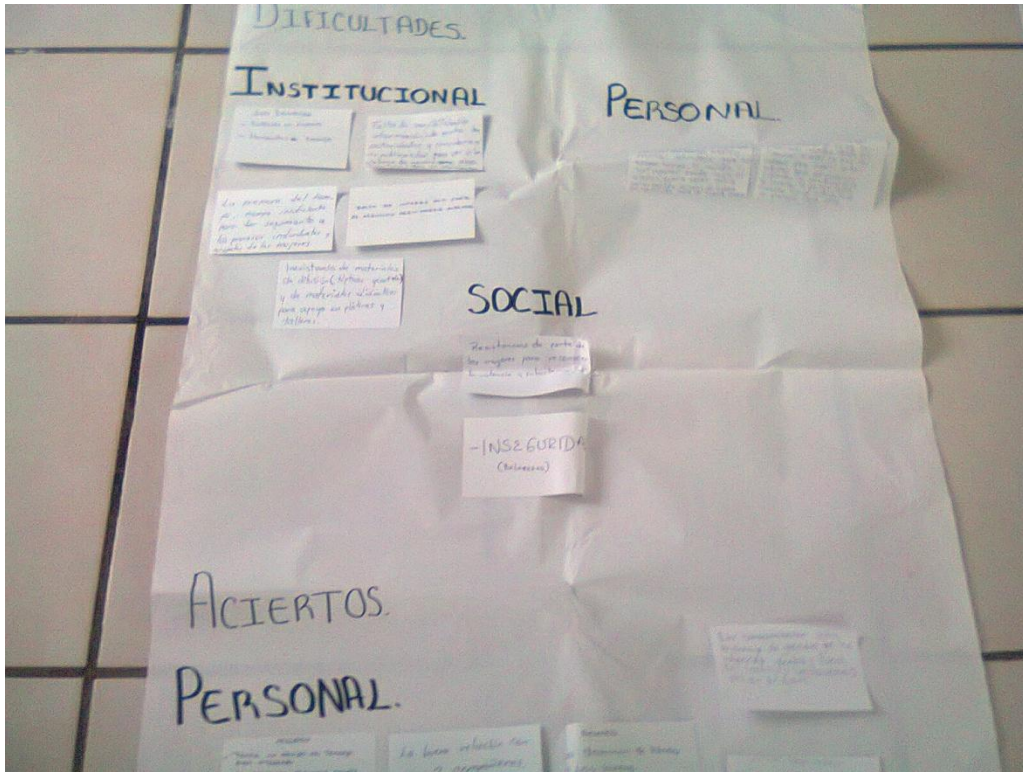


Anexo 4

MUESTRA DEL MATERIAL OCUPADO

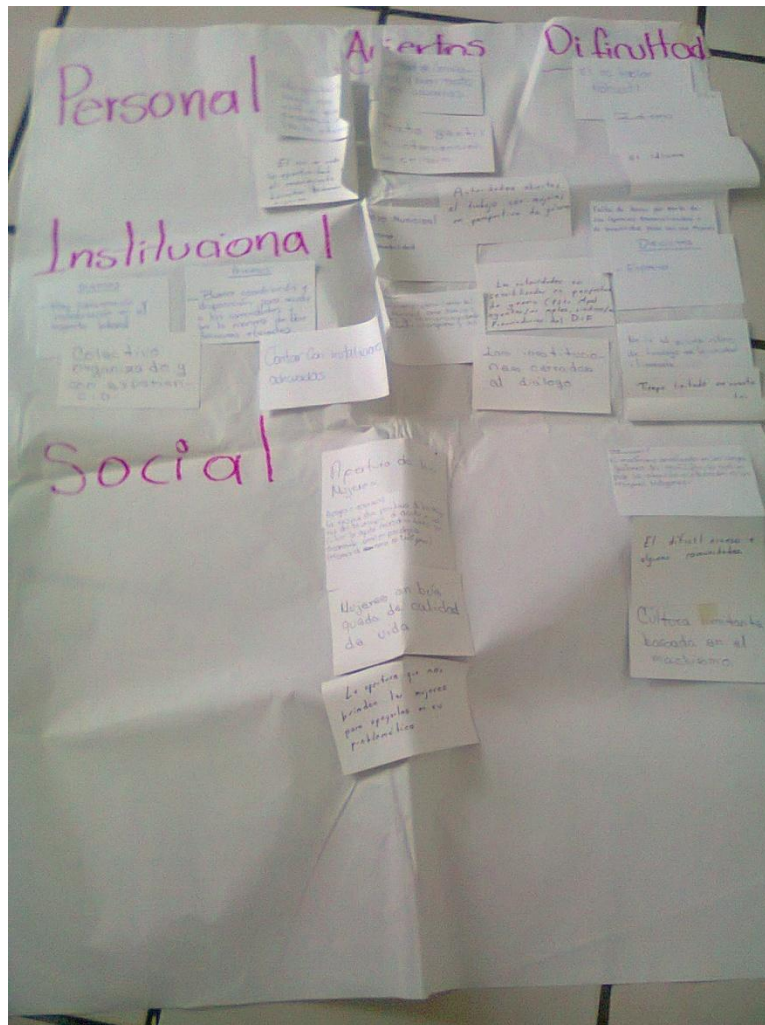
PAPELOGRAFO





¿QUÉ ES LA CONTENCIÓN?
Desahogo de emociones.
Descarga de impulsos reprimidos.
Es un apoyo que se brinda a la usuaria
en un momento de crisis.

¿CÓMO REALIZO MI PROPIA CONTENCIÓN?
EJERCICIOS DE RESPIRACIÓN Y RELAJACIÓN SEMANA
(MÚSICA INSTRUMENTAL, INCIENSOS, ...)
NADAR, DESCANSAR EN ESPACIOS RELAJANTES (NATURALES)
DESCANSAR, BUSCAR ESPACIOS PARA ESTAR SOLA
SEPARAR EL TRABAJO DE VIDA PERSONAL.
EJERCICIOS CON MÚSICA
MEDITACIÓN, SOLICITA FUERA DEL TRABAJO
REALIZAR PARTICIPACIÓN EN GRUPOS DE AUTO



TARJETAS

= No Quiero =

- Sea aburrido
- Tedioso
- Solo lecturas (diapositivas)
- Que se juzgue (a la salida o en el trabajo las emociones o experiencias en crítica mala onda)

¿Qué es lo que no quiero que pase?

- * Que haga apatía.
- * Aburrimiento
- * Tareas difíciles

¿QUE NO ESPERO?
 + LLEVAR DUDAS, INQUIETUDES.
 + QUE NO SEA TEDIOSO

No me gustaría que hicieran dinámicas aburridas con poca motivación.

No me gustaría que alguna de mis compañeras no quisiera hacer grupo con otra más.

No me gustaría que haya mucho silencio

No me gustaría estar durmiendo en el taller

No me gustaría estar pensando en cosas tristes o en problemas.

- ¿Qué es lo que quiero que pase?
- * Me enseñen técnicas nuevas de contención emocional.
 - * Nuevos conocimientos para mí.
 - * Hablar desde mi experiencia con las mujeres víctimas de violencia.
 - * Muchas actividades de reflexión.

Quiero que sea dinámico y Enriquecedor
y sobre todo conocer nuestro lado humano
de ayuda y apoyo.

Tengo depositada mis mejores expectativas...

- Interactuar más con las compañeras
- Aprender
- Intercambiar experiencias.

Aprender cosas nuevas.

Apertura

Quiero estar al 100%

Anexo 5

GLOSARIO

Angustia: es un estado afectivo de carácter penoso que se caracteriza por aparecer como reacción ante un peligro desconocido o impresión. Suele estar acompañado por intenso malestar psicológico y por pequeñas alteraciones en el organismo, tales como elevación del ritmo cardíaco, temblores, sudoración excesiva, sensación de opresión en el pecho o de falta de aire.

Autocuidado: Es una conducta que aparece en situaciones concretas de la vida, y que el individuo dirige hacia sí mismo o hacia el entorno para regular los factores que afectan a su propio desarrollo y actividad en beneficio de la vida, salud y bienestar. Se define como el conjunto de acciones intencionadas que realiza la persona para controlar los factores internos o externos, que pueden comprometer su vida y desarrollo posterior.

Contención: Canalización adecuada de las emociones con la finalidad de externarlas asertivamente. Apoyo en el manejo de emociones, sensaciones y sentimientos que ayudan al individuo a liberar la tensión emocional.

Empatía: es la capacidad de percibir en un contexto común lo que otro individuo puede sentir. También es un sentimiento de participación afectiva de una persona en la realidad que afecta a otra.

Escucha activa: es una habilidad con la cual el oyente intenta escuchar y retroalimentar con precisión el contenido y el sentimiento del mensaje del que habla. Demuestra que quien escucha, está tratando de entender ¿qué siente el que habla? e intuitivamente está diciendo ¿qué es importante?

Indicadores en salud mental: son aquellos aspectos que pueden ayudar a evaluar la salud mental en un ser humano. Son cuatro: Ser actor o actriz de la propia vida. La capacidad de reparar en otros el daño en común. La aceptación de las diferencias, la tolerancia con los demás y con uno mismo. La utilización de la capacidad de imaginar y crear.

Grupos de ayuda mutua: Es un grupo pequeño (de cinco a 12 miembros), de pares (personas en la misma etapa de la vida), homogéneo (con un objetivo o problema común), y voluntario, que tiene su fundamento en una estructura que pretende favorecer la emergencia de un grupo primario y autogestivo, capaz de ofrecer escucha, contención, respeto, comprensión y solidaridad.

Redes sociales de apoyo: Una serie de formas por medio de las cuales los hombres y mujeres pertenecientes a una clase social, se relacionan entre ellos mismos y con diversos objetivos, objetivos delineados por ellos en procesos históricos por ellos decididos.



Salud mental: Es la capacidad de percibir la realidad y de establecer vínculos placenteros, activos y transformadores. Es la capacidad de amar y crear; también de enfrentar los conflictos propios de la vida.

BIBLIOGRAFIA

- Agoff, C.; Rajsbaum, A.; Herrera, C. (2006) Perspectivas de las mujeres maltratadas sobre la violencia de pareja en México. *Salud Pública*. 48 (2) 304-307
- Instituto Nacional de las Mujeres (2010) El Universal. [en línea] obtenido en mayo 26 de 2011
- Nieto Zermeño, O. (2008) Grupo de Pares de Reflexión y Ayuda Mutua (GPRAM): Modelo Emergente para la Intervención Comunitaria. *Psicología Iberoamericana*, 16,(1)pp.36-43.[En línea]
<http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=133915922006>
- Sánchez Jiménez, M. (febrero 2011) Violencia de género. Mitos y realidades de la violencia Naturalizada. Escucha, validación y recuperación. *Revista electrónica de psicoterapia*. 5(11) 157-176.
- Villalobos Barrantes, L. M. (2006) La experiencia de trabajo en un Albergue para mujeres maltratadas *Revista Costarricense de Psicología*. 25 (38), 39-46.

Elaborado por:

Mtra. Lizette T. Figueroa Vázquez

Mtra. Zaira Zarate Cabrera

Supervisado por:

Psic. Crim. Lirio Anely Cruz Espino