



Banco de Buenas Prácticas “Hermanas Mirabal” 2014

Reconstruyéndonos como mujeres

BANCO DE BUENAS PRÁCTICAS VS. LA VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES
 RECONOCIMIENTO "HERMANAS MIRABAL" 2014
 CATEGORÍA: PRESTACIÓN DE SERVICIOS Y RECURSOS A MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA

CÉDULA DE VALORACIÓN

Nombre Persona/ ONG	Fabiana Orea Retif	
Folio:		
Nombre del Proyecto	Grupos de Autoayuda Reconstruyéndonos como Mujeres	
Resultado Promedio del Grupo Evaluador	Proceso	Resultado o Impacto

Criterios de Evaluación	Menos del éxito esperado (1 punto)	Conforme al éxito esperado (2 puntos)	Sobre el éxito esperado (3 puntos)	Total
Evaluación del Proceso: determinar si durante el proceso de crear e implementar el programa o iniciativa presentada tuvo éxito o no.				
Evaluación de resultado o de impacto: se determina si el programa, modelo o iniciativa presentada logró o no sus resultados u objetivos deseados.				
Total				

OBSERVACIONES.

Nombre y firma de la Jurada



Reconstruyéndonos como mujeres

INTRODUCCIÓN	2
Experiencia de éxito	3
Actividad de atención: Grupos de autoayuda "Reconstruyéndonos como mujeres"	3
DEFINICIÓN	3
OBJETIVOS	5
Objetivo General de los Grupos	5
Objetivos específicos	5
MECANISMOS DE IMPLEMENTACIÓN	5
<i>Entrevista inicial</i>	5
<i>Grupo de autoayuda</i>	5
<i>Población atendida</i>	7
<i>Permanencia</i>	7
<i>Costo del servicio</i>	8
RESULTADOS OBTENIDOS A LA FECHA	8
<i>Impacto</i>	8
¿Por qué es exitosa la acción de atención?	9
<i>Análisis cualitativo</i>	9
<i>Marco de Moser</i>	9
<i>Análisis Longwe: Marco de empoderamiento de las mujeres</i>	10
Teoría del cambio	12
Datos cuantitativos.....	12



INTRODUCCIÓN

En el año 2006 se inicia dentro del Hospital de la Mujer de Puebla un grupo de autoayuda denominado "Reconstruyéndonos como mujeres", el cual se sostuvo a lo largo de cinco años. Posteriormente, en el 2011, la responsable del mismo (y responsable actual de la organización) renuncia a la institución llevándose el proyecto consigo, e implementándolo con el apoyo de compañeras ex-pasantes de servicio social en un espacio particular. Con el paso del tiempo se fue gestando un equipo de trabajo, con mayor compromiso, incrementándose las actividades de la organización.

Se inició realizando activismo en dos fechas importantes, 25 de noviembre y 8 de marzo, y posteriormente surgieron solicitudes para impartir talleres, pláticas y conferencias en escuelas, universidades y en apoyo a otras organizaciones y asociaciones civiles. Por esta razón el grupo comenzó a crecer, teniendo mayor reconocimiento como un servicio especializado en atención a las mujeres en situación de violencia en la ciudad de Puebla.

Actualmente *Reconstruyéndonos como mujeres (RECOMU)* es una organización sin fines de lucro, aún no constituida legalmente. Su trabajo se basa en la perspectiva de género y de derechos humanos, pretende incidir en la construcción de la equidad e igualdad entre mujeres y hombres, lo que permitirá a las mujeres ser partícipes y protagonistas del *desarrollo*, no sólo a nivel personal sino como colectivo de mujeres.

Se considera que la violencia contra las mujeres es un obstáculo para el desarrollo, no sólo de las mismas sino de la sociedad, ya que el fenómeno de la violencia en los hogares, es un ejercicio de *poder sobre* y se reproduce en cadena (de las personas con mayor poder hacia las que tienen menos poder), y se transmite de generación en generación. A su vez impacta los diversos espacios en los que se desenvuelven las personas, generando junto con otras causas, relaciones violentas en las escuelas, trabajos y comunidad, ya que dicha violencia se va *naturalizando* y *normalizando* en la sociedad.

El compromiso de la organización por erradicar la violencia de la propia vida, es un compromiso por la *paz* y el *desarrollo* de las y los seres humanos/os y los pueblos. La convivencia democrática y el aprecio por la diversidad son cualidades dentro de la organización ya que no tiene ninguna adherencia política ni religiosa.

A continuación se enlistan las actividades que la organización Reconstruyéndonos como mujeres, realiza actualmente:

- Entrevistas iniciales a las mujeres de nuevo ingreso
- Grupo de autoayuda (inicial)
- Grupo de autoayuda (seguimiento y consolidación)
- Sesión mensual abierta a otras mujeres con la participación de ponente externa/o
- Psicoterapia individual a mujeres, sus hijas e hijos
- Supervisión de los casos
- Círculos de mujeres cada luna llena (abierto a cualquier mujer)



- Pláticas, conferencias y talleres sobre prevención de violencia en escuelas con diversas poblaciones
- Participación en convocatorias para obtención de fondos en proyectos específicos
- Activismo los días 8 de marzo y 25 de noviembre
- Planeación de todas las actividades anteriores
- Formación continua del equipo a través de cursos, diplomados, seminarios, lecturas
- Activismo en redes sociales
- Construcción y desarrollo del blog: www.reconstruyendonoscomomujeres.blogspot.mx

El proyecto es más ambicioso y a largo plazo se prevé:

- La creación de más grupos de autoayuda en otras partes de la ciudad, facilitados por las mujeres que ya terminaron su proceso y estén interesadas en la multiplicación y supervisadas por el equipo de RECOMU
- Grupos de autoayuda para mujeres jóvenes
- Grupos para niñas (y probablemente niños)
- Investigación
- Procesos de contención para personas que atienden violencia
- Proyectos productivos para las mujeres de los grupos
- Incidencia política y activismo
- Análisis de casos con diversas/os especialistas
- Y posteriormente un refugio o en su defecto un albergue para mujeres en situación de violencia.

El equipo de trabajo está conformado actualmente por cinco psicólogas que de manera voluntaria y altruista realizan la mayoría de las actividades, únicamente recibiendo ingresos del costo de las terapias individuales (las cuales se realizan de acuerdo a estudio socioeconómico).

No existe una jefatura, sin embargo, la creadora del proyecto funge como coordinadora y existen una serie de roles para las diversas actividades que se realizan, los cuales son rotativos cada mes o cada periodo acordado por el equipo. Se ha intentado crear una organización horizontal, en donde se puedan reconocer y desarrollar los diversos liderazgos y poderes *para, con y desde dentro* de cada una de las integrantes del equipo.

Experiencia de éxito

Actividad de atención: Grupos de autoayuda "Reconstruyéndonos como mujeres"

DEFINICIÓN

A lo largo de ocho años, se ha trabajado en el acompañamiento de mujeres que se encuentran en situación de violencia, durante este tiempo se ha construido un **Modelo Reconstruyéndonos como mujeres** y nutrido de diversas fuentes como son: el aprendizaje obtenido de APIS, Fundación para la Equidad A.C., durante el diplomado "Hacia una cultura de la equidad" *Facilitación de grupos de autoayuda para mujeres que viven violencia*; los conocimientos y estrategias aprendidas del diplomado del Programa Universitario de Estudios de Género de la UNAM "Relaciones de género, construyendo la equidad entre mujeres y hombres" y del modelo de Formación de Formadores/as



en género de la misma institución; diplomado de *Derechos Humanos* de la Universidad Iberoamericana de Puebla; el Diplomado *Bases y herramientas educativo terapéuticas para la atención de personas afectadas por la violencia familiar* (JUCONI A.C.); la experiencia del trabajo individual y grupal al ponerlos en práctica durante cinco años en el Hospital de la Mujer de Puebla. Sin embargo, se considera que el mayor aprendizaje obtenido es la retroalimentación de las asistentes y los logros observados a lo largo de este tiempo en cientos de casos.

El proyecto puede ser considerado como una *política sensible a género*, en este caso, los grupos de autoayuda, son una *política específica para mujeres*:

La organización es en sí misma una organización de mujeres y para mujeres pero desde un enfoque GED (Género en el Desarrollo) ya que su trabajo permite modificar el posicionamiento de las mujeres en las relaciones con los hombres. Una máxima que se practica en la organización y que se aprendió de una de las maestras de algunas integrantes del equipo es: "*sin victimismo y sin revanchismo*", por ello si bien la política es para las mujeres no es en un tono de menospreciar sus recursos (victimizándolas), ni de hacer una guerra de sexos. Como ya se dijo, se toma de manera muy profesional la problemática de la violencia y los riesgos que conlleva para las mujeres y el equipo.

¿Por qué se trabaja sólo con mujeres?

Se decide trabajar sólo con las mujeres, debido a que el eje fundamental del proyecto es la perspectiva de género y a través de la formación recibida por parte de diversas asociaciones e instituciones, se tiene una comprensión del fenómeno de la violencia como resultado de una desigualdad de poder dentro de la relación, por lo que no se realizan dentro de la organización intervenciones en pareja.

Por otro lado, la coordinadora tiene cerca de 14 años de experiencia en el tema y junto con el equipo coinciden en que su construcción como mujeres dentro de las feminidades tradicionales las faculta para comprender y tener empatía, solidaridad de género y sororidad con otras mujeres, que difícilmente se conseguiría con los hombres. Esto tiene que ver con la *identidad de género*, pero a su vez también con la *posicionalidad*.

Parte del trabajo que se realiza como facilitadoras de este proceso incluye el reconocimiento de haber vivido también en situaciones de violencia y haber trabajado para salir de éstas. Este reconocimiento, propicia dentro del grupo un ambiente horizontal, en el cual se analiza la posición que las mujeres tenemos frente a los hombres y se generan mecanismos para construir nuestro *empoderamiento*, de tal manera, que dicha posición se modifique y permita entonces la toma de decisiones frente a la problemática de la violencia. En el grupo se trabaja mucho para que se propicie entre las asistentes un buen trato que a su vez impida que se desarrollen jerarquías, y que el equipo facilitador se encuentre siempre en un plano de igualdad con respecto a las otras participantes del proceso, ya que se reconoce que cada una posee saberes distintos y que el grupo se va a enriquecer de todas y cada una (*poder para, con y desde dentro*).



OBJETIVOS

Objetivo General de los Grupos

Acompañar procesos de empoderamiento de mujeres que han vivido en situaciones de violencia, de manera que recuperen su autonomía, autodeterminación, toma de decisiones y construyan una ciudadanía activa.

Objetivos específicos

- Generar en el grupo un espacio seguro, de respeto, acuerdos, cooperación y sororidad que permita trasladarlo a múltiples espacios donde se desenvuelven cada una de las participantes.
- Favorecer la creación de redes de apoyo entre las participantes y con otras asociaciones que las acompañen a transitar a la elección de una vida libre de violencia.
- Brindar herramientas para recuperar sus propios recursos y poder personal, para desarrollar una conciencia de ser sujetas de derechos y ejercer una ciudadanía activa.
- Propiciar las condiciones necesarias para que las mujeres después de vivir el proceso grupal, se vuelvan multiplicadoras del servicio y apoyen así a más mujeres.

MECANISMOS DE IMPLEMENTACIÓN

Entrevista inicial

Cada mujer al iniciar su proceso es entrevistada para evaluar tres factores:

- Los riesgos que corre (de acuerdo a los *tipos* y *modalidades* de violencia que vive actual o anteriormente)
- La peligrosidad de quien le agrede
- La capacidad de respuesta o grado de vulnerabilidad secundaria a la violencia

Al recabar estos datos se le ayuda a hacer un plan de seguridad que incluye la confidencialidad de la información que se trabaja con ella y la dirección del lugar donde recibe la atención. Se le orienta sobre el riesgo de escalada de la violencia y se le canaliza a otros servicios que aún no prestamos, tales como la asesoría legal en coordinación con otras asociaciones civiles. Dicha entrevista tiene una duración aproximada de 90 minutos.

Cuando se tiene ya este panorama general del caso de cada mujer, se integran a grupo.

Grupo de autoayuda

La modalidad de grupo de autoayuda ha mostrado eficacia en el tratamiento de diversas problemáticas y en el caso de mujeres en situación de violencia tiene múltiples beneficios: genera redes de apoyo, favorece la prueba de realidad y conciencia de enfermedad, ayuda al surgimiento de sentimientos de sororidad lo que favorece el autoconocimiento y autoestima de las mujeres.

Los grupos de autoayuda "Reconstruyéndonos como mujeres" son **espacios abiertos**, por lo que cada mujer es libre de participar hasta donde lo decida, en este espacio se encuentra contención,



crecimiento y aprendizaje que permite la comprensión cognitiva del fenómeno de la violencia y la toma de conciencia de estar inmersas en él. Las sesiones son semanales con duración de dos horas.

La **herramienta teórica fundamental** es la perspectiva de género, la cual revela que las mujeres compartimos muchas experiencias y malestares, de esta manera quien emite una opinión “personal” en el grupo en realidad funciona como una *emergente social* que habla por todas.

La **dinámica grupal** está regulada por los acuerdos de convivencia que el mismo grupo genera y que se deberán respetar, por ejemplo: “Hablar de mi experiencia y no la de las otras, no juzgar, respetar las diferentes opiniones, guardar la confidencialidad”, entre otras.

El **trabajo grupal** permite que “las otras” funcionen como espejos de la realidad y que basadas en su experiencia construyan estrategias para erradicar la violencia de sus vidas.

Otra de las acciones a través de las cuales se propicia esto, es a partir de una herramienta que se denomina: *colectivización de la experiencia*, la cual consiste en usar siempre la primera persona del plural, y por supuesto en femenino. El hablar de *nosotras*, permite no sólo al grupo sentirse incluidas en la problemática de todas, sino también a las facilitadoras reconocer que el problema de la violencia de género contra las mujeres, es un problema que nos vulnera a todas y cada una.

En la **implementación** del grupo de autoayuda consideramos tres roles dentro de la facilitación que se van rotando en el equipo, buscando que todas las integrantes del equipo RECOMU participe en cada uno de los roles, que son: facilitadora, cofacilitadora y relatora.

El papel de la **facilitadora** es guiar la reflexión desde la perspectiva de género, hacia la toma de conciencia grupal e individual de los diversos objetivos de las temáticas, por lo que retoma, valida, confronta, colectiviza y en dicha colectivización se incluye (por este motivo la facilitadora siempre es una mujer).

La **cofacilitadora** observará detenidamente el proceso grupal y actuará en consecuencia, acompañando a la facilitadora y compartiendo el liderazgo dentro de las sesiones.

El rol de la **relatora**, es ser testiga silenciosa de lo que ocurre en las sesiones, toma nota del discurso y acontecimientos individuales, pero también observa la dinámica grupal para que en la siguiente sesión haga lectura de dicha relatoría y cada una pueda escucharse, reconocerse e identificar sus cambios.

Durante las primeras sesiones el “**Grupo inicial**” está enfocado a la visibilización y desnaturalización de la violencia. Se abordan diversos temas que permiten la comprensión cognitiva del fenómeno y la toma de conciencia de estar inmersas en él. Dentro del grupo inicial se realiza un proceso de diez sesiones introductorias en las cuales se abordan las siguientes temáticas: Feminidad (es) tradicional vs. Masculinidad (es) hegemónica, Cómo se construye la desigualdad, Poder, Amor vs. Violencia, Tipos y modalidades de las violencias (marco legal), Por qué las mujeres no pueden salir de relaciones de violencia: síndromes y ciclo de la violencia, La soledad y el desamor, Igualdad y equidad, Autonomía y empoderamiento.



En el **Modelo Reconstruyéndonos como mujeres** se considera un segundo grupo al que se denomina "**Grupo de seguimiento y consolidación**" donde las mujeres han asumido que tienen la responsabilidad de resolver su propia vida y se sienten menos culpables de la situación, dejan de negar la violencia y comienzan a hablar de su vida, sin victimizarse, ocupándose de sí mismas y buscando la manera de tomar decisiones que las favorezcan más.

Cuando las mujeres del grupo toman esta conciencia de la situación de violencia, se comienzan a abordar diferentes temas, que ellas mismas van sugiriendo: autoestima, asertividad, sexualidad, el manejo del dinero, toma de decisiones, negociación, el trabajo, los límites, entre muchos otros más. Asimismo si las asistentes presentan alguna problemática que deseen analizar en el grupo, se retoma ésta con las estrategias antes mencionadas, de tal manera, que no se hace un trabajo individual sino siempre colectivo del mismo. Por estas razones se sugiere que las integrantes nuevas, transiten a lo largo del proceso inicial para posteriormente integrarse a este grupo de seguimiento.

Las mujeres van conformando un grupo estable y solidario, generan un sentido de pertenencia e identidad y se comprometen en la multiplicación de sus aprendizajes hacia otras mujeres. Aun cuando no asisten a grupo con tanta regularidad saben que el espacio es suyo y regresan cuando así lo creen necesario.

Población atendida

Al grupo acuden mujeres muy diversas y se tiene el cuidado de incluirlas a todas y a su vez aprender de ellas. Se reciben mujeres desde los 18 años de edad en adelante, por lo que hay mujeres jóvenes, adultas y en algunas ocasiones adultas mayores. Hay mujeres que llegan al grupo y son analfabetas, otras siguen estudiando, y algunas más tienen licenciaturas y posgrados. Hay mujeres que trabajan en su hogar, otras son trabajadoras domésticas, empleadas, desempleadas, comerciantes y algunas tienen cargos directivos dentro de instituciones. Asisten mujeres solteras, separadas, divorciadas, casadas, en unión libre o solteras con hijas/os. Las diferencias de clase son parte de esta heterogeneidad que caracteriza al grupo. Sus orígenes étnicos son distintos también, un par de ellas son de origen indígena, y en alguna ocasión ha habido mujeres originarias de otros estados o incluso países. Viven en lugares muy diversos de la ciudad, en zonas urbanas todas, pero en una gran diversidad de colonias que responden a su nivel socioeconómico. En ocasiones han asistido al grupo mujeres débiles visuales, o auditivas e incluso con síndrome de asperger. Algunas mujeres profesan la religión católica, otras son cristianas, algunas otras no tienen religión.

Lo anteriormente descrito es una muestra de cómo en el grupo se ve reflejada la *interseccionalidad* y que ello, puede impactar en los diversos matices de la *posicionalidad* de cada una de estas mujeres, frente a sus parejas y frente a las otras mujeres. Sin embargo, mediante la construcción de acuerdos grupales, se ha logrado que las mujeres reconozcan la sabiduría personal de cada una y esa posibilidad de aprender de los recursos de las otras.

Permanencia

En 2013 pasaron por el grupo de autoayuda alrededor de 60 mujeres. Sin embargo, se han analizado algunos factores que han obstaculizado la permanencia de cada una de ellas y se encontraron las siguientes causas:



1. El fenómeno de la violencia es cíclico y conlleva una serie de síndromes que nublan el juicio de realidad de las mujeres, además, dicho fenómeno se ha naturalizado y normalizado en la cultura (*poder invisible*), por lo que algunas desertan al entrar nuevamente en la fase de luna de miel del ciclo de la violencia.
2. Un número importante de mujeres terminan el proceso inicial y emprenden planes y proyectos personales o laborales que les dificultan continuar asistiendo al grupo (*empoderamiento*)
3. Por condiciones particulares de cada una, a pesar de que no continúen en la relación de violencia, la necesidad de trabajar a tiempo completo les impide el acceso al horario de las sesiones (*condición de las mujeres*).

Se pretende iniciar una serie de acciones de seguimiento y de diversificación de horarios y espacios de grupo que permita mejorar el *acceso*. En cuanto a las mujeres que salen de grupo porque sienten que ya han obtenido todo lo que necesitaban de él, se merecen todo el reconocimiento, y por lo general se mantienen en contacto por redes sociales o llamadas telefónicas que realizan espontáneamente.

Costo del servicio

El costo del servicio es simbólico, con la idea de hacerlo autosustentable, en el caso de los grupos de autoayuda, las mujeres dan una cooperación voluntaria a partir de \$10.00 en cada sesión. Con este dinero se obtienen algunos recursos tales como materiales para la impartición de las sesiones, apoyo al pago de la limpieza del espacio físico y adquisición de insumos para servicios generales como agua para beber, papel de baño, artículos de limpieza, etc.

Otros servicios se dan de acuerdo a un breve estudio socioeconómico de las mujeres, como es el caso de las terapias individuales.

El espacio físico donde se trabaja actualmente es un espacio rentado por el equipo a un costo muy bajo que permite contar con dos consultorios de terapia individual y dos espacios de terapia grupal, los cuales cubren las necesidades actuales para brindar los diversos servicios.

RESULTADOS OBTENIDOS A LA FECHA

Como fruto de este trabajo, las asistentes al grupo "Reconstruyéndonos como mujeres" se convierten en promotoras de la noviolencia, invitando a otras mujeres a pertenecer al grupo, diseñando e impartiendo pláticas en escuelas, iniciando campañas en fechas importantes tales como el 8 de marzo Día Internacional de las Mujeres y el 25 de noviembre, Día Internacional para la Erradicación de la Violencia Contra las Mujeres y las Niñas, a través de la participación pública en causas con las que se identifiquen, apoyando las acciones de otros colectivos de mujeres, a través del arte, mediante instalaciones, performance, entre otras.

Impacto

Se tiene la convicción de que el trabajo que se hace tiene **impacto** en las **familias**, ya que no solamente mueve las dinámicas de las relaciones entre sus miembros, sino también modifica la forma en la que quizá por varias generaciones se había distribuido el poder y se habían puesto en



marcha las relaciones de género, por ello, se intenta generar una conciencia en las participantes, de que los cambios que decidan en su vida, tienen un impacto social, en las otras mujeres que son cercanas a ellas, pero también histórico en las mujeres que vienen detrás. Lo que propicia un impacto a nivel **comunitario**.

En cuanto a la influencia que RECOMU tiene en el **mercado**, se considera que el hecho de que las mujeres, al recuperar su poder personal, ingresen al mercado laboral y a la economía, (sea ésta formal o informal), modifica y mueve el mercado. En el trabajo que se hace dentro de la organización se está atenta a analizar la influencia del capitalismo neoliberal en la vida de las mujeres ya que éste tiene un alto impacto en la vida de las mismas pues intenta prescribir una serie de ordenamientos en relación al cuerpo, la sexualidad, y las relaciones de género y poder.

El **estado** es un agente que tiene mucha ingerencia en la vida de las mujeres y en la organización. Las leyes que se aprueban y ejecutan en materia de igualdad, derechos sexuales y reproductivos y violencia impactan la vida de las mujeres, sobre todo, la manera en la que se ejecutan. Puebla es un Estado conservador cuyo gobierno no prioriza la erradicación de la violencia contra las mujeres. Por lo que los fenómenos de trata y feminicidios han ido en aumento. El grupo, sólo hace demandas públicas en los eventos de activismo, o bien se suma a las iniciativas de incidencia de otros colectivos y alianzas. Hasta ahora no se hace incidencia política por cuenta propia.

¿Por qué es exitosa la acción de atención?

Análisis cualitativo

A continuación se utiliza el Marco de Moser y el Marco de empoderamiento de las mujeres para analizar por qué los grupos de autoayuda de *Reconstruyéndonos como mujeres* son una actividad de atención exitosa.

Marco de Moser

Evaluación de necesidades e intereses

RECOMU en la actualidad no está dirigida a satisfacer, de manera directa, necesidades prácticas de las mujeres. En el proyecto global se pretende más adelante armar proyectos productivos con ellas, que les permitan atender a algunas de estas necesidades. Aunque un área de oportunidad es generar más contactos con instituciones y organizaciones que les permitan resolver algunas de éstas.

Principalmente el grupo está centrado en los intereses estratégicos de las mujeres, ya que el objetivo es acompañar el proceso de empoderamiento de las mismas, lo que redundará posteriormente en mayor autonomía, participación (activismo), toma de conciencia de su problemática y de las vías de solución, mejora sus redes de apoyo, lo que puede favorecer la organización entre ellas. El trabajar en esto permite modificar la posición de las mujeres frente a los hombres, en su relación y socialmente, así como también *previene* que vuelvan a establecer relaciones violentas.



Este logro va permeando la vida de las mujeres y algunas se deciden a estudiar, trabajar, terminar con la relación de violencia y mejorar su salud física y emocional. Todo ello lleva a pensar que los proyectos como RECOMU, que tienen perspectiva de género y están dirigidos a los intereses estratégicos, consiguen incrementar el poder de las mujeres y ellas deciden impactar y resolver por sí mismas sus necesidades prácticas.

Desagregar el control de recursos y toma de decisiones

Una de las temáticas que trabaja RECOMU es la autonomía y toma de decisiones. Como se dijo anteriormente, conforme avanza el proceso, se empiezan a evidenciar cambios en la vida de las mujeres.

Uno de los cambios que se observa, es la generación de recursos económicos personales, no en todos los casos, pero muchas de ellas deciden empezar a trabajar, o bien ahorrar para poder tomar decisiones personales como separarse y tener recursos económicos para sostenerse y apoyar a la manutención de sus hijas/os. Algunas otras, emprenden negocios propios, lo que les permite controlar los recursos.

En cuanto a la toma de decisiones, muchas de ellas toman consciencia sobre la necesidad de redistribuir el trabajo doméstico, de tal manera que se liberan de excesivas cargas de trabajo y mejora su *posición* dentro de las familias.

Una de las decisiones más importantes que se observa, es que algunas deciden poner fin a las relaciones de violencia. En otros casos, adquieren *poder para* negociar cambios con la pareja. Comienzan a decidir brindarse más autocuidado y asisten al médico/a y a la psicóloga.

Comienzan a valorar más su tiempo y su descanso y toman decisiones con respecto a ello, por ejemplo, deciden asistir a grupo a pesar de sus responsabilidades. Todo ello redunda en la mayor adquisición de poder en sus propias vidas.

Análisis Longwe: Marco de empoderamiento de las mujeres

El concepto de empoderamiento que se tiene en RECOMU está muy ligado al concepto que se retoma de la Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia, en donde se define el mismo, *como un proceso por medio del cual las mujeres transitan de cualquier situación de opresión, desigualdad, discriminación, explotación o exclusión a un estadio de conciencia, autodeterminación y autonomía, el cual se manifiesta en el ejercicio del poder democrático que emana del goce pleno de sus derechos y libertades.*

El hecho de que las mujeres, vulneradas por la violencia, adquieran poder sobre sus vidas: cuerpos, tiempos, decisiones, relaciones, lleva a un *posicionamiento* distinto frente a quienes las agreden, y frente a la sociedad.

Parte de este proceso fue retomado de APIS, Fundación para la Equidad A.C. el objetivo final es incidir en la generación de una ciudadanía activa. De ahí surgió la idea de que RECOMU, mediante



su *grupo de seguimiento y consolidación*, genere ciudadanía crítica y participativa, por lo menos en las fechas de activismo del grupo, pero la meta final, al igual que en el modelo de APIS, es que las mujeres puedan multiplicar este servicio en su contexto inmediato. En 2014 se iniciará una capacitación para que nueve mujeres del grupo de seguimiento pueda facilitar tres grupos más en diversos puntos de la ciudad con supervisión del equipo facilitador.

Asimismo la invitada o el invitado de cada mes, amplía el panorama de las mujeres como ciudadanas, pues se imparten temas desde la perspectiva de género de diversa índole tales como ecología, derecho a decidir, mujeres en prisión, derechos humanos de las mujeres, masculinidades, participación política de las mujeres, diversidad sexual, feminicidios, entre otras.

El hecho de que las mujeres decidan salir de las relaciones de violencia es una consecuencia de la adquisición de dicho poder y no así el objetivo principal del grupo ni de la organización.

Expresiones de poder

Las expresiones de poder que se trabajan en RECOMU son las siguientes:

1. **Poder para:** Las mujeres adquieren conciencia sobre la propiedad de su vida y la capacidad para definir el rumbo de la misma. Construyen la conciencia de ser dueñas de su cuerpo, tiempo, relaciones y decisiones. Convirtiéndose en las protagonistas de su historia.
2. **Poder con:** un aspecto particular de la modalidad de grupos de autoayuda, es precisamente el espejarse en la historia de las otras y en las herramientas que hasta ahora han sido capaces de construir para salir de las situaciones de violencia, a su vez, es para muchas de ellas la única oportunidad y espacio para generar redes de apoyo, por lo que se va construyendo un sentido de pertenencia, una sensación de familiaridad, de ser comunidad. Por otro lado, como ya se refirió antes, se generan acuerdos grupales, los cuales se pueden renegociar en el momento en que cada una lo considere oportuno. Todo ello, da la posibilidad de construir un poder con las otras.
3. **Poder desde dentro:** en el grupo de autoayuda existe una intención clara de que las mujeres puedan aprender a generar *paz interior*, por lo que se les brindan herramientas para poder mejorar el contacto que tienen consigo mismas. Todo ello fortalece la relación positiva consigo mismas y les permite crecer en su *poder interior*.

En conclusión, los servicios que presta RECOMU tienen resultados en varios niveles del empoderamiento:

- *En el saber y saber hacer:* incrementa los conocimientos y habilidades de las participantes.
- *En el querer:* incrementa la valoración de las participantes de sus vidas y su motivación para construir una vida diferente.
- *En el poder:* incrementa la toma de decisiones individuales y colectivas.

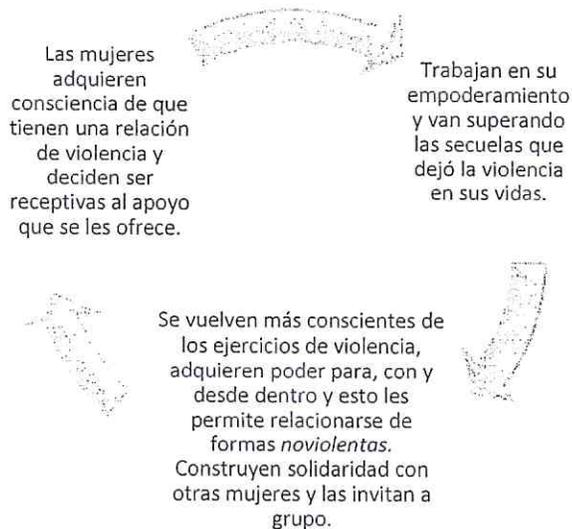


Teoría del cambio

Ciclo de la transmisión de la violencia



Ciclo de rompimiento con el patrón de violencia



Datos cuantitativos

De Enero a Octubre de 2014 asistieron 53 mujeres al grupo *Reconstruyéndonos como mujeres*. De las cuales 45 ingresaron en 2014 y ocho permanecieron desde su ingreso en diversos años desde 2010 a 2013. Se anexan al presente documento las listas de asistencia (2014) escaneadas con las firmas de las asistentes.



En cuanto a la asistencia, los resultados se pueden observar en la siguiente tabla:

Tabla 1. Porcentaje de asistencias

No. De sesiones	Porcentaje de mujeres que asisten
2 a 5 sesiones	39.62%
Una sesión	33.96%
6 a 10 sesiones	15 %
17 a 20 sesiones	5.66 %
11 a 15 sesiones	3.77%
21 sesiones	1.88%

Los porcentajes de edades de las asistentes, se observan en la siguiente gráfica:



De acuerdo con los formatos de entrevista inicial, las mujeres que asisten viven en un 98.11% la *modalidad de violencia familiar*, los *tipos de violencia* que viven se observan a continuación:



De acuerdo con todo el análisis presentado, se considera que el trabajo de **Reconstruyéndonos como mujeres** es una **acción de atención exitosa** en la ciudad de Puebla que se constituye como una *buena práctica* que a lo largo de ocho años ha impactado la vida de cientos de mujeres y continuará fortaleciéndose para brindar cada vez más servicios que contribuyan a la erradicación de la violencia contra las mujeres y las niñas.

