



**Secretaría de
Igualdad Sustantiva y
Desarrollo de las Mujeres**

Gobierno del Estado de Michoacán



GOBERNACIÓN

SECRETARÍA DE GOBERNACIÓN

CONAVIM

COMISIÓN NACIONAL PARA PREVENIR
Y ERRADICAR LA VIOLENCIA CONTRA
LAS MUJERES

PROYECTO

AVG/MICH/M2/SEIMUJER1

6. Establecer el Programa de Madres Solteras, desculturización de la violencia hacia su empoderamiento.

Documento que contenga el Programa de profesionalización del funcionariado en la atención y empoderamiento de Madres Solteras.



CONTENIDO

PRESENTACIÓN	3
I. INTRODUCCIÓN	4
II. JUSTIFICACIÓN	6
III. MARCO TEÓRICO	10
Madres solteras	11
Violencia de Género	13
Tipos de violencia de género contra las mujeres	14
Círculo de la violencia	15
Violentómetro	18
Mitos y creencias de la violencia de género	21
Mecanismos de defensa	22
Empoderamiento femenino	24
Pérdidas y duelo	26
Resiliencia	27
Buen trato	28
Pilares para el fortalecimiento y el desarrollo	29
Desarrollo Seguro (Prevención y atención de la violencia)	30
Desarrollo Psicológico (Emocional e Intelectual)	30
Desarrollo Económico (Capacidad productiva, remunerada y sustentable, empoderamiento)	30
Desarrollo Institucional (Reconocimiento y participación institucional)	31
IV. OBJETIVOS DEL PROGRAMA	31
Objetivo General	31
Objetivos Específicos	32
V. CONTENIDO TEMÁTICO	32
VI. MATERIALES DE TRABAJO	34
VII. ANEXOS	35
VIII. REFERENCIAS	35

PRESENTACIÓN

El Programa de Madres Solteras, Des culturalización de la Violencia hacia su Empoderamiento, o también conocido como Madres Solteras Jefas de Familia (en adelante, el Programa), nace a partir de la necesidad de facilitar, acercar y desarrollar recursos, habilidades, mecanismos y condiciones, que les permitan salvaguardar en primer momento su estabilidad y bienestar emocional, físico y psicológico, pero también les brinda la oportunidad de trabajar la identificación, expresión, socialización y resignificación de expresiones, vivencias y situaciones que emocionalmente hayan o estén desafiando sus capacidades actuales, su propio desarrollo y el de su familia.

Busca también, acercar, propiciar y generar condiciones, a partir de un trabajo personal de autoconocimiento, autogestión y desarrollo, que le faciliten un verdadero empoderamiento capaz y realista que facilite el generar condiciones económicas, profesionales, laborales o de emprendedurismo para hacerse de sus propios recursos sin la necesidad o dependencia de terceros.

Con base en lo anterior, la Secretaría de Igualdad Sustantiva y Desarrollo de las Mujeres del Estado de Michoacán busca, a través del presente Programa y mediante la movilización de sus recursos, estructuras y mecanismos institucionales, facilitar, asegurar y dar seguimiento al cumplimiento de los siguientes cuatro puntos de atención y empoderamiento para las mujeres jefas de familia del Estado de Michoacán:

A. Recepción y atención

Es el establecimiento y facilitamiento de espacios, momentos y condiciones para la recepción y atención de toda aquella mujer madre jefa de familia del Estado de Michoacán que necesite apoyo, información o acompañamiento institucional para generar los mecanismos que le permitan el salir de una situación de violencia y establecer condiciones sostenibles y sustentables de autogestión hacia su empoderamiento a partir de esa situación.

B. Difusión y divulgación

Comunicar, sensibilizar y acercar información que les permita a las madres jefas de familia conocer sus derechos, oportunidades y espacios de empoderamiento. Por ello, es menester

realizar acciones que permitan comunicar directa o indirectamente a la población michoacana, los medios y las formas en que se puede atender, acompañar y empoderar a la mujer madre jefa de familia.

C. Sensibilización y formación

Hace referencia al desarrollo e implementación de programas, especialmente de un piloto de profesionalización y acercamiento a las madres solteras, que cubra puntualmente todos los contenidos, temáticas y escenarios necesarios para que las madres jefas de familia puedan a) identificar, atender y prevenir situaciones de violencia; b) identificar, expresar y resignificar situaciones emocionales, sentimentales o intelectuales; y c) adquirir, entrenar y desarrollar capacidades y recursos hacia su empoderamiento.

D. Acercamiento y transversalización

Acercar, facilitar y establecer condiciones que permitan a la Secretaría transversalizar y acercar a otras instancias o dependencias de gobierno, que puedan brindar algún tipo de asesoría y acompañamiento a las mujeres jefas de familia.

En resumen, el Programa pretende facilitar una mirada realista y esperanzadora, centrada en la realización de actividades individuales y colectivas de reflexión, introspección, socialización, sensibilización y ejecución de técnicas y mecanismos que aumenten los recursos con los que actualmente hacen frente las madres solteras a las diferentes responsabilidades con ellas mismas y su familia, en un entorno que puede ser violento, invasivo y de pocas oportunidades para ellas para lograr un trabajo personal de crecimiento.

I. INTRODUCCIÓN

Para lograr un impacto real en las madres jefas de familia, se establecieron tres pilares fundamentales en el diseño y ejecución de todas las actividades que conforman y le dan estructura al Programa, en dirección de salvaguardar su seguridad, facilitar su resignificación resiliente y emocional, así como empoderar su crecimiento personal, económico y productivo.

1. Identificación, prevención y erradicación de la violencia

Es el pilar que establece las condiciones de realidad y posibilidad a toda acción vinculada con el desarrollo y crecimiento de las madres jefas de familia. En este sentido, es determinante poder establecer condiciones que limiten, prevengan y erradiquen cualquier tipo de violencia que pueda estar viviendo la madre y su familia. Es el escalón inicial hacia un empoderamiento sostenible, sustentable y realista.

2. Identificación, expresión y resignificación emocional

Este pilar se centra en la necesidad de reconocer y atender, todos aquellos factores que pudieran afectar negativamente el bienestar, la salud y el desarrollo psicológico y emocional de las madres jefas de familia; considerando la atención, expresión y resignificación emocional de los hechos como uno de los derechos más importantes en el crecimiento humano, se debe encaminar el trabajo hacia la conformación de espacios para la reflexión de los sucesos o experiencias que puedan, hayan o estén robando tranquilidad, paz y la oportunidad para el desarrollo personal de las madres solteras.

Reconocer lo que sienten las madres jefas de familia michoacanas, que lo puedan expresar, socializar y trabajar, es una oportunidad única y muy necesaria en el trabajo de fondo hacia su empoderamiento.

3. Identificación, aceptación, formación y desarrollo de condiciones sostenibles de empoderamiento personal e institucional.

Gestionar condiciones de empoderamiento realista y sostenible, a partir de la identificación, capacitación, adquisición y fortalecimiento de recursos personales para la vida, el trabajo y el emprendedurismo, son el pilar último del programa al cual se accede después de un trabajo personal de sensibilización y resignificación que sirve de base para construir hacia el futuro, crear redes y acercamientos a nuevas personas, instituciones y realidades. La meta final debe ser facilitar a las mujeres madres jefas de familia michoacanas, una oportunidad de crecimiento a partir de herramientas y mecanismos que puedan trasladar e implementar en su vida diaria presente y futura.

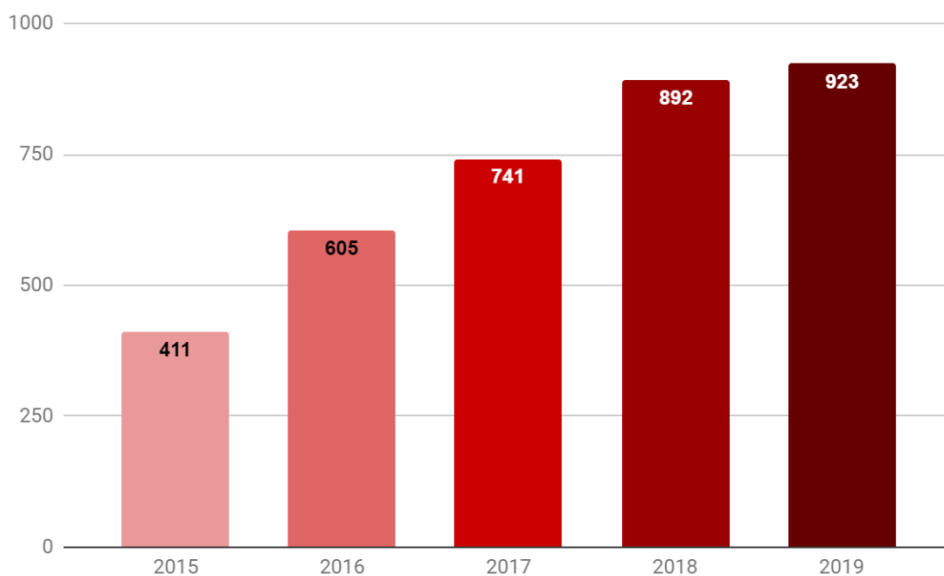
Para entender la importancia del programa en cuestión y de considerar los pilares mencionados en su desarrollo, es imprescindible conocer el contexto bajo el cual surge la necesidad de crear e implementar programas como este.

II. JUSTIFICACIÓN

La situación de inseguridad y riesgo para las mujeres en México es cada vez más alarmante, situación que se ve reflejada en sondeos realizados para la identificación de la violencia. Uno de ellos es el que se encuentra en la Encuesta Nacional sobre las Relaciones en los Hogares de 2016 (ENDIREH), donde se encontró que 7 de cada 10 mujeres son víctimas de violencia, y eso no es todo, pues 40% de ellas reportó que sus violentadores son sus propias parejas (García, 2019: 10; INMUJERES s.f.). De manera complementaria, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía reportó para el 2019 que 66 de cada 100 mujeres mayores a 15 años han sufrido de violencia de algún tipo por parte de su pareja, compañero, familiar (INEGI, 2019).

La máxima expresión de violencia contra las mujeres es el feminicidio y de acuerdo con el reporte de datos presentado por el Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública (2020), se percibe un aumento significativo en las cifras de este delito en los últimos años a nivel nacional (figura 1).

Figura 1. Tendencia Nacional de Feminicidios 2015-2019



Fuente: Elaboración propia con base en SESNSP (2020)

El derecho de las mujeres a vivir una vida libre de violencia es una obligación constitucional para todas las autoridades del Estado, lo que involucra a los tres órdenes de gobierno, y todas las instituciones y organismos públicos. De acuerdo con la reforma al artículo primero de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, los derechos humanos deberán protegerse de acuerdo con lo establecido en la carta magna y en los tratados internacionales en la materia. En el caso de la violencia contra las mujeres, la Convención sobre la Eliminación de todas las formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW) y la Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer (Convención Belém do Pará), son dos instrumentos fundamentales que, en conjunto con la legislación interna, deben cumplirse para garantizar la protección de los derechos de las mujeres y las niñas.

Entre los casos que abrieron la pauta a establecer acciones gubernamentales para la defensa y protección de los derechos de las mujeres y niñas, se destacan los asesinatos de mujeres en Ciudad Juárez a partir de 1993 y la subsecuente sentencia de la Corte Interamericana de Derechos Humanos conocida como Sentencia Campo Algodonero. A partir de ellos comenzaron las investigaciones con perspectiva de género y se delimitaron las responsabilidades por parte del Estado para brindar condiciones propicias para la vida digna y libre de violencia de mujeres y niñas, no obstante, estas no fueron asumidas.

Así es como surge la Ley de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (Ley de Acceso), la cual, dentro de su contenido, establece el procedimiento para la emisión de la Alerta de Violencia de Género contra las Mujeres, instrumento único en el mundo para la protección de las mujeres en un territorio determinado. La Alerta se emitirá por medio del gobierno federal, a través de la Secretaría de Gobernación, para la entidad federativa cuyas condiciones de vida atenten contra la vida de las mujeres y las niñas. La solicitud de la AVG puede presentarse por organismos de derechos humanos internacionales, nacionales o locales, o por organizaciones de la sociedad civil. Ello deberá hacerse ante el Instituto Nacional de las Mujeres, quien funge como la Secretaría Ejecutiva del Sistema Nacional para Prevenir, Atender, Sancionar y Erradicar la Violencia contra las Mujeres.

El proceso para el establecimiento de la Declaratoria de AVG en un estado comienza por la solicitud emitida por organizaciones que exigen la protección de las niñas y mujeres de su

estado. Dicha solicitud es procesada y valorada por un Grupo de Trabajo conformado por especialistas correspondientes a distintas instancias; una vez concluido este proceso se emite un informe dando respuesta a las peticiones incluidas en la solicitud.

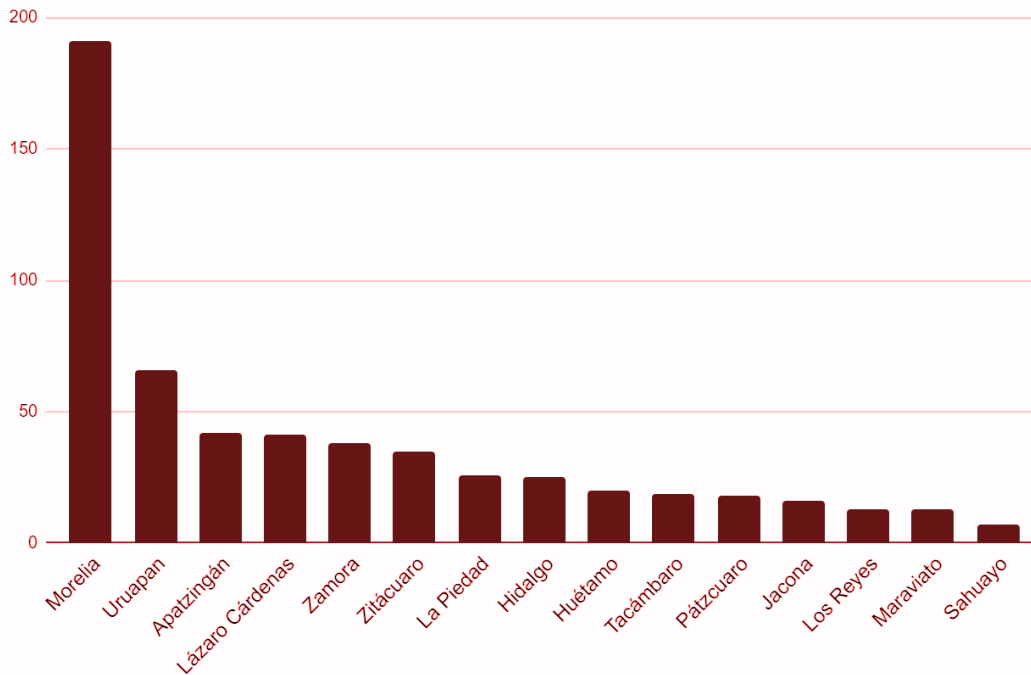
La Secretaría de Gobernación ha emitido ya diversas Alertas de Violencia de Género. En Michoacán, se emitió la procedencia de la solicitud presentada por la asociación civil “Humanas Sin Violencia” en el año 2016 para los municipios siguientes:

- Morelia
- Uruapan
- Lázaro Cárdenas
- Zamora
- Apatzingán
- Zitácuaro
- Los Reyes
- Pátzcuaro
- Tacámbaro
- Hidalgo
- Huetamo
- La Piedad
- Sahuayo
- Maravatío (SEGOB, 2016)

En la solicitud presentada por la asociación civil, se expone una investigación sobre la situación de violencia de género contra las mujeres en el contexto particular del estado, agravado por la intervención federal ante el narcotráfico y por el clima de impunidad en la atención a los feminicidios y otros crímenes contra las mujeres (HSV, 2014).

Otro aspecto denunciado por Humanas Sin Violencia es el agregado de datos obtenidos por la Fiscalía Especializada en Violencia Familiar de Michoacán, ya que reportó 16 mil actas por violencia familiar en la capital del estado en el periodo del 2008 al 2011 (figura 2). En cuanto a la tasa de homicidios de mujeres en el 2009, se mostró mayor incidencia en los municipios de Morelia y Los Reyes (25.7% del total del estado) (HSV, 2014).

Figura 2. Número de delitos sexuales denunciados en 2008 en Michoacán



Fuente: Elaboración propia con base en *Humanas Sin Violencia* (2014)

Adicionalmente, la asociación monitoreó a diferentes periódicos de circulación estatal para sistematizar la información delictiva contra las mujeres. Dentro de los hallazgos importantes, está el hecho de que Morelia, Apatzingán, Zamora, Lázaro Cárdenas y Uruapan fueron los municipios con mayor incidencia, siendo el delito más recurrente la violación.

A partir de la declaratoria de la Alerta, el estado debe implementar acciones encaminadas a los ejes de seguridad, prevención y justicia, a fin de cesar la violencia feminicida en la entidad y levantar la AVG. Dentro de las tareas emprendidas más significativas se encuentran:

- Revisión y diagnóstico de las instancias para las mujeres en los municipios con declaratoria y la asignación de recursos municipales para dar cumplimiento a la Alerta.
- Presentación, capacitación y difusión del contenido y motivo de la AVG en cada municipio.
- Coordinación de acciones entre las autoridades estatales y municipales junto con diferentes organismos como lo es CONAVIM, INMUJERES, USAID, UNODC, entre otras para dar atención y seguimiento a la Alerta y a la violencia contra las mujeres.

- Creación de los Módulos de Atención a la Violencia para las Mujeres.
- Implementación del Programa de Apoyo a las Instancias de las Mujeres en las Entidades Federativas (PAIMEF).

Como informe sombra, Humanas Sin Violencia declaró que estas medidas sólo han sido retóricas y no prácticas, ya que se sigue observando a la violencia contra las mujeres como un hecho aislado y no sistemático donde las violaciones a los derechos humanos de las mujeres son vulneradas desde un ejercicio cotidiano por autoridades y particulares. (HSV, s.f.). Complementando lo anterior, y de acuerdo con el SESNSP, de 2017 a 2019, se han registrado 51 delitos tipificados como feminicidio. Para el 2020, de enero a julio se reportaron 13 feminicidios, que, en comparación con el año pasado, representan el cincuenta por ciento del total de 2019, por lo que la proyección del incremento en el índice para finalizar el año es de 100% (SESNSP, 2020).

Llegado a este punto, resulta necesario la elaboración de programas, cursos, talleres y/o capacitaciones, dirigidas fomentar el empoderamiento femenino en las mujeres michoacanas, a fin de que cuenten con los recursos necesarios para identificar las manifestaciones de violencia en su contra y frenarlas mediante la adquisición y/o reforzamiento de habilidades y estrategias que les permitan ejercer sus derechos ya sea en el espacio individual o social.

III. MARCO TEÓRICO

La participación de las instituciones de gobierno en la creación de nuevas formas de convivencia entre las personas es una obligación constitucional como se señaló anteriormente, pero también una tarea ética, especialmente, cuando se trata de subsanar y eliminar las desigualdades sociales entre los sexos. Las diferencias materiales y simbólicas entre hombres y mujeres acarrearán problemas no sólo económicos sino también subjetivos.

Aunque el panorama de violencia contra las mujeres en Michoacán es mayormente visible por el índice de feminicidios, existen otros elementos culturales que no se miden estadísticamente, pero que de igual forma constituyen hechos de violencia contra las mujeres.

La construcción de la figura femenina a lo largo de los años ha sido reflexionada y cuestionada por los diferentes movimientos y corrientes feministas; todas coinciden, a pesar de la diferencia de algunos conceptos y teorías generales, en que la figura de las mujeres está acorralada en dualidades: o se es buena, piadosa y bondadosa, o se es mala, traicionera y sin escrúpulos. A profundidad, el análisis de las posibilidades de ser mujer en el contexto de una sociedad patriarcal lo realiza Lagarde (1990) y enuncia que las mujeres son estereotipadas y posibilitadas a cinco formas de vida, cinco categorías políticas en las que las mujeres no poseen libertad ni autonomía, y donde la relación con el poder es de opresión. Estas categorías o cautiverios, como la autora los denomina, son: la *madresposa*, la *monja*, la *puta*, la *presa*, y la *loca* (p. 60).

Madres solteras

El estereotipo positivo de las mujeres lo constituye el cautiverio de la maternidad, es decir, la *madresposa* (Lagarde, 1990). Es aquí donde se mira a la mujer realizada, y las mejores virtudes le son atribuidas, todas ellas sustentadas en el mito del instinto materno. En este cautiverio, la sexualidad de las mujeres está relacionada con la procreación, al lado de la pareja, a quien le debe guardar profundo respeto, obediencia y fidelidad. Ser madre y ser esposa constituyen la forma alcanzable de la “verdadera mujer”; el servicio para los otros es el sentido de vida de las buenas mujeres. Por esa razón, se le asignan tareas distintas: el espacio doméstico, las labores del hogar, la crianza son el lugar del desarrollo de la *madresposa*; la buena madre es aquella que ama a todas y todos por igual, la que sacrifica su rol de mujer ante los hijos y el marido, aquella que es bondadosa, procura y cuida, la que no descuida a los hijos, la que sabe mantener su casa limpia, la comida lista, al esposo contento y a los hijos prósperos (Hierro, 1985; Lagarde; 1990).

Como se observa, una serie de adjetivos y características se acumulan para definir a la figura materna ideal; el estereotipo de la mujer exitosa se relaciona con aquella que cumple efectivamente con su deber de madre y de pareja. Aquella mujer que no procrea, que no tenga a su lado al padre biológico de la descendencia, o que no cumpla sus obligaciones de madre, aunque trabaje o estudie (doble y triple jornada) se considera una mujer fallida, una mujer *que no sabe ser mujer*.

La relación de poder entre los sexos, aunado a la constitución societal, posibilita que los hombres vivan su sexualidad de forma libre, poligámica y sin responsabilidad debido a que, en su cuerpo, no hay consecuencia directa de los actos erótico-afectivos, en comparación con las mujeres, donde la capacidad biológica de la concepción limita, junto con el poder, la autonomía sexual. Además, la sexualidad de los varones no está relacionada con paternar, en comparación de las mujeres, pues en gran medida, las experiencias sexuales de las mujeres son vividas en relaciones de pareja estables o de matrimonio porque el placer para ellas en estos espacios suele reducirse a los actos relacionados con la procreación.

A pesar de que el esposo-la pareja-el padre biológico esté formalmente al lado de las mujeres, en la mayoría de los casos, crían en soledad a los y las hijas por los mismos roles de género que lanzan al hombre al espacio público y al papel de proveedor y a la mujer, el hogar y el rol de cuidadora; en ese sentido, pueden ser consideradas madres solteras, aun estando en pareja. Pero, aunque la ausencia del hombre sea de esta forma, ellas cuentan con el sustento económico y, por lo tanto, la responsabilidad del hogar, el establecimiento de las reglas y en general, la representación de la familia no recae en ellas.

Cuando las mujeres son madres solteras, sin esposo, ya sea porque él les negó la relación y la paternidad, hubo una separación o quizá la pareja falleció, la responsabilidad total es de ellas y con ello deviene una serie de cargas sociales y culturales: debe ser *buena* madre; cocinera; enfermera de las y los hijos; debe ser la proveedora en un mundo laboral que privilegia al varón; ser quien determine las normas del hogar; tiene que afrontar los prejuicios, los malos comentarios, los rechazos: debe enfrentarse sola al mundo. De manera más concreta, los retos a los que se enfrentan las madres solteras son:

1. Vivir el duelo de la pérdida de expectativas de la relación que no se concretó, o por separación o la muerte de la pareja.
2. Superar las culpas y los señalamientos personales acerca de la condición de madre soltera; no juzgarse.
3. Reconocerse como madre y asumir responsabilidad.
4. Lograr la autonomía económica, con todos los obstáculos que eso significa.
5. Establecer comunicación sincera y franca con ella misma, y con las y los hijos.

6. Establecer límites con sus hijas e hijos, y personas cercanas, a fin de crear un espacio personal de respeto y lograr educar a la familia.
7. Generar espacios propios de desarrollo, para fortalecer la autonomía personal como mujer y como madre.
8. Convivir con adultos, generar redes de apoyo.
9. Hacer un proyecto de vida propia asumiéndose como madre soltera.
10. Evitar repetir patrones normalizados en las prácticas de crianza; procurar ser una madre diferente, pero aún con las cargas culturales de lo que implica la maternidad.
11. Selección y vinculación con nuevas parejas.

Las situaciones específicas que determinan la vida de las madres solteras son amplias y están en función de otras categorías identitarias como edad, religión, origen étnico, etc., las cuales se utilizan en determinados espacios y sociedades, como criterios de exclusión, marginación y violencia. El prejuicio de la buena madre persigue a quienes no cumplen el estereotipo; las madres solteras son vistas como mujeres fallidas, mujeres abandonadas, solas; menos mujeres porque ya tienen un hijo(a) de otro hombre; mujeres que no supieron ser mujeres y por ello no pudieron mantener al varón a su lado.

Así, la violencia contra las mujeres solteras adquiere un matiz distinto de acuerdo con la construcción propia del cautiverio que las limita. Por esa razón, es importante fomentar en ellas, desde el trabajo personal, la reconstrucción de su autopercepción, de su autoconcepto y su autoimagen; y construir desde el espacio institucional mecanismos sociales para lograr espacios de empoderamiento y erradicación de la violencia de género en su contra.

Violencia de Género

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) define a la violencia de género como el conjunto de “actos perjudiciales perpetrados en contra de una persona sobre la base de las diferencias que la sociedad asigna a hombres y mujeres” (UNICEF, s.f.). Si bien, el género es una categoría que no sólo se limita a las mujeres, la prevalencia de la violencia contra ellas es mucho mayor por las razones socioculturales que se encuentran relacionadas con la construcción de las figuras masculina y femenina en la sociedad patriarcal, como fue puntualizado previamente.

Las discusiones teóricas desde diversas corrientes del feminismo acerca de la categoría *género*, no han sido agotadas. Algunos instrumentos internacionales hablan de violencia contra las mujeres para referirse a la violencia contra las mujeres basada en el género; otros, la nombran violencia de género y el contenido jurídico está relacionado con la protección a las niñas y las mujeres. Debido a que la Ley de Acceso y la Convención Belém Do Pará utilizan el concepto de “violencia contra las mujeres”, se utilizará dicha categoría para precisar la problemática, la cual es definida como “cualquier acción u omisión, basada en [el] género, que les cause [a las mujeres] daño o sufrimiento psicológico, físico, patrimonial, económico, sexual o la muerte tanto en el ámbito privado como en el público” (LGAMVLV, 2007, art. 4 fr. IV).

Por tanto, la violencia de género contra las mujeres que son madres solteras involucra una serie de acciones u omisiones cuyas manifestaciones y modalidades son diversas y en ocasiones, sutiles o difíciles de percibir, debido a que los estereotipos y roles de género están institucionalizados de tal forma que su reproducción parece natural y por ello, inevitable.

Tipos de violencia de género contra las mujeres

De acuerdo con la Ley de Acceso, la violencia contra las mujeres puede manifestarse de distintas formas, por lo que se ha clasificado en seis tipos:

- 1. Violencia psicológica:** Refiere a cualquier acto u omisión que afecte negativamente la estabilidad psicológica de una persona. Puede consistir en comparaciones destructivas, infidelidad, rechazo, amenazas, indiferencia, entre otros.
- 2. Violencia física:** Alude a cualquier acto que implique daño intencional causando lesiones internas o externas mediante el uso de la fuerza física, de alguna arma u objeto.
- 3. Violencia patrimonial:** Es cualquier acto u omisión que afecte directa o indirectamente la supervivencia de la víctima, ya sea por retención, sustracción, transformación o destrucción de documentos, objetos o bienes personales, así como derechos patrimoniales o recursos económicos para solventar sus necesidades fundamentales.

4. **Violencia económica:** Hace alusión a toda acción u omisión que afecte la supervivencia económica de la persona por limitaciones dirigidas al control de ingreso, o un salario menor al del sexo opuesto por el mismo trabajo dentro del mismo lugar laboral.
5. **Violencia sexual:** Hace referencia a cualquier acción que dañe o degrade la sexualidad o el cuerpo de la víctima; es decir, actos que vayan en contra de su libertad, integridad física y dignidad. Incluye el abuso de poder por parte del hombre por supremacía masculina sobre la mujer.

Dicho de otra forma, violencia es cualquier acto u omisión que dañe o lesione la integridad, libertad o dignidad de las mujeres.

Círculo de la violencia

Cuando la violencia de género se vive en la pareja, analíticamente se vuelve más fácil observar cómo se reproduce. El ciclo de la violencia permite mostrar cómo es que las mujeres en esta situación no pueden romper fácilmente con la relación.

Todo inicia con alguna situación en la que se acumula tensión entre las personas involucradas (fase de parada). Esta tensión puede provenir de conflictos por percepciones del mundo distintas, o por elementos relacionados con los estereotipos y roles de género, por ejemplo, porque hay días en los que las labores del hogar no fueron realizadas en totalidad por la mujer, o porque la comida no fue del agrado de la pareja, o porque la mujer ha decidido comenzar a trabajar o estudiar y hay oposición respecto a esa decisión. Llega un momento en el que la tensión se expresa en una manifestación de violencia enlistados con anterioridad (fase de explosión). Son hechos significativos para ambas personas debido a la intensidad, las circunstancias o algún elemento que lo haga diferente a otros hechos de violencia que, sea probable, no se identifican como tales.

Pasando eso, en el agresor(a) tiene lugar un momento de reflexión acerca del evento, por lo que llega el remordimiento y algunos pensamientos ilógicos que justifican lo acontecido, generalmente culpando a la víctima por haberle provocado; de igual manera por parte de la víctima junto con el agresor(a), se interpreta lo vivido como un acto menor, o no constitutivo

de violencia (fase de remordimiento). En seguida, inician los intentos del agresor(a) por recuperar la situación previa a la tensión y al incidente y con ello, no perder a la víctima ya que requiere mantenerla a su lado para continuar con el abuso. Por esa razón, le construye un futuro diferente, la no repetición de la situación o en otros casos, una serie de amenazas y condicionantes para no permitir que la víctima rompa con el círculo (fase de persecución).

Cuando el agresor(a) logra su cometido, se vive lo conocido como "luna de miel" donde la reconciliación entre víctima y agresor(a) tiene lugar y con ello, se depositan las esperanzas de cambio a las propuestas realizadas de cambio y mejora en las situaciones siguientes (fase de luna de miel). Se olvida la violencia previa y se vive un estado de tranquilidad y amor, hasta una nueva acumulación de tensión y repetición del ciclo.

El esquema siguiente permite visualizar el ciclo de la violencia contra las mujeres:

Figura 3. Ciclo de la violencia



Fuente: Recuperado de la presentación del curso.

La violencia es un ejercicio relacional, cuya posibilidad de existencia está en función de los factores de la personalidad de quien la ejerce y de la víctima, así como del propio ciclo que la constituye. Algunos de los factores de incidencia en la violencia contra las mujeres son:

- *La no percepción del maltrato o de la violencia, la cual no se interpreta como tal, sino como una forma de vida o algo "natural".*

- *La esperanza de que él cambie.* Pensar en el futuro es parte de la experiencia de ser mujer; la construcción de la identidad femenina está fundada en " la esperanza idealizada". No se acepta que el agresor lo es, y eso también es consecuencia del abuso.
- *La inseguridad y baja autoestima.* No establecer límites sanos con las personas, favorece la intromisión en las áreas de la existencia en las que solamente debería habitar la mujer. Posibilita que el agresor defina la subjetividad de la víctima, lo que crea dependencias afectivas.
- *La indefensión aprendida* al observar que por más acciones que se realice, la situación no cambia. La indefensión aprendida es un estado cognitivo en el que la persona no realiza ningún intento por cambiar la situación en la que se encuentra debido a que las acciones anteriores que realizó no dieron fruto; por esa razón, la percepción es una visión de túnel o sin escapatoria, por lo que el esforzarse ya no es una opción (Universitat de Barcelona, s.f.).
- *La vergüenza y el sentimiento de culpa,* resultado del abuso emocional y psicológico.
- *La preocupación por hijos e hijas* de no desear que se queden sin la figura del padre; por asegurar la sobrevivencia económica; por evitar dolor emocional. Esto está vinculado con los propios estereotipos de género y el rol de madre, ya que es aceptado e incluso promovido, que la mujer anteponga a sus hijos(as) a su propia constitución como persona y lo que ello implica (deseos, afinidades, necesidades), lo que constituye un conflicto entre el "deber ser" y el "querer ser".
- *El sentimiento de fracaso,* que como se señaló, acompaña a los prejuicios sobre las madres solteras. Socialmente, es preferible verse acompañada por la pareja, aunque exista abuso, a estar sola con las y los hijos.
- *El miedo a un futuro incierto y a la soledad,* debido a que las mujeres están constituidas ontológicamente como seres mutilados, incompletos, seres-para-otros, la soledad tiene un significado diferente para ellas, puesto que su realización está definida en el

grado de vinculación que tienen con los otros, especialmente con los hombres (Lagarde, 1990).

- *El miedo a las represalias del agresor*, donde las amenazas de más violencia imposibilitan a la víctima a dejarlo.
- *El aislamiento social*, como consecuencia del abuso, lo que limita la generación de redes de apoyo externas y, por ende, promueve el regreso de la mujer con el agresor al sentirse sin acompañamiento o sensación de estar sola.

Violentómetro

El desconocimiento y normalización de la violencia han hecho necesario la creación de instrumentos que faciliten la identificación de las expresiones de violencia; uno de ellos es el “violentómetro” diseñado por el Instituto Politécnico Nacional (Figura 4), en él se muestran manifestaciones de violencia desde aquellas que pueden ser imperceptibles pero que no dejan de ser importantes, a las más graves que pueden llevar a un daño irreversible, la muerte (Instituto Politécnico Nacional, 2012).

Figura 4. Violentómetro.



Fuente: Instituto Politécnico Nacional, 2012

Por su parte, la Fundación Origen, creada por y para las mujeres y su empoderamiento en cualquier espacio, creó un material en el que se plasman los indicadores de violencia organizados por grado o nivel de impacto, yendo de las más “sutiles” como la mentira y el chantaje hasta los golpes, la violación e incluso la muerte. De manera complementaria, ofrece una línea de ayuda a la cual acudir en caso de ser víctimas de violencia.

Figura 5. Violentómetro Virtual.



Fuente: Fundación Origen, recuperado de la presentación del curso.

Si bien, estas son herramientas funcionales, con el desarrollo de la tecnología y los medios digitales de socialización, las expresiones de violencia han evolucionado sobrepasando el marco físico. Al ser los medios digitales parte importante del día a día de las personas en la actualidad, resulta fundamental identificar las nuevas formas de violencia que pueden ejercerse en ellos. Con este fin, el Frente Nacional para la Sororidad ha elaborado un “violentómetro virtual” (Figura 6), en el cual se enlistan las manifestaciones de violencia de

acuerdo con el orden de impacto, contemplando modalidades de ciberacoso, así como violencias sexuales.

Figura 6. Violentómetro Virtual.



Fuente: Frente Nacional para la Sororidad, recuperado de la presentación del curso.

Estos materiales son un gran apoyo para la visualización de la violencia de manera práctica y física. El operacionalizar a la violencia en conductas específicas facilita y posibilita su identificación en la interacción real y cotidiana, sin embargo, esto constituye sólo una parte en la concientización y profundización de la violencia como problema latente y nacional. En este sentido, los instrumentos deben ser complementados por campañas y/o programas que

permitan profundizar en el tema y fomentar la reflexión sobre la importancia de poner un alto a la violencia; asimismo empoderar a las mujeres para la protección y defensa de sus derechos.

Mitos y creencias de la violencia de género

En este proceso de concientización y reflexión se debe luchar contra los mitos y creencias existentes en la sociedad que ocasionan la invisibilización de la violencia y propician que continúe reproduciéndose. Entre los/las más frecuentes están:

1. Sólo en las familias con problemas hay violencia
2. Sólo los hombres con adicciones o estrés son violentos
3. La violencia dentro de la casa es asunto de familia y, por tanto, no debe difundirse
4. La violencia existe sólo en cierto tipo de familias
5. Siempre se exagera la realidad cuando se habla sobre violencia contra las mujeres
6. La violencia sólo la viven cierto tipo de mujeres
7. Si la mujer no se va, es porque le gusta
8. Cuando las mujeres dicen NO, realmente están diciendo SI
9. Si la mujer tiene hijos, hijas, tienen que aguantar
10. Resiste y adáptate

Una tendencia que se muestra en este tipo de expresiones es la sobre generalización, estos mitos encuadran y direccionan el comportamiento en dirección al sometimiento de las mujeres y la normalización de la violencia. La manera de pensar juega un papel fundamental en la actuación de cada persona, por ello para tener un cambio conductual se debe comenzar por reestructurar el pensamiento. Dicho esto, las expresiones anteriores, podrían sustituirse en el pensamiento por enunciados como:

1. Todas las familias tienen problemas en algún momento, pero la violencia nunca será el medio para solucionarlos.
2. Todas las personas pueden ser violentas si no trabajan en la regulación de sus emociones.
3. Es cierto que los problemas de familia son privados y nadie puede involucrarse si la familia así lo desea, no obstante, cuando la situación involucra violencia y/o el daño de alguno de sus integrantes, es necesaria la denuncia e intervención para detenerla y reparar el daño.
4. El tipo de familia no es un factor determinante para el desarrollo de la violencia.
5. Violencia es violencia y debe atenderse con inmediatez, pues con frecuencia, las manifestaciones de violencia suelen aumentar en el grado de gravedad o de impacto.
6. Desafortunadamente, todas las mujeres son propensas a ser víctimas de violencia por el simple hecho de ser mujeres, argumento que es sustentado con estadísticas nacionales e internacionales.
7. No se debe inferir sobre el comportamiento de otra persona, por ello se debe dar crédito a la expresión verbal de la otra o del otro y actuar en función de ello.
8. Todo ser humano tiene el derecho a decidir sobre sí mismo(a) y sobre su cuerpo, decisión que debe ser respetada por los demás.
9. El número de hijos no le resta valor a ninguna mujer.
10. Nadie debe soportar nada con lo que no se sienta cómoda(o). El actuar de cualquier persona debe regirse en función de su bienestar físico, social y mental.

Mecanismos de defensa

Cambiar la forma que se ha aprendido a pensar desde muy temprana edad y que está tan impregnada en el entorno social, resulta una tarea bastante complicada, comenzando por los mecanismos de defensa, que son inconscientes y surgen a manera de evitación para mantenerse en la zona de confort. Algunos de ellos son:

Tabla 1
Mecanismos de defensa

MECANISMO	FUNCIÓN
Represión	Olvidar o ignorar algo de manera voluntaria; es una forma de alejar cierta información de la consciencia por su efecto perturbador. Puede aplicarse a la experiencia completa, a los deseos o fantasías asociados/as o a los afectos relacionados.
Negación	Negarse a aceptar que algo pasa, basándose en la idea de “si no lo reconozco, no sucede”. Este mecanismo puede presentarse en situaciones de emergencia o crisis donde reconocer la realidad podría resultar paralizante.
Proyección	En este mecanismo hay una malinterpretación, percibiendo lo que hay dentro como procedente del exterior y puede distorsionar la visión que tiene el individuo respecto a los demás.
Reacción	Implica transformar un impulso o una emoción en lo contrario, por ejemplo: el odio será transformado en amor...
Desplazar	Hace alusión a la redirección de un impulso o emoción de su objetivo natural a otro que resulte menos angustioso. Permite descargar los afectos de una forma que sea permitida socialmente.
Sublimación	Encontrar una satisfacción adaptativa y derivada de los impulsos que no pueden expresarse de forma directa a causa de los estereotipos y prohibiciones sociales. La sublimación ofrece la ventaja de descargar el impulso, aunque sea de

una manera transformada.

Regresión

Consiste en un proceso que se lleva a cabo inconscientemente mediante el cual, el individuo optará por retomar formas de comportamiento antiguas (infantiles) a fin de evitar el conflicto, la responsabilidad y el esfuerzo que implica el crecimiento y el cambio.

Racionalizar

Hallar razones que justifiquen una acción, misma que sería conflictiva en la ausencia de dichas razones y aparece cuando no se obtiene algo deseado, para convencerse que realmente no lo deseaba tanto o cuando algo malo ocurre para implantar la idea de que no es tan malo. Este mecanismo posibilita aceptar las situaciones con mínimo resentimiento, pero existe el riesgo de intentar justificar todo.

Fuente: Elaboración propia con base en "Consulta Baekeland" (Baekeland, s.f.)

Estos mecanismos son funcionales a medida que permiten a la persona defenderse o protegerse de pensamientos, emociones o afectos que propicien ansiedad o depresión, sin embargo, a menudo son estos los que impiden que la persona enfrente su realidad y actúe para modificarla.

Empoderamiento femenino

En el caso particular de las mujeres, al vivir rodeadas de estigmas sociales referentes a las características de una "mujer" en toda la extensión de la palabra, orilla a algunas a soportar condiciones que no las favorecen o que les disgustan, sólo para intentar cumplir lo que se espera de ellas, dejando lo que quieren y desean en último término y tomando las expresiones de violencia en su contra como parte de lo que debe vivir toda mujer para llegar al ideal de mujer perfecta. Ahora bien, las madres solteras son ya de por sí castigadas por la sociedad y vistas como intentos fallidos de mujer, por lo que la lista de exigencias aumenta para ellas al atribuirle el rol de proveedoras.

Empoderar a las madres solteras significa dotarlas de herramientas para defender sus derechos, para hacerse valer y respetar y al mismo tiempo, para reconocerse ellas mismas como mujeres completas y capaces. Siguiendo esta línea, Caroline Moser, creó el Marco de Planificación de Género Moser, cuyo objetivo es liberar a las mujeres de la subordinación, así como alcanzar la igualdad y la equidad, es decir, fomentar su empoderamiento, el cual debe ser entendido como un proceso de transformación en el que las mujeres aumentan su autonomía, su capacidad de decisión y el ejercicio de su libertad en todos los ámbitos, lo cual impacta directamente en la eliminación de la desigualdad de género en sus relaciones interpersonales. La línea que se traza en el empoderamiento va en función de:

- A. **Poder propio:** La toma de conciencia sobre su subordinación y el aumento de la confianza en sí mismas.
- B. **Poder con:** La organización autónoma para decidir sobre sus vidas y sobre el desarrollo que desean.
- C. **Poder para:** La movilización para identificar sus intereses y transformar las relaciones, estructuras e instituciones que les limitan y que perpetúan su subordinación.

Desde el ámbito institucional, la creación de espacios para que las mujeres retomen el camino de sus vidas después del abuso y la violencia es fundamental para alentarlas hacia el empoderamiento. Debido a que la resignificación de lo vivido debe acompañarse de herramientas psicológicas de contención para hacer de la experiencia el motor de vida, es importante dirigir las intervenciones a:

- Las pérdidas vividas durante la violencia, que pueden ser humanas, económicas, materiales y simbólicas, especialmente las relacionadas con la autoestima, los deseos y las expectativas para que, resolviendo y reconstruyéndose emocionalmente, se articule el *poder propio* y el *poder con*.
- El desarrollo en las mujeres la capacidad para enfrentar la adversidad y sacar ventaja de ella, es decir, la resiliencia, la cual aportará en la construcción del *poder para*.
- Conocer, desde el papel de madres de familia, pero también como personas individuales, qué es el buen trato, cuál es la importancia de fomentarlo desde el

espacio familiar y cómo contribuye a construir el *poder propio*, el *poder con* y el *poder para*.

Pérdidas y duelo

Las madres solteras usualmente experimentan varias pérdidas, empezando por la pérdida de la pareja sentimental, ya sea por fallecimiento, separación o abandono y con ello otras pérdidas materiales y/o significativas. En el caso de madres solteras a causa de abuso, las pérdidas son más de tipo significativas (la pérdida del bienestar psicológico, un estilo de vida al que estaba acostumbrada, etc.).

Ante la pérdida se vive un proceso de duelo, el cual, puede definirse como la respuesta emocional que surge por el dolor tras la pérdida de algo o alguien significativo o la ruptura de un vínculo. El duelo puede ser considerado por la persona como catastrófico, pero tiene un carácter curativo, de recuperación para superar el dolor y continuar.

Este proceso no tiene una duración determinada, sino que irá en función de las aptitudes y habilidades de afrontamiento de cada persona. Las etapas que lo componen son las siguientes:

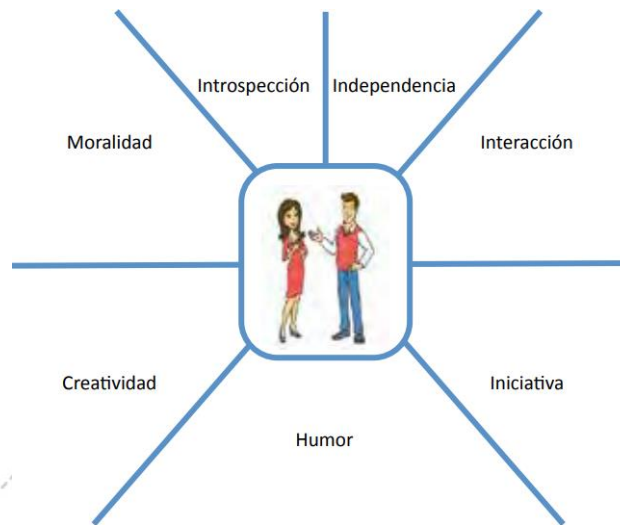
1. Shock: El momento en el que se sabe de la pérdida, y la persona no es capaz de asimilar el hecho.
2. Negación y aislamiento: Tiene un carácter simbólico ya que el sujeto no se niega a la muerte en sí, sino a lo que implica la ausencia de ese algo o alguien.
3. Enojo: Puede expresarse de distintas maneras y puede estar dirigido a uno(a) mismo(a) o a la persona ausente u otras personas implicadas en el proceso de pérdida.
4. Desorganización: Aquí, el individuo es consciente de la pérdida, lo que ocasiona en él, sentimientos de apatía, indiferencia, miedo, etc.
5. Tristeza: Se internaliza la pérdida y su irreversibilidad, teniendo un impacto en el estado emocional de la persona.
6. Aceptación: La persona termina de asimilar la pérdida y acepta lo que ello implica (esto no significa que está de acuerdo, pero muestra resignación).

7. Reorganización: El individuo comienza su proceso de adaptación a su nueva realidad, lo que conlleva una resignificación de su entorno (Bowlby, 1993; Kübler & Kessler, 2006).

Resiliencia

El término de resiliencia refiere a la capacidad del ser humano para enfrentar obstáculos o adversidades que se le presenten a lo largo de su vida, superarlas y sacar provecho de ellas. Se han desarrollado diversos estudios para establecer los factores protectores o cualidades individuales que instigan el desarrollo biopsicosocial de las personas, estos/as han sido denominados pilares de la resiliencia, los cuales se muestran en la figura 7 (Lugo, Guerrero, Castañeda, Gámez, Martínez & Padilla, 2016).

Figura 7. Mandala de la resiliencia



Fuente: Recuperada de "Resiliencia y factores de riesgo en estudiantes universitarios al inicio de su formación profesional" (Lugo, et al, 2016)

- Introspección: hace referencia a la capacidad de identificar y comprender las cualidades propias y las de los otros. Asimismo, el poder reflexionar personal y activamente las experiencias vividas.
- Interacción: alude a la habilidad para crear lazos satisfactorios e íntimos con otros individuos equilibrando la necesidad de empatía con el ser empática/o en el trato con las/os demás.

- **Iniciativa:** refiere al placer de exigirse y/o ponerse a prueba en tareas que aumentan de dificultad de manera progresiva.
- **Independencia:** es la capacidad de mantener una sana distancia tanto física como emocional, pero sin llegar al aislamiento.
- **Humor:** apunta a la capacidad de encontrar lo cómico en circunstancias complicadas.
- **Creatividad:** es la habilidad de innovar en cualquier ámbito en el que se desenvuelva para solucionar las problemáticas que se le presenten.
- **Moralidad:** se relaciona con la conciencia moral, es decir, la capacidad de regirse por valores y distinguir entre lo bueno y lo malo.

En resumen, la resiliencia puede considerarse como una nueva mirada a los obstáculos, ver a los problemas como oportunidades de mejora y crecimiento. Para convertir aquellos momentos desagradables en historias de resiliencia, es recomendable que la persona identifique los recursos con los que cuenta (humanos y materiales), cómo se define a sí mismo respondiendo la pregunta ¿qué soy?, cómo se siente en ese momento y qué puede hacer ante la situación.

Buen trato

El buen trato es aquella expresión de respeto que permite a la persona vincularse consigo misma y con otras a través de relaciones basadas en el bienestar, la satisfacción, la valoración y el reconocimiento (Acento, 2014). El buen trato también puede entenderse desde la resiliencia, como lo señalan Barudy & Dantagnan (2005) al enunciar que algunas prácticas para fomentarlo deben aprenderse en la infancia.

Los principios básicos del buen trato son:

- **Trato humano:** Parte del reconocimiento de sí mismos y de las otras personas como eso: seres humanos con virtudes, defectos, apegos, necesidades, intereses y puntos de vista particulares.
- **No discriminación:** Aceptar, reconocer y respetarse a sí mismo y a otros y otras por el simple hecho de ser personas, sin criterios de exclusión o preferencias injustificadas.

- **Empatía:** Es la capacidad de reconocer los sentimientos de la otra persona y comprender qué es lo que la lleva a vivirlos. Dicha capacidad se desarrolla a partir del conocimiento de las emociones y sentimientos propios, a nombrarlos correctamente y aceptarlos.
- **Persona que entiende (negociación):** Se refiere a la posibilidad de encontrar espacio para la negociación y la sana Interacción a partir de la aceptación y tolerancia de las diferencias con el resto de las personas.
- **Personas integrales (interacción):** Significa el desarrollo de la habilidad de relación con otros y otras y responder de forma asertiva, comprensiva y empática su forma de ser, actuar, pensar y sentir.
- **Comunicación Efectiva:** Transmitir el mensaje de forma clara, honesta, precisa, sencilla y respetuosa con la intención de defender las posturas y deseos personales sin menoscabar los de la persona interlocutora (Martínez, s.f.).

Las herramientas enunciadas, mediante el acompañamiento institucional multidisciplinario, serán de gran ayuda en la búsqueda de la autonomía de las mujeres que son madres solteras. Hacer de la experiencia adversa una fortaleza es un proceso complejo pero esperanzador; la tarea de cualquier gobierno es asegurar las mejores condiciones para el desarrollo de la personalidad de su población, lo que incluye a las madres solteras. Por ese motivo, la puesta en marcha de programas y campañas para incidir en la desculturización de la violencia en contra de ellas y empoderarse es fundamental para asegurar el derecho a una vida libre de violencia.

Pilares para el fortalecimiento y el desarrollo

Los pilares que fomentan el fortalecimiento y el desarrollo de las madres solteras o madres jefas de familia son el conjunto de principios transversales que estructuran las intervenciones institucionales en la materia. Tales pilares pueden enunciarse como a continuación se muestra:

Desarrollo Seguro (Prevención y atención de la violencia)

Consiste en la capacidad de identificación, reconocimiento e incidencia en los elementos relacionados con la seguridad de las madres solteras, que incluye las esferas física, psicológica, social e institucional. Esto se logra mediante el establecimiento de mecanismos de formación, validación, sensibilización, comprensión y aplicación de habilidades, recursos y condiciones que les permitan prevenir y atender de inmediato cualquier situación de violencia que pueda comprometer no sólo su desarrollo, sino su vida misma.

Desarrollo Psicológico (Emocional e Intelectual)

Una vez que se generan condiciones de desarrollo seguro, deben atenderse todas aquellas situaciones, condiciones y escenarios que puedan impactar directa o indirectamente en el bienestar, estabilidad, capacidad y su posibilidad de realización personal y social de las madres solteras o madres jefas de familia a partir de sus propios recursos emocionales e intelectuales.

Reconocer, expresar, practicar y desarrollar ejercicios o situaciones realistas de expresión emocional y sentimental, así como de aprendizaje fortalecimiento y desafío intelectual, a partir de una salud y estabilidad física y psicológica que les permitan vivenciar al máximo cada posibilidad de desarrollo en su vida diaria y atender de forma enfocada y funcional las adversidades o situaciones críticas que se les pueda presentar. Para lo cual requieren contar y estar en condiciones de salud óptimas y funcionales.

Desarrollo Económico (Capacidad productiva, remunerada y sustentable, empoderamiento)

Este pilar está relacionado con establecer y acercar mecanismos que reconozcan, favorezcan y empoderen la capacidad productiva, remunerada y sustentable de las madres solteras o mujeres jefas de familia por medio de las cuales puedan gestionar sus habilidades, recursos o condiciones necesarias para poder crear espacios de trabajo acordes a su desarrollo y experiencia personal, que aproveche y rentabilice su experiencia laboral, profesional o incluso informal, y que sean dignamente remuneradas.

A su vez es importante trasladarles escenarios, mecanismos y recursos que les permitan gestionar de forma eficiente emprendimientos, negocios, redes y espacios de crecimiento

económico, que puedan fortalecerse a partir de su propia autogestión. Con ello se busca atender y cumplir con el principio de empoderamiento, el cual hace referencia a la oportunidad, derecho y capacidad propia de hacerse de sus propios recursos financieros económicos o materiales para no depender o comprometer su desarrollo a expensas de otras personas o instituciones.

Desarrollo Social (Participación social activa y reconocimiento en espacios públicos)

El derecho y la capacidad real de que la mujer madre jefa de familia o madre soltera pueda hacerse presente, participar libremente, de forma reconocida, escuchada, respetada y con un impacto activo y real, en las decisiones, eventos, situaciones y oportunidades que representa su presencia y participación en espacios públicos conforman este pilar. Trabajar en el conocimiento de esos derechos, en el fortalecimiento de sus capacidades y en el desarrollo de sus condiciones personales resulta necesario de tal forma que no encuentre limitaciones al hacer valer las condiciones y participaciones sociales necesarias para asegurar su libre desarrollo personal en cualquier escenario público privado.

Desarrollo Institucional (Reconocimiento y participación institucional)

Por último, es de suma importancia que se compartan, dialoguen y desarrollen condiciones que aseguren el crecimiento de las madres solteras desde una perspectiva institucional, en donde se reconozca que ser la madre jefa de familia, representa en sí misma una institución capaz de prepararse, desarrollarse y responsabilizarse de su propio desarrollo y el de su familia, pero también que se le permitan, reconozcan, acepten y faciliten condiciones de desarrollo como líder, referente y responsable institucional en cargos y puestos públicos, así como en espacios y cargos del sector privado como líder responsable, recibiendo el reconocimiento y remuneración correspondiente.

IV. OBJETIVOS DEL PROGRAMA

Objetivo General

Que las madres solteras o mujeres madres jefas de familia logren adquirir los recursos, herramientas y habilidades para la identificación de situaciones de violencia y acción ante una

situación de vulnerabilidad. Fomentar su empoderamiento como recurso y gestionar la desculturización de la violencia como modelo de vida.

Objetivos Específicos

Que las mujeres madres solteras puedan:

- Identificar, prevenir y evitar situaciones que comprometan, violenten o limiten su seguridad, estabilidad y crecimiento.
- Generar un espacio de trabajo inter personal, que facilite la expresión, reconocimiento y trabajo de emociones, así como experiencias seguras con relación al trabajo de identificación, aceptación, resignificación y fortalecimiento de los sentimientos y pensamientos que viven actualmente en su desarrollo personal como mujeres y madres.
- Facilitar la identificación y desarrollo de recursos y habilidades personales que les permitan fortalecer su autoconcepto, estima, e imagen.
- Desarrollar habilidades enfocadas en su empoderamiento, reconociendo un proyecto de vida, identificar habilidades para el trabajo o autoempleo, vincularse con redes e instituciones y establecer un desarrollo personal y de crianza humanizado y con buen trato.

V. CONTENIDO TEMÁTICO

Para efectos del Programa, se estructuraron los siguientes módulos cuyos objetivos se describen a continuación:

Tabla 2

Módulos que integran el curso

Módulo 1: MI CAMBIO: Información, sensibilización y certeza psicológica

- A. Informar y sensibilizar sobre los desafíos a los que se enfrentan las mujeres en México y en el Estado de Michoacán, respecto a la maternidad, crianza y desarrollo personal.
- B. Informar, sensibilizar y resignificar las prácticas culturales, creencias y costumbres respecto al rol normalizado de la mujer en el proceso de crianza y desarrollo familiar desde un entorno de crisis, violencia y presión social.
- C. Brindar elementos y recursos para la identificación, prevención y atención de situaciones, escenarios, mecanismos y ciclos de violencia.

Módulo 2: MIS HISTORIAS DE RESILIENCIA: Identificación, reconocimiento y desarrollo de recursos y habilidades personales

- D. Brindar recursos personales que permitan fortalecer la estima, identidad, auto concepto, confianza, realización y certeza psicológica, de forma positiva.
- E. Facilitar condiciones para realizar un ejercicio de narrativa, expresión, manejo y resignificación emocional, a través de contar historias enfocadas en su resiliencia.
- F. Brindar elementos, información y consideraciones que les permitan promover su autocuidado y salud.
- G. Brindar recursos personales para establecer y fortalecer relaciones familiares, de pareja e interpersonales, constructivas y de crecimiento.
- H. Facilitar y sensibilizar sobre buenos tratos, crianza, crianza monoparental y desarrollo humanizado.

Módulo 3: LA CONSTRUCCIÓN: Socialización, participación y creación de redes, oportunidades y empoderamiento

- I. Facilitar y sensibilizar sobre recursos personales y colectivos para identificar, participar y desarrollar redes comunitarias e institucionales.
- J. Identificar y desarrollar habilidades, recursos y herramientas para el trabajo y autoempleo.
- K. Establecer mecanismos para el desarrollo de un proyecto de vida.
- L. Sensibilización sobre la oportunidad y necesidad de vinculación y acercamiento con organizaciones y dependencias de atención a la mujer y a madres solteras.
- M. Facilitar y entrenar sobre mecanismos de empoderamiento y crecimiento personal.

Fuente: Elaboración propia con base en la presentación del curso.

VI. MATERIALES DE TRABAJO

Para la realización del curso, se requirieron diversos instrumentos, los cuales son:

1. **Ficha técnica:** Instrumento técnico que establece los objetivos, las metas, el temario y la población objetivo a la que se dirige el curso, así como los escenarios de participación y alcances. (ANEXO 1)
2. **Carta descriptiva:** Descripción de las actividades a desarrollar, incluyendo la duración, los materiales necesarios para su realización, así como los aprendizajes esperados por cada módulo. (ANEXO 2)
3. **Presentación de Power Point:** Apoyo visual por sesión, cuyo contenido se relaciona con información, actividades y conceptos relacionados con la relatoría de los contenidos (ANEXO 3).
4. **Manual de la persona facilitadora:** Guía metodológica y operativa que delinea los pasos a seguir para la correcta implementación del curso. Incluye las actividades contenidas en la carta descriptiva, los materiales de apoyo y de consulta, así como posibles situaciones esperadas y consejos para contenerlas (ANEXO 4).

VII. ANEXOS

Anexo 1. Carta descriptiva

Anexo 2. Manual para la implementación del curso

VIII. REFERENCIAS

Alvarado, S. (2014) La teoría del buen trato. Acento. Recuperado de <https://acento.com.do/opinion/la-teoria-del-buen-trato-1412893.html>

Baekeland, C.E. (s.f.). Mecanismos de defensa. Recuperado de <https://www.consultabaekeland.com/p/es/psicologo-madrid-faqs/mecanismos-de-defensa.php#:~:text=Los%20mecanismos%20de%20defensa%20son,si%20llegasen%20a%20la%20consciencia.>

Barudy, J. & Dantagnan, M. (2005). Los buenos tratos a la infancia: Parentalidad, apego y resiliencia. Barcelona: Gedisa.

Bowlby, J. (1993). La pérdida. España: Paidós.

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF] (s.f.). La violencia de género en situaciones de emergencia. UNICEF.org. Recuperado de https://www.unicef.org/spanish/protection/57929_58001.html

García, G. (2019). México, situación de la Mujer. Comisión Española de Ayuda al Refugiado: Madrid. Recuperado de <https://www.cear.es/wp-content/uploads/2019/05/Situaci%C3%B3n-de-la-mujer-en-M%C3%A9xico-2019.pdf>

Hierro, G. (1985). Ética y feminismo. 3ra ed. México: Diversa.

Humanas Sin Violencia A.C. [HSV] (2014). Primera solicitud de Alerta de Violencia de Género por violencia feminicida para el estado de Michoacán de Ocampo. Recuperado de https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/535607/1_Solicitud_AVGM_Michoac_n_19-12-2014.pdf

____ (s.f.). Violencia Feminicida, Desaparición, Alertas de Violencia de Género y Acceso a la Justicia ante la CEDAW. Recuperado de

https://catedraunescodh.unam.mx/catedra/papiit/papiit14/PRESENTACION_7_dia1.pdf

Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI]. (2019). Estadísticas a propósito del día internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer (25 de noviembre). Comunicado de prensa 592/19. Recuperado de https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2019/Violencia2019_Nal.pdf

Instituto Nacional de las Mujeres [INMUJERES] (s/f). Violencia de género. Violencia contra las mujeres. Recuperado de http://estadistica.inmujeres.gob.mx/formas/tarjetas/violencia_2016.pdf

Instituto Politécnico Nacional [IPN] (2012). Violentómetro. Recuperado de ipn.mx/genero/materialesdeapoyo/violentometro.html

Kubler-Ross E. y Kessler D. (2006). Sobre el duelo y el dolor. España: Luciérnaga.

Lagarde, M. (1990). Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas. 2da ed. México: Siglo XXI.

Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (LGAMVLV). Diario Oficial de la Federación, 01 de febrero de 2007 (última reforma: 14 de abril de 2020).

Lugo, C., Guerrero, N., Castañeda, M., Gámez, N., Martínez, I.I. & Padilla, J. (2016). Resiliencia y factores de riesgo en estudiantes universitarios al inicio de su formación profesional. Revista de Enfermería del Instituto Mexicano del Seguro Social, 24(3), 171-176.

Martínez, M. (s.f.) Resiliencia y buen trato: un proyecto de todas y todos. Facultad de Psicología, UNAM. Recuperado de https://portalacademico.cch.unam.mx/sites/default/files/conferencia_resiliencia_y_buentrato.pdf

Secretaría de Gobernación SEGOB (2016). Declaratoria de Procedencia respecto a la Solicitud de Alerta de Violencia de Género contra las Mujeres para el estado de Michoacán. Recuperado de

https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/108431/Declaratoria_Michoac_n_1.pdf

Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública [SESNSP]. (2020) Información sobre violencia contra las mujeres (Incidencia delictiva y llamadas de emergencia 9-1-1). Recuperado de: https://drive.google.com/file/d/1GvyelfjdWBV9f_ZOb_sZRwuPiMGBaVR

Universitat de Barcelona (s.f.) Teoría de la indefensión aprendida. Barcelona. Psicología Ambiental. Recuperado de http://www.ub.edu/psicologia_ambiental/unidad-4-tema-8-4-2