



UNIVERSIDAD NACIONAL DE ROSARIO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

TRABAJO INTEGRADOR FINAL

Propuesta de intervención en el campo profesional

“Construir vínculos de apoyo. Un abordaje grupal de la violencia de género a través de la Terapia Gestalt”

Alumna: Zanardi, Florencia

Legajo: Z-5091/1

DNI: 39686468

Docente responsable: Aguilar, Ana

-2024-

Agradecimientos

A mi mamá y a mi papá, por su amor y su apoyo incondicional a lo largo de los años, y por enseñarme a nunca rendirme.

A mi hermana, por brindarme un abrazo siempre que lo necesitaba.

A mis amigas y amigos, por acompañarme en cada paso y brindarme su apoyo en más

de una ocasión.

A los docentes Juan y Ana, quienes me apoyaron en la etapa final, gracias por su paciencia y sus valiosos consejos.

A la universidad pública, por despertar mi curiosidad, enseñarme el valor del esfuerzo y, sobre todo, darme el regalo más grande: la amistad. Una aliada que debemos defender y valorar, porque nos brinda las herramientas necesarias para crecer, aprender y transformar nuestra realidad.

Por último, un agradecimiento especial a Juliana, mi psicóloga, quien me inspiró a descubrir la pasión por esta hermosa profesión.

Índice

Resumen 3 Palabras clave 3 Presentación del problema 4 Denominación del proyecto 6 Descripción de la comunidad destinataria de la intervención 7 Descripción y justificación de la propuesta 8 Objetivos 12 Determinación de las acciones que se proponen realizar

1. Introducción 15 Preparación del grupo y de las coordinadoras 15 2. Desarrollo de la exploración vivencial 16 3. Integración de las vivencias y conclusiones 16 4. Cierre de la experiencia 17 **Recursos materiales y humanos necesarios 18 Conclusiones 19 Referencias bibliográficas 20**

Resumen

Este Trabajo Integrador Final presenta una propuesta de intervención grupal para abordar la violencia de género desde la Terapia Gestalt. Se define la violencia contra las mujeres como cualquier conducta, ya sea por acción u omisión, que afecte su vida y dignidad, generando una relación desigual de poder. En Argentina y América Latina, las alarmantes cifras de femicidios destacan la urgencia de implementar políticas efectivas para la prevención y asistencia a las víctimas. La propuesta se centra en un espacio comunitario en San Lorenzo, que ya brinda apoyo legal y emocional a mujeres en situaciones de violencia, pero carece de un enfoque en la recuperación subjetiva. Para ello, se sugieren cinco talleres quincenales que fomenten el autoconocimiento y la expresión emocional, elementos centrales de la Terapia Gestalt. Estos talleres buscan crear un ambiente seguro y de apoyo, facilitando la construcción de vínculos entre las participantes. Se piensa un dispositivo con un máximo de doce mujeres, coordinado por dos psicoterapeutas voluntarias. No se sigue un programa rígido, sino que se trabaja de manera flexible, abordando las temáticas que surjan en el grupo. La finalidad es potenciar las capacidades de las participantes, promoviendo una vida más plena y saludable.

Palabras clave: Violencia de género - Gestalt - trauma - taller gestáltico - vínculos de apoyo. 3

Presentación del problema

El presente Trabajo Integrador Final tendrá como tema el abordaje grupal de la violencia de género desde el enfoque de la psicoterapia gestáltica. Se procederá bajo la modalidad de una propuesta de intervención en el campo profesional.

Se entenderá por violencia contra las mujeres toda conducta, por acción u omisión, basada en razones de género que, de manera directa o indirecta, tanto en el ámbito público como en el privado, basada en una relación desigual de poder, afecte su vida, libertad, dignidad, integridad física, psicológica, sexual, económica o patrimonial, participación política, como así también su seguridad personal (Ley 26485, 2009).

En Argentina y en la región de América Latina se presentan altos niveles de violencia por motivos de género y alarmantes cifras de femicidios. Los reclamos y demandas de los movimientos de mujeres constituyen uno de los fenómenos más visibles de la dinámica social y política, poniendo en agenda la necesidad de implementar políticas públicas más eficaces en relación a la prevención de las violencias por motivos de género y de asistencia y protección de

aquellas personas que las atraviesan. La legislación de nuestro país ha hecho avances con la sanción de la Ley 26485 de “Protección Integral para Prevenir, Sancionar y Erradicar las Violencias contra las Mujeres en los ámbitos en que Desarrollen sus Relaciones Interpersonales”, que allanó el camino para sancionar a los victimarios y ha incentivado la ruptura del silencio, motivando a las víctimas a realizar las denuncias correspondientes, siendo plenamente respaldadas en el ámbito legal.

Por otra parte, en la ciudad de Rosario se implementó la medida del teléfono verde, que funciona como una línea municipal rotativa, gratuita y de atención profesional que trabaja los 365 días del año para brindar asesoramiento, acompañamiento y contención a las víctimas. Este es atendido por psicólogas, trabajadoras sociales y abogadas que ofrecen una "escucha activa", orientan y brindan ayuda profesional a todas las mujeres que sufren violencia de género e incluso a personas allegadas, que llaman para pedir asistencia o asesoramiento. La línea 144 también funciona como otra opción, en este caso a nivel nacional.

En lo que se refiere a la existencia de dispositivos y recursos disponibles con los que se cuenta en ciudades aledañas, se destacó en particular la labor realizada por los miembros de una organización no gubernamental que servirá como punto de partida para el desarrollo de la presente propuesta. Esta opera actualmente en la ciudad de San Lorenzo, como un espacio donde se brindan charlas informativas de diversos temas de interés para la comunidad (marketing digital, mujeres obreras, emprendedores, etc.), impartidos por distintos profesionales que no necesariamente forman parte de dicha entidad. Del mismo modo, se ofrece como un lugar de atención y contención para aquellas mujeres, de todas las edades, que se encuentran atravesando situaciones de violencia y no cuentan con otro lugar a donde acudir.

La tarea que realizan los miembros de la institución consiste, por un lado, en escuchar el decir de las mujeres y alojar los pedidos de ayuda. Por otro lado, ofrecen asesoramiento respecto del marco legal y acompañamiento para llevar a cabo una denuncia, en caso de que así lo soliciten. En este accionar particular, se evidencia que el acento está puesto en el acompañamiento legal individual, quedando en suspenso el planteamiento de la recuperación subjetiva de las mujeres. Esto se debe a que la institución no cuenta con el sustento económico suficiente para contratar profesionales especializados en Psicología que puedan encargarse de esa tarea.

Por esta razón, en el presente escrito se sugiere crear e implementar un dispositivo que incluya cinco talleres, los cuales se desarrollarán en ese espacio, siguiendo las pautas de la Terapia Gestalt. La misma posibilita la apertura del propio mundo interno, favorece el autoconocimiento, la toma de conciencia y la expresión de los propios sentimientos, pensamientos y emociones. Proporciona un espacio tranquilo y seguro donde poder hablar de

4

sí mismo y ampliar la visión sobre lo que está ocurriendo en el momento presente. La finalidad última de este enfoque es que cada persona sea capaz de apoyarse en sus propias capacidades y recursos desde una conciencia de sí mismo, logrando una vida más saludable y plena. (Zinker, 2000).

En cuanto a la revisión de antecedentes teóricos sobre el tema, se identificó, por un lado, una tesis de la Universidad Católica de Salta que explora las evitaciones de contacto en la experiencia de mujeres en situación de violencia de género, enfocándose en el proceso terapéutico individual para su recuperación (Flores, 2018). Por otro lado, se resalta una investigación que aborda el trauma en mujeres que han padecido violencia de género en el contexto conyugal, utilizando la psicoterapia gestáltica (Huarachi, 2022). De esta última se tomará la noción de trauma desde esta perspectiva para la elaboración de la propuesta actual. No obstante, como resultado de esta búsqueda se evidenció una gran cantidad de artículos que

abordan la problemática desde enfoques tanto individuales como grupales, sin considerar la creación de talleres, que es lo que se pretende desarrollar a continuación.

Por lo tanto, en el Trabajo Integrador Final se desarrollará una propuesta que incluya la elaboración de un dispositivo que consista en cinco talleres con las mujeres que sufren violencia de género y acuden a la sede de la organización anteriormente nombrada. Se propondrá la realización de encuentros de frecuencia quincenal que podrían tener lugar en una sala equipada y que se encuentre disponible, dentro del establecimiento con el que cuenta la institución. Por cuestiones relacionadas al espacio, el número de miembros se limitará a un máximo de doce personas.

Además, se contará con la coordinación de dos psicoterapeutas con formación en el enfoque de la terapia gestáltica, que brindarán sus servicios ad honorem. Esto se debe a una característica de la organización: los profesionales ofrecen sus servicios a la comunidad de manera no remunerada. Por otra parte, el horario de los encuentros será pautado por las terapeutas de acuerdo a su disponibilidad, y tendrán una duración de dos horas como máximo.

Para finalizar, en cuanto a las acciones a realizar, no se pretenderá cumplir con un programa específico de tareas a lo largo de la experiencia, sino apuntar a la construcción de vínculos de apoyo, como bien se menciona en el título de este trabajo. Por lo tanto, se procederá de forma desestructurada, trabajando y partiendo de las problemáticas o temáticas que las participantes pongan en juego.

Denominación del proyecto

La modalidad del presente trabajo final es la de una propuesta de intervención en el campo profesional y se denomina: "Construir vínculos de apoyo. Un abordaje grupal de la violencia de género a través de la Terapia Gestalt".

Descripción de la comunidad destinataria de la intervención

La presente propuesta de intervención está dirigida a mujeres de la ciudad de San Lorenzo y alrededores que se hayan acercado a la ONG anteriormente nombrada, para solicitar

acompañamiento por vivir situaciones de violencia de género. El primer nivel de atención con el que cuenta la ciudad es la Subsecretaría de la Mujer, Niñez, Adolescencia y Discapacidad, donde profesionales psicólogas, trabajadoras sociales y encargadas de niñez reciben, evalúan y tratan los casos de manera interdisciplinaria. A su vez, dicha institución trabaja en conjunto con la Secretaría de Trabajo de la Municipalidad y la comisaría regional.

En caso de que los profesionales encargados de seguir los casos lo consideren necesario, pueden derivar a las víctimas a un espacio de encuentros grupales que funciona dos veces por semana, en la casa refugio con la que cuenta la institución. Allí las coordinadoras, ambas psicólogas, ayudan a las mujeres a tratar cuestiones relacionadas fundamentalmente con el seguimiento de la denuncia y la búsqueda de trabajo, ya que el principal problema que afrontan las mujeres en estos casos es el desamparo económico, una vez que deciden abandonar a su agresor. Si bien, este espacio de escucha es ofrecido de forma regular desde la subsecretaría, la mayoría de las mujeres se muestran reacias a asistir a dichos encuentros por creer que se trata de una consulta psicológica en la cual deberán exponer sus intimidades ante personas desconocidas.

La organización sobre la cual se pretende intervenir, en sus inicios y sin un local físico, apoyaba varios comedores en diferentes barrios de la ciudad. Con el establecimiento de su sede, y a pedido de quienes asistían a esos comedores, empezaron a invitar a profesionales para ofrecer charlas informativas sobre temas prácticos para la comunidad, como el uso de redes sociales o el impulso de emprendimientos. También se llevaron a cabo ferias de artesanías, priorizando la participación de estas personas. Así, se fue forjando la idea de que la organización siempre tendría las puertas abiertas para atender las inquietudes de la comunidad. Con el tiempo, varias mujeres que asistían a estas actividades tomaron conocimiento de que las coordinadoras de la ONG tenían una sólida formación en perspectiva de género. Ante la falta de otros recursos para abordar la violencia en la localidad, comenzaron a acercarse espontáneamente para compartir las situaciones que estaban viviendo. De este modo, sin una intención inicial, se generó un espacio informal donde las víctimas no sólo podían recibir orientación sobre el marco legal de sus denuncias, sino también encontrar un lugar seguro para desahogarse sin temor a ser juzgadas. Por lo tanto, es fundamental que estas mujeres se sientan cómodas al acudir a un espacio que ya consideran seguro.

Además, se estima que ajustarse a los plazos del sistema de salud pública podría resultar complicado para ellas, debido a la dependencia económica mencionada anteriormente y al prolongado tiempo de espera para recibir atención en estos servicios. Asimismo, es importante señalar que en la actualidad Argentina enfrenta serias dificultades en el ámbito de la salud, como resultado de los constantes cambios en las denominaciones de las instituciones y los recortes presupuestarios que han afectado diversas áreas, siendo una de las más perjudicadas la que es de interés para la presente intervención.

En el presente escrito se propone la creación e implementación de un dispositivo que esté conformado por cinco talleres dirigidos a mujeres que han sido víctimas de violencia de género y que asisten a una organización no gubernamental en la ciudad de San Lorenzo, Santa Fe. La iniciativa de esta propuesta surge al observar la gran demanda de mujeres que solicitan acompañamiento de manera urgente en el ámbito público y la limitada disponibilidad de los profesionales con los que cuenta la Subsecretaría de la ciudad.

Ahora bien, el problema radica en que dicha organización no cuenta con profesionales del campo de la salud mental que puedan acompañarlas, como se mencionó al inicio de este trabajo. Por lo tanto, se vuelve necesaria la apertura de un espacio que resulte terapéutico y accesible para las participantes donde se posibilite la charla, el intercambio y el entendimiento mutuo para de esta manera generar nuevas experiencias.

A continuación, se pretende referenciar determinados conceptos fundamentales, que deben quedar definidos desde un primer momento para que la exposición posterior sea comprendida. Es prioritario mencionar que la violencia de género, como se definió anteriormente, es intencional y selectiva contra la víctima, y además de los objetivos individuales de cada maltratador (objetivos de control y sometimiento) obedece a fines de género de carácter global, es decir, a mantener relaciones de poder patriarcales en las cuales las mujeres se encuentren en una posición de subordinación como forma de perpetuar su organización y estructura a lo largo del tiempo. Esto nos ubica frente a la interpretación del género como una construcción cultural que contiene ideas sociales de lo que debe ser un hombre y lo que debe ser una mujer, predisponiendo a las identidades subjetivas de los sexos, como superficie fácil para la articulación de relaciones que involucren el poder a favor de los hombres y originando lo que se conoce como: violencia de género (García y Rosario, 2008).

A su vez, esta forma de violencia tiene un carácter estructural, que trasciende los comportamientos individuales y se reproduce a través de los patrones culturales y sociales; de esta manera se refleja en mayor o menor medida en las legislaciones, normas y sistemas de valores de una sociedad determinada (García y Rosario, 2008). Resulta de suma importancia señalar que es multidimensional, y por ello su distinción y delimitación en ocasiones se torna poco clara. Para poder diferenciarla y medirla en todos sus matices, se conceptualizan distintos tipos de violencia que hacen posible un mejor acercamiento a su cabal comprensión.

Según la Ley 26485 (2009), se conciben cinco tipos de violencia especialmente comprendidos en la definición del artículo precedente. La *violencia física* se emplea contra el cuerpo de la mujer produciendo dolor, daño o riesgo de producirlo, y cualquier otra forma de maltrato o agresión que afecte su integridad física. Este tipo de violencia es la más evidente, su espectro varía desde un pellizco hasta la muerte, y puede ser ejercida incluso, hasta con objetos. Es necesario mencionar que este tipo de violencia vulnera considerablemente la integridad emocional de la mujer.

Por otro lado, la *violencia psicológica* causa daño emocional y disminución de la autoestima, al mismo tiempo perjudica y perturba el pleno desarrollo personal mientras busca degradar o controlar sus acciones, comportamientos, creencias y decisiones mediante amenazas, acoso, hostigamiento, restricción, humillación, descrédito, manipulación o aislamiento. Incluye también la culpabilización, vigilancia constante, exigencia de obediencia o sumisión, coerción verbal, persecución, insulto, indiferencia, abandono, celos excesivos, chantaje, ridiculización, explotación y limitación del derecho de circulación o cualquier otro medio que cause perjuicio a su salud psicológica y a la autodeterminación (Ley 26485, 2009).

En cambio, la *violencia sexual* se refiere a cualquier acción que atente contra el derecho de la mujer a decidir de manera libre sobre su vida sexual o reproductiva, ya sea con o sin contacto genital. Esto puede suceder mediante amenazas, coerción, uso de la fuerza o

intimidación, e incluye la violación en el contexto matrimonial o en otras relaciones familiares, independientemente de la convivencia. Además, abarca la prostitución forzada, explotación, esclavitud, acoso, abuso sexual y trata de mujeres. Este tipo de violencia siempre conlleva un impacto emocional en la víctima, ya que ataca una parte muy íntima de su ser, conforme a la Ley 26485 (2009).

Asimismo la *violencia económica y patrimonial* se dirige a ocasionar un menoscabo en los recursos económicos o patrimoniales de la mujer, a través de la perturbación de la posesión, tenencia o propiedad de sus bienes; la pérdida, sustracción, destrucción, de objetos, instrumentos de trabajo, documentos personales, bienes, valores y derechos patrimoniales; la limitación de los recursos económicos destinados a satisfacer sus necesidades o privación de los medios indispensables para vivir una vida digna; la limitación o control de sus ingresos, así como la percepción de un salario menor por igual tarea, dentro de un mismo lugar de trabajo. Por último, la *violencia simbólica* es aquella que a través de patrones estereotipados, mensajes, valores, íconos o signos transmita y reproduzca dominación, desigualdad y discriminación en las relaciones sociales, naturalizando la subordinación de la mujer en la sociedad (Ley 26485, 2009).

En este sentido, se puede observar que una consecuencia inmediata es la desigualdad en la autonomía, entendida como una capacidad adquirida socialmente, entre hombres y mujeres. Esto provoca que la autonomía de las últimas se vea afectada, generando una nueva consecuencia de esta relación de poder desigual: la limitación de sus opciones y habilidades, con el objetivo de controlarlas. Son numerosos los estudios que demuestran que la mujer víctima de malos tratos sufre un proceso de aumento de inseguridad en todas las esferas de su vida, así como también disminución progresiva de su autoestima, sensación de inferioridad y fracaso respecto a su plan de vida/familia (Flores, 2018).

Ahora bien, el enfoque desde el cual se pretende trabajar, considera que la persona tiene en sí el germen para restablecer su equilibrio y bienestar permitiendo su sano desarrollo en una personalidad integrada, lo cual le permite enfrentar y superar situaciones adversas restableciendo su homeostasis (Perls, 1978). Cuando se establece una *Gestalt* se percibe una totalidad, no una serie de elementos fragmentados o componentes aislados, sino que se observan formas estructuradas que encierran una totalidad en sí misma y que no permite, salvo que se haga un esfuerzo intencional, identificar las partes que lo componen. Esta visualización en forma de Gestalt no se relaciona solamente a la percepción visual, sino que también puede organizarse en Gestalt los pensamientos y sentimientos. En el proceso de percepción, la ley de "*figura y fondo*" da cuenta de que, de un fondo indeterminado, recortamos y nos apropiamos de una figura determinada, y de esta manera como sujetos nos relacionamos con el mundo. Como cuerpo/organismo, tenemos y captamos necesidades fisiológicas, procesos internos y estímulos externos que deben ser atendidos. Estos se manifiestan como figuras que atraen nuestra atención en momentos específicos. A través de nuestro entorno, que actúa como fondo, seleccionamos lo que nos ayudará a satisfacer esas necesidades, basándonos en nuestros conocimientos previos y experiencias pasadas. Captar nuestras necesidades, diferenciarlas/recortarlas, hacerlas figuras a través de la percepción y satisfacerlas; son etapas de un continuo proceso denominado homeostasis (Perls, 2013).

Al abordar el concepto de violencia de género desde esta perspectiva terapéutica, se piensa que las situaciones que afrontan estas mujeres implican un *trauma*. Se entiende a este como una Gestalt inconclusa que obstaculiza e interrumpe la capacidad de autorregulación orgánica de la persona, lo que dificulta la asimilación de nuevos aprendizajes que permitan su crecimiento (Díaz y Francisco, 2017). Los asuntos inconclusos suelen estar acompañados de

experiencias profundamente dolorosas con personas emocionalmente significativas, y que además se encuentran cargadas de mucha emoción, debido a que los sentimientos no han sido expresados de manera oportuna y congruente con la necesidad en el momento en el que surgieron. Este dolor crea una barrera (cicatriz emocional) que impide el contacto con la

9

experiencia traumática, pero a su vez también bloquea el contacto con las experiencias novedosas (nutricias) que surgen en la experiencia presente, provocando que la persona desarrolle un estilo de vida poco auténtico debido a la limitación de conciencia en el presente (Díaz y Francisco, 2017). Como consecuencia de esto, se piensa a la conducta de sumisión como una estrategia de adaptación y supervivencia, ya que la mujer que sufre violencia no cree que sea posible otra forma de vida. Al mismo tiempo, estas mujeres construyen conductas de dependencia con ese otro del cual depende su vida, a tal punto que se produce un aislamiento y abandono de los grupos de pertenencia por fuera de ese vínculo violento (Díaz y Francisco, 2017). Asimismo, se incorporan en este trabajo los conceptos de “*aquí y ahora*” y “*darse cuenta*”, como aspectos que se utilizan en la metodología de trabajo para abordar la problemática a tratar, los cuales se van a desarrollar a continuación.

En esta psicoterapia se trabaja en el presente, en el aquí y el ahora; este es un concepto funcional que se refiere a lo que el organismo “está haciendo” en el momento presente, ya que el cerebro crea cambios sólo a partir del presente. Incluye las vivencias, recuerdos e ideas que están ocurriendo en ese momento. Por lo tanto, se consideran los elementos pasados o futuros que pueden ser significativos desde la perspectiva del presente; la persona observa desde la experiencia presente cómo esas experiencias pasadas incompletas que le afectaron van surgiendo y las vuelve a experimentar; se promueve que las viva nuevamente para que las asimile y cierre esa Gestalt con los recursos que tiene en ese momento (Naranjo, 1989).

El terapeuta, por su parte, fomenta en el paciente la comprensión más profunda de su propio aquí y ahora, y facilita que encuentre sus propios elementos para ampliar su conciencia y lograr el cambio. Simultáneamente, se fomenta en el paciente la toma de conciencia (darse cuenta) de su propia capacidad y autosuficiencia para identificar las figuras y establecer de qué manera puede, él mismo, encontrar los elementos que le ayuden a lograr el cambio interior que requiere (Naranjo, 1989). El darse cuenta es una forma de vivenciar. Es el proceso de estar en contacto/alerta con el evento más importante del campo individuo/ambiente, con total apoyo sensorio-motor, emocional, cognitivo y energético. A partir de este contacto se crean totalidades nuevas y significativas, dando lugar a una integración del problema (Yontef, 1997).

A su vez, existen diversas técnicas orientadas a que la persona entre en contacto con sus sensaciones y percepciones tanto internas como externas. Esta percepción de sí mismo en interacción con lo demás, y la capacidad de aislarse y volverse a relacionar en un proceso dinámico, permite a la persona estar integrada y en equilibrio. Cada persona conoce su organismo, sus necesidades y la forma de satisfacerlas, esto lo orienta a responsabilizarse de sí mismo y a establecer un continuo de conciencia (Robine, 1997). Por ende, se enfatiza la toma de conciencia, pues se considera que es en este aspecto donde surgen los conflictos, en la aceptación o no aceptación de lo que la persona está percibiendo de sí mismo y de la situación en la que se encuentra inmerso. En el proceso de darse cuenta se prioriza el “cómo”, el “qué” y el “para qué”, sobre el “por qué”. Debido a que existe una policausalidad en el actuar de las personas, concentrarse en intentar identificar una o varias causas, a través de responder el por qué, impide a la persona centrar su atención y observación en la acción misma (Perls, 2013).

Retomando el tema de interés, la mujer que ha sufrido situaciones de violencia ha aprendido a lidiar con esta experiencia emocional a través de un patrón relacional rígido y

estereotipado. La psicoterapia Gestalt busca que, a través de la creación de talleres, las personas puedan abrirse al juego y a la exploración vivencial sin exigencias. De esta manera, cuando nos damos la oportunidad de explorar una situación imaginaria, con nuestro cuerpo y nuestra acción, las posibilidades de autodescubrimiento se multiplican (Carabelli, 2013). En este punto, se vuelve fundamental una vez más el rol del psicoterapeuta, el cual crea una atmósfera que promueve la libre comunicación e interacción, pero su interés primordial se centra en la conducta y los sentimientos inmediatos. Su herramienta básica consiste en

10

exponerse él mismo como ser humano auténtico, afirmando su identidad singular en un enfrentamiento constante con el grupo sin dejarse llevar indiscriminadamente por sus sentimientos. No es una persona impulsiva, sino que se expresa en consonancia con lo que beneficie al proceso terapéutico (Yontef, 1997). Con su presencia e intervenciones, participa en la co-creación de experimentos que atienden de forma específica a la necesidad emergente en el aquí y ahora del paciente y al proceso de frontera inflexible que obstaculiza el contacto con la emoción. Cuando la emoción surge y es expresada de manera espontánea, la necesidad de la persona queda develada en el aquí y ahora. Es ahí cuando la persona, con el apoyo del psicoterapeuta, se aproxima al dolor para contactar con la necesidad, hasta que llega a un punto donde se logra satisfacerla, al atender la experiencia pasada vivenciada en el presente (Perls, 2013).

Con todo lo anterior, se cree que este tipo de intervención permitirá a las mujeres que han experimentado violencia de género el ir superando gradualmente la rigidez en sus acciones, expandiendo su nivel de conciencia y resignificando las diversas experiencias que han vivido, convirtiéndolas en un recurso valioso en el presente, a pesar de su dolor. Se espera que, a través de estos talleres, las mujeres víctimas logren mejorar notablemente su calidad de vida, al contar con un espacio para compartir sus sentimientos, inquietudes y pensamientos con otras mujeres en situaciones similares. Esto no solo les facilitará la posibilidad de realizar denuncias legales, sino que también las ayudará a reconstruir progresivamente los vínculos sociales que se vieron obligadas a dejar atrás.

La elección de la modalidad presentada se basa en que un *taller gestáltico* ofrece una experiencia que, en un corto periodo, permite explorar un tema con cierta profundidad. Se trata de un espacio vivencial, diseñado para la experimentación, a diferencia de una charla o un espacio de reflexión. Estos talleres son oportunidades para explorar un área o tema específico, desarrollándose en un tiempo limitado (horas de trabajo) y con un número determinado de participantes. Las actividades propuestas fomentan la exploración de las capacidades individuales mediante juegos, dramatizaciones o ejercicios concretos. Así, se brinda la oportunidad de ensayar nuevas conductas, permitiendo que las personas se descubran en situaciones experimentales (Carabelli, 2013). En este tipo de experiencias, se abordan una amplia variedad de temas, desde emociones hasta situaciones cotidianas, lo que permite que las actividades grupales enriquezcan a todos los participantes a través de la interacción.

En este punto, se resalta la importancia de la grupalidad como apalancador del proceso individual, como medio para compartir experiencias, resonar en el otro e identificar aspectos aceptados y rechazados de uno mismo, asimilarlos e integrarlos para usarlos de manera funcional como autoapoyo. Cada uno resuena con sus situaciones personales inconclusas o con su propia sensibilidad, de este modo cuando una persona se abre al dolor profundo moviliza esa emoción en sus compañeros y también sentimientos compasivos, sumamente reparadores (Carabelli, 2013). La empatía emocional abre canales de encuentro que nos acercan afectivamente, reforzando los vínculos entre sí. El darse cuenta gestáltico es la herramienta que se utiliza durante la exploración, es decir, la propuesta es que cada persona

descubra lo que le es posible hacer, sin que nadie lo interprete o lo enjuicie (Carabelli, 2013). Esto es justamente lo que necesitan las mujeres que han sufrido situaciones de violencia, a quienes se aisló sistemáticamente de sus distintos grupos de pertenencia.

Para concluir, se considera que la recuperación no se limita a sobrevivir al dolor causado por el trauma, sino que implica construir nuevos procesos relacionales que garanticen un modo de vida más saludable. En este contexto, la importancia de los vínculos de apoyo se vuelve fundamental, ya que contar con redes sólidas y comprensivas puede facilitar el proceso de sanación. Estos vínculos no sólo proporcionan un sentido de pertenencia y seguridad, sino que también fomentan el intercambio de experiencias y recursos, lo que permite a las personas sentirse acompañadas en su camino hacia la recuperación.

11

Objetivos

Objetivo general:

- Proponer la conformación de talleres para el abordaje de la violencia de género, desde la perspectiva gestáltica, con mujeres de una Organización No Gubernamental (ONG) de la ciudad de San Lorenzo, Santa Fe.

Objetivos específicos:

- Reforzar la autoestima y seguridad de las mujeres participantes.
- Desarrollar competencias comunicativas que les permitan mantener relaciones personales asertivas.
- Propiciar el aprendizaje en conjunto, creando una red de apoyo social y estableciendo lazos afectivos y sociales desde la perspectiva de la psicoterapia grupal gestáltica.

Determinación de las acciones que se proponen realizar

A partir de lo desarrollado en el apartado de la justificación del presente trabajo, las acciones que se proponen realizar durante los talleres de violencia de género reflejarán lo recopilado de los distintos autores, en consonancia con la experiencia llevada a cabo durante las Prácticas Profesionales Supervisadas en el área Gestalt. En primera instancia, se deberá tener conocimiento de la cantidad de mujeres a las que les interesa participar de esta experiencia para proceder con el armado de los grupos, ya que según Yalom y Vinograd (1996) el tamaño óptimo para desarrollar actividades grupales que permitan a los miembros compartir mutuamente sus experiencias va desde un mínimo de cuatro o cinco hasta un máximo de doce participantes. No existe otro criterio específico para tal división más que la disponibilidad del espacio con el que se cuenta, ya que la comodidad es prioritaria para el desarrollo de las actividades.

Los requisitos para participar incluyen haber vivido situaciones de violencia de género y residir en la ciudad de San Lorenzo. Una vez cumplidos estos criterios, se informará a cada persona el día y horario de los encuentros, que serán establecidos por las psicoterapeutas a cargo de los talleres según su disponibilidad. La modalidad será abierta, lo que significa que las participantes podrán variar en cada encuentro, y será de carácter participativo, ya que las mujeres podrán proponer los temas a abordar. Serán cinco talleres de dos horas de duración, de frecuencia quincenal. Esto abarca un período de dos meses y medio, incluyendo los meses de marzo, abril y mayo. Al respecto, Yalom y Vinograd (1996) contemplan que la duración de cada encuentro debe ser de entre sesenta y ciento veinte minutos. Son necesarios al menos veinte minutos para realizar el caldeamiento del grupo y sesenta para abordar los temas más importantes que vayan surgiendo. Alrededor de las dos horas se puede notar un decrecimiento en el rendimiento del grupo, que comienza a fatigarse y se vuelve repetitivo. Por otro lado, si las participantes muestran suficiente interés, se podría considerar volver a ofrecerlos en la segunda mitad del año.

El enfoque principal a tratar será la creación de vínculos de apoyo. Se sugiere trabajar con los siguientes indicadores: la presentación de la historia personal, pareja y familia. ¿Quién soy yo?; a partir de mis experiencias, ¿cómo me relaciono con los demás?; autopercepción. ¿Cómo me veo a mí mismo?; conexión conmigo y mis necesidades. ¿Soy capaz de reconocer lo que necesito en el aquí y ahora?; empoderamiento y vínculos. Una nueva perspectiva.

Para abordar los diferentes aspectos mencionados, el terapeuta gestáltico dispone de una amplia variedad de recursos y técnicas que facilitan la conexión entre el cuerpo y las emociones, permitiendo así el acceso al ser auténtico de cada individuo. Según Carabelli (2013), cuando el terapeuta sugiere un juego, ejercicio o actividad improvisada, parte de una hipótesis sobre lo que está sucediendo y propone un trabajo en conjunto que ayuda a explorar y expandir la conciencia del grupo, fomentando una mejor comprensión de la dinámica presente. Entre los ejercicios tradicionales que pueden incorporarse en estos talleres se encuentran los juegos de acercamiento y distanciamiento, los cuales permiten a las participantes explorar tanto sus temores como sus deseos de conectar con las demás. Además, las coordinadoras pueden proponer fantasías guiadas para enriquecer la conciencia emocional del grupo; estas pueden ser de tipo regresivo, para revivir emociones no resueltas, o proyectivo, con el objetivo de examinar motivaciones y bloqueos. Estas dinámicas facilitan el trabajo sobre las resistencias de manera simbólica, ayudando a desactivar defensas.

Otra opción es el ejercicio del "Mapa Corporal de Emociones", que tiene como propósito ayudar a los participantes a reconocer cómo las emociones se reflejan en sus cuerpos. Se les invita a identificar emociones recientes (como tristeza, enojo, miedo o alegría) y compartirlas en voz alta. Posteriormente, se les pide cerrar los ojos y, mientras se mencionan las emociones,

13

señalar o tocar las partes del cuerpo donde sienten esas sensaciones. Este ejercicio se realiza de manera libre y sin juicio, con el objetivo de explorar la manifestación física de las emociones. Finalmente, se puede utilizar la "Caja de Recursos", en la que cada participante escribe en una tarjeta un recurso personal (una cualidad, habilidad o apoyo significativo en su vida) que considera importante. Las tarjetas se colocan en la caja, y cada persona puede sacar una al azar para leerla, reflexionando sobre cómo ese recurso podría ser útil en momentos de dificultad. Las participantes pueden abrir un espacio para compartir cómo podrían apoyarse mutuamente utilizando esos recursos.

Por lo general es la escucha atenta lo que va a devenir en experimentos adecuados al momento. Las técnicas ayudan y son parte importante del proceso terapéutico, pero el

profesional no debe confundirse y transformarse en un demostrador de técnicas; por el contrario, debe mantener su rol de guía y ser un experto en utilizarlas, para lograr que sirvan a su propósito, no olvidando que son sólo herramientas para la expresión (Varas, 2012). En este caso, la pareja psicoterapéutica tiene vía libre para dialogar entre sí e implementar aquellas actividades, juegos y experimentos que crean convenientes en cada momento del proceso, sin perder de vista la recepción del grupo y las necesidades que surjan. Las coordinadoras necesitan ser lo suficientemente creativas como para cambiar el rumbo en cualquier momento y de esta manera transformar las propuestas si el efecto no es el adecuado.

En cuanto a la estructura general, cada taller debe seguir una secuencia básica para asegurar su adecuado desarrollo. Según Carabelli (2012), esta secuencia debe incluir: una introducción, un desarrollo de exploración vivencial, la integración de las experiencias vividas y conclusiones y finalmente el cierre de la experiencia.

1. Introducción

En primer lugar, durante la apertura del taller se necesitan crear las condiciones más favorables para la experiencia que tendrá lugar más adelante. Para ello, se esclarecerá el objetivo de este taller junto con una breve explicación del trabajo que se realizará. Es muy importante crear un clima de seguridad psicológica que permita a las integrantes sentirse confiadas en que van a poder abrirse a sus emociones. Se darán las consignas básicas que se utilizarán durante los encuentros, y al mismo tiempo se las estimulará a deponer sus exigencias o críticas para que aparezca más fácilmente lo propio y desconocido (Carabelli, 2012).

Las consignas básicas que tendrán que tener presentes en todo momento son:

- Estar en el presente.
- Privilegiar el sentir sobre el pensar. Abrirse a los sentidos y soltar los pensamientos. ● Hablar en primera persona (autoexpresión), para facilitar el hacernos cargo de nosotros mismos.
- Describir sin criticar la experiencia que tenemos.
- No enjuiciar a las compañeras.
- Abrirse a las propuestas y dejar la evaluación para el final del taller.
- Suprimir las expectativas para poder entregarnos a la experiencia “tal como surge”. De

todas ellas, el estar en el presente es la más importante, pues esta experiencia se desarrolla en el “aquí y ahora” al igual que la vida, y captar ese instante nuevo e irreplicable ofrece la posibilidad de producir una respuesta absolutamente inédita. En esa brecha se tiene la oportunidad de cambiar patrones antiguos de conducta por una creación espontánea. A su vez, la interpretación de las conductas propias o ajenas suelen bloquear la participación o crea malos entendidos que distorsionan el espíritu de descubrimiento (Carabelli, 2012). Por lo tanto, desde el comienzo se hará énfasis en la suspensión del juicio en este sentido.

Preparación del grupo y de las coordinadoras

El *caldeamiento*, como parte fundamental de todo ejercicio, es la preparación psicocorporal que se realiza con un paciente o grupo, con el fin de facilitar la participación en un trabajo posterior, presuntamente de mayor compromiso y profundidad. Es bueno pensar al caldeamiento como un puente que conduce al grupo desde el estado inicial (a veces muy frío) hasta las puertas de la experiencia central. Hay varios caldeamientos posibles y la elección de

su tipo y nivel depende del individuo o grupo y de la tarea posterior hacia la cual se pretende dirigir (Carabelli, 2012). En esta propuesta en particular, se propondrá un ejercicio que ayude a relajar el cuerpo y a centrarse en el momento presente. Esto es especialmente importante, ya que las participantes realizarán actividades que podrían generar cierta incomodidad. Por ejemplo, se les invita a moverse libremente por la sala, balanceando los brazos, estirándose y practicando respiraciones profundas, inhalando y exhalando con algún movimiento. Otra opción será que elijan una palabra que refleje cómo se sienten en este momento. Se les pedirá que piensen en esa palabra en silencio y luego la compartan.

Por otro lado, Carabelli (2012) expresa que el caldeamiento del coordinador es muy importante pues debe aflojarse, conectarse y sintonizarse con la tarea que va a proponer al grupo. Las psicoterapeutas, en este caso, deberán llegar al lugar un tiempo antes para aclimatarse, registrar su relación con el ambiente y entre sí. Observarán la luz, así como la temperatura del lugar y se preguntarán “¿hace calor para el trabajo corporal que haremos?” “¿Es muy intensa la luz que entra por la ventana?”. Cada una llevará a cabo su propia relajación soltando sus exigencias y conectando con el presente. A su vez, tendrán la tarea de preparar el espacio; es necesario ubicar las sillas en forma circular para que todas puedan verse y corroborar la presencia de los materiales que se necesiten en cada ocasión (incluyendo lápices y papeles, comida, bebida, entre otros).

2. Desarrollo de la exploración vivencial

Esta será la parte central del encuentro, donde las terapeutas propondrán los trabajos o experiencias al grupo para explorar el tema del que se trata el taller. Es importante que haya coherencia entre su título, la experiencia central y las preguntas de la integración; esto le da un hilo conductor que une la experiencia como un todo (Carabelli, 2012).

Aunque no hay reglas estrictas ni prohibiciones para su organización, existen ciertas pautas que facilitarán su correcta implementación. Una de ellas es la exploración vivencial, que puede consistir en una actividad única o en varias que estén interrelacionadas. La diversidad de ejercicios depende de la creatividad de las terapeutas.

Las experiencias serán lo más sencillas posible, con instrucciones claras y concisas, presentándose una a la vez antes de avanzar a la siguiente (Carabelli, 2012). Se realizarán ensayos previos para ajustar aspectos como la duración. Es preferible llevar a cabo menos actividades con pausas adecuadas que intentar realizar muchas sin permitir la adecuada asimilación de lo aprendido (Carabelli, 2012). Además, será fundamental tener en cuenta lo que se genera durante los encuentros, ya que los ejercicios están diseñados para movilizar la energía, las emociones o las situaciones que causaron el trauma. En este contexto, ambas coordinadoras serán responsables de regular la intensidad de las actividades y de brindar apoyo emocional después de cada reunión.

3. Integración de las vivencias y conclusiones

Se integrarán todas las experiencias, tanto a nivel individual como en grupo, en la medida de lo posible. Esta etapa simboliza un cierre, donde se reflexionará sobre lo aprendido y se compartirán las conclusiones. No se tratará de generar nuevas situaciones, sino de que las mujeres compartan lo que vivieron durante los ejercicios.

Las dos coordinadoras formularán preguntas concretas que promoverán la síntesis de los talleres y destacarán los elementos más importantes de cada experiencia. Por ejemplo, en este caso teniendo en cuenta que el enfoque estará dirigido a la creación de vínculos, una de

las preguntas podría ser: “¿Cómo ven, a partir de la experiencia que acaban de tener, su forma de relacionarse con los demás?”, “¿qué aprendí de esta experiencia y qué me falta por aprender?” “¿qué aspectos valoro de todo lo vivido y qué descubrimientos me llevo?”, “¿Cómo ha cambiado mi perspectiva sobre el tema que tratamos después de los talleres? ¿En qué me he abierto y en qué me he cerrado?”.

El propósito de las actividades que se llevarán a cabo tendrá que ver con que la síntesis sea enriquecedora para todas, ya que las evaluaciones en grupo suelen ser muy valiosas. Compartir lo aprendido puede ser esclarecedor y complementario para quienes escuchan. Carabelli (2012) sugiere que podemos guiar la evaluación con preguntas que inviten a la reflexión, como: reconocer que estas mujeres no son las únicas que han pasado por ciertas situaciones facilita la aceptación y el reconocimiento de tu propia experiencia.

Durante este proceso, se ofrecerá un espacio para que cada una comparta su experiencia de manera libre, ya sea verbalmente o a través de una evaluación personal escrita. Esto permitirá que las vivencias queden registradas antes de que se desvanezcan. Cualquier forma de expresión será valiosa; lo esencial es aprovechar lo aprendido, aclarar posibles malentendidos y brindar apoyo emocional a quienes lo necesiten.

4. Cierre de la experiencia

El cierre de cada encuentro estará alineado con la experiencia vivida, el nombre del taller y la pregunta orientadora del paso anterior. La conclusión consistirá en una actividad vivencial, preferentemente corporal y siempre en grupo. Por ejemplo, se podrá realizar el ejercicio "Dejar y llevar". La dinámica consiste en que las participantes se pongan de pie, formen un círculo y se acerquen unas a otras, colocando la mano derecha para dar y la mano izquierda para recibir. Luego, cada una le dirá a la compañera a su derecha qué es lo que deja y a la compañera a su izquierda qué es lo que se lleva del encuentro. Otra alternativa es llevar a cabo un ejercicio de contacto corporal o deambular por el espacio, como se hizo al inicio durante la etapa de calentamiento, permitiendo que cada participante exprese lo que necesita a medida que se encuentran.

La despedida incluirá un agradecimiento mutuo y el deseo de que lo aprendido beneficie a todas de alguna manera. Esta despedida puede ir acompañada de una inhalación profunda con los ojos cerrados. Así como al inicio se invitó a cada mujer a pensar en una palabra que resumiera cómo llegaron al encuentro, en esta etapa se les pedirá que piensen y compartan con el grupo una palabra que describa cómo se van del taller. Las coordinadoras también participarán en esta actividad de cierre. Para finalizar, ambas harán los agradecimientos correspondientes al grupo por la entrega, la participación y el compromiso de todas.

Recursos materiales y humanos necesarios

Para esta propuesta será necesaria la presencia de dos psicoterapeutas, ambas mujeres, que estén especializadas en la terapia gestáltica y que actúen como coordinadoras del grupo. Se ha considerado el género de las terapeutas para crear un ambiente cómodo y seguro para las participantes, ya que una pareja mixta podría dificultar la apertura en ciertos temas. Además, contar con dos terapeutas permitirá tener diferentes perspectivas, lo que fomentará el debate y estimulará la creatividad de todas. También se invitará a profesionales de otras áreas, como psiquiatras o trabajadoras sociales, a participar como asistentes, ya que su presencia podría aportar una visión enriquecedora a los talleres.

Los recursos materiales que se necesitarán serán los siguientes: una sala disponible (cada quince días) dentro del establecimiento a cargo de la ONG; sillas para todas y mesa/tablón; comida (tanto opción dulce como salada) y bebidas (mate/café, entre otros); pañuelos descartables; lápices y papeles; materiales necesarios para cada actividad según se los requiera (cartón, lana, arcilla, pinturas, etc.) y, por último, elementos para la limpieza posterior. Estos se irán definiendo sobre la marcha, de acuerdo a los ejercicios que se propongan en cada encuentro.

Conclusiones

En el presente trabajo se propuso una intervención grupal a través de talleres, orientada al abordaje de la violencia de género desde la Terapia Gestalt. Se buscó ofrecer un espacio seguro y de apoyo para mujeres que habían sido víctimas de este tipo de violencia, particularmente en la ciudad de San Lorenzo. La propuesta surgió como respuesta a la urgente necesidad de intervención ante el alarmante contexto de violencia contra las mujeres en la ciudad de San Lorenzo y alrededores, donde persistía una notable carencia de recursos psicológicos accesibles que respaldaran a las víctimas en su proceso de recuperación subjetiva.

En este sentido, el trabajo planteó la puesta en marcha de cinco talleres quincenales, con un límite de doce participantes, coordinados por dos psicoterapeutas voluntarias con formación en Gestalt. Los talleres fueron ideados para brindar un espacio de autoconocimiento y expresión emocional, siguiendo una metodología flexible y abierta, adaptada a las necesidades que surgieran en las dinámicas grupales sin apegarse a un programa rígido. Se pretendió que este ambiente de respeto y empatía promoviera la creación de vínculos

significativos y redes de apoyo entre las mujeres, con el objetivo de reconstruir su autoestima y bienestar. Esta modalidad podría posibilitar que las participantes reconstruyeran su red de relaciones personales y sociales, las cuales muchas veces son limitadas o deterioradas a raíz de la violencia sufrida. A través de estas experiencias compartidas, las mujeres podrían reconocer que no están solas, fortaleciendo así un sentido de pertenencia y comunidad esencial para su proceso de sanación. La propuesta no solo se centró en la recuperación emocional, sino que también pretende empoderar a las mujeres, alentándolas a reconocer y apoyarse en sus propias capacidades y recursos.

La elección de la Terapia Gestalt se fundamentó en su enfoque en el "aquí y ahora" y en el proceso de "darse cuenta," elementos que facilitarían a las mujeres reconectarse con sus emociones y comprender sus propias necesidades en el momento presente. A lo largo de los encuentros, las participantes compartirían sus historias personales y experiencias emocionales, sin la presión de una estructura formal, explorando sus sentimientos a través de juegos y dinámicas diseñadas para conectar el cuerpo con las emociones.

En conclusión, la propuesta de este dispositivo tuvo como finalidad ofrecer una intervención psicológica integral para mujeres que sean víctimas de violencia, contribuyendo no solo a su estabilidad emocional, sino también a la reconstrucción de vínculos de apoyo y redes sociales. Se esperó que esta intervención permita a las participantes mejorar su calidad de vida, ofreciendo un paso significativo hacia la reconstrucción de una vida más plena, libre de violencia y con un sentido renovado de pertenencia y fortaleza personal.

Referencias bibliográficas

Carabelli, E. (2013). *Entrenamiento en gestalt. Manual para terapeutas y coordinadores sociales*. Buenos Aires: Del Nuevo Extremo.

Díaz, C., y Francisco, J. (03 Febrero 2017). Psicoterapia Gestalt para el trabajo con experiencias traumáticas. Gestaltnet. Recuperado de:

<https://gestaltnet.net/gestaltoteca/documentos/articulos/psicoterapia-gestalt-trabajo-experiencias-traumaticas#:~:text=Podemos%20decir%20que%20un%20trauma,aprendizajes%20que%20permitan%20su%20crecimiento>

Flores, N. (2018). Evitaciones de contacto en la curva de la experiencia de mujeres en situación de violencia de género en la pareja. [Tesis de Grado, Universidad Católica de Salta].

Repositorio Institucional - Universidad Católica de Salta.

García, O., & Rosario, J. (2008) *Compilación sobre Género y Violencia*. México, Aguascalentense: Paimef.

- Huarachi, I. M. (2022). Abordaje del trauma en mujeres que vivieron violencia de género conyugal desde la Psicoterapia Gestáltica. [Tesis de Doctorado, Universidad Mayor de San Andrés]. Repositorio Institucional - Universidad Mayor de San Andrés.
- Ley 26485 de 2009. Ley de Protección Integral para Prevenir, Sancionar y Erradicar las Violencias contra las Mujeres en los ámbitos en que Desarrollen sus Relaciones Interpersonales. 14 de abril de 2009.
- Naranjo, C. (1989). *La vieja y la novísima Gestalt*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Peñarrubia, F. (1998). *Terapia Gestalt. La vía del vacío fértil*. Madrid: Alianza Editorial.
- Perls, F. J. (2013). *El enfoque Gestalt y testigos de terapia*. Santiago: Editorial Cuatro Vientos.
- Perls, F. J. (1978). *Terapia de grupo versus terapia individual*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Robine J. (1997). *Contacto y relación en psicoterapia*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Varas, M. (2012) *Terapia de Grupo: Manual de orientación gestáltica*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Yalom, I. D & Vinograd, S. (1996). *Guía breve de psicoterapia de grupo*. Barcelona: Paidós.
- Yontef, M. G. (1997). *Proceso y diálogo en psicoterapia gestáltica*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Zinker, J. (2000). *El proceso creativo en la Terapia Gestáltica*. México: Paidós. 19