



Mejorando nuestra relación

Guía de intervención grupal con madres víctimas de violencia de género



Mejorando nuestra relación

*Guía de intervención grupal
con madres víctimas de violencia de género*

Vanesa Bielsa Soro



Mejorando nuestra relación

Guía de intervención grupal con madres víctimas de violencia de género

Edita: Instituto Aragonés de la Mujer (IAM)

Autora: Vanesa Bielsa Soro

Colaboraciones:

Paula Velilla Cuartero

Ilustraciones: Ana Jesús Cuartero Maestro

Primera edición: 2023

© De la edición: Instituto Aragonés de la Mujer

Depósito legal: Z-1016-23

Impreso en España-Printed in Spain

Se autoriza la reproducción sin fines comerciales de los contenidos de esta publicación citando su origen

Esta guía está disponible en la página web del Instituto Aragonés de la Mujer

La violencia de género repercute en todas las personas del sistema familiar, y en especial a los y las menores, que, por su vulnerabilidad dada su edad y menor madurez cognitiva y emocional, quedan expuestos de una manera más intensa y traumática a dicha violencia. Estos niños y niñas respiran diariamente un aire cargado de tensión que les repercute de una manera negativa en su desarrollo y bienestar psicológico, personal, social y físico. No pueden escapar de las garras de la violencia directa o indirecta con la que conviven tan fácilmente así que adquieren estrategias que les ayudan a sobrevivir.

El vínculo y apego que establecen con sus madres es vital para su supervivencia, pero éste en muchas ocasiones queda dañado por la violencia.

Desde el IAM remarcamos la importancia de apoyar a las madres en el reto de la crianza ante las situaciones de violencia de género. Queremos visibilizar las necesidades de los y las menores para que tengan una mejor atención integral y puedan construir un futuro libre de violencias machistas.

Esta guía de trabajo grupal permite acercarnos a esta problemática con el fin de mejorar y reparar la relación materno-filial deteriorada, atendiendo a sus principales dificultades.

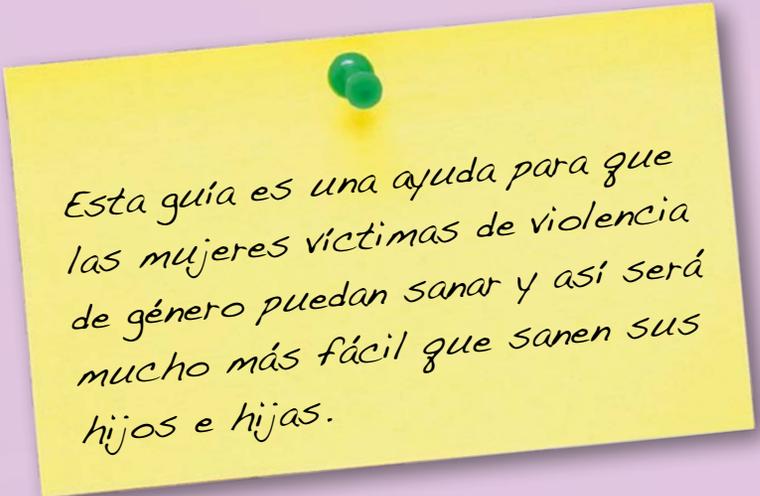
María Goikoetxea Bernad
Directora General Instituto Aragonés de la Mujer



Índice

Introducción	6
<hr/>	
Fundamentación teórica	
1. ¿Cómo me siento conmigo misma y con mis hijos/as tras el maltrato de mi pareja?	12
2. ¿Cómo ha podido repercutir lo vivido en casa en mis hijos/as?	24
3. ¿Qué puedo hacer o decir yo como madre, que les ayude a comprender y superar lo que pasó?	36
4. ¿El vínculo con mi hijo/a se habrá dañado? Reconstruyendo el apego	44
5. ¿Le hablo de su padre? ¿Cómo?	54
6. Tengo miedo a poner límites y a veces yo también soy agresiva	62
7. ¿Mi hijo va a ser como su padre? Y, ¿mi hija va a permitir que los hombres le agredan?	70
8. ¿Cómo afronto las visitas con su padre? ¿Debo preparar a mi hijo/a? Tengo miedo a que les pase algo	78
<hr/>	
Metodología	
9. Consideraciones metodológicas generales	90
<hr/>	
Anexos talleres	
Taller 1 (primera y segunda parte)	96
Taller 2 (primera y segunda parte)	105
Taller 3	110
Taller 4 (primera y segunda parte)	118
Taller 5	124
Taller 6 (primera y segunda parte)	129
Taller 7	140
Taller 8	145
Taller 9	153
Bibliografía	154

Introducción



Esta guía es una ayuda para que las mujeres víctimas de violencia de género puedan sanar y así será mucho más fácil que sanen sus hijos e hijas.

*La violencia ejercida contra las mujeres
puede afectar gravemente a su capacidad
de generar vínculos sanos y adecuados
con sus hijos e hijas*

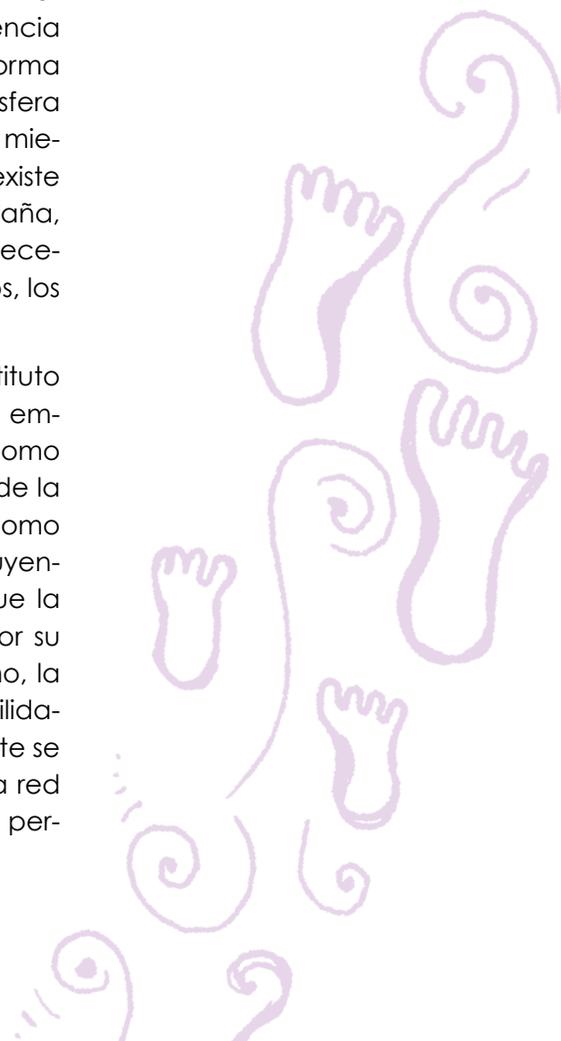


Estas mujeres viven en un permanente ciclo de violencia en el cual su objetivo prioritario es proteger a sus hijos/as de posibles agresiones, de la exposición de estos/as al ambiente tóxico que genera dicha violencia, como pueden ser las peleas, insultos, vejaciones, etc., lo cual puede generar un deterioro en multitud de aspectos importantes para la relación del vínculo materno-filial. Frecuentemente, se sienten tan preocupadas de mantener a salvo a sus hijos e hijas y a sí mismas, que dejan facetas muy importantes en un segundo plano, ya sea el tiempo de juego, el de estar con la familia, las riendas de la educación, valores, normas y límites. Estos últimos se suelen delegar en el padre, el cual en muchas ocasiones menosprecia la labor de la madre en este aspecto e impone sus criterios por encima de los de ella. Como consecuencia las madres corren el riesgo de considerarse inferiores en este tipo de habilidades parentales, repercutiendo de una manera muy negativa en su posición de autoridad ante sus hijos/as y en el estilo de crianza.

Este impacto no nos debe hacer olvidar las consecuencias que esta terrible situación supone para sus hijos/as.

Los niños/as que conviven con estos sucesos sufren su influencia de una manera directa, siendo igualmente grave vivir los malos tratos físicos y/o psicológicos en primera persona como el ser testigos de la violencia ejercida hacia sus madres. La violencia en el hogar promueve una alteración en la convivencia tanto a nivel de pareja como familiar. El maltrato es una forma de relación, es el aire que se respira en la casa, una atmósfera enrarecida, ajena a las necesidades de la familia, donde el miedo y el afecto se entremezclan. En la mirada de un niño/a existe un progenitor que debería proteger y que por el contrario daña, que se atribuye el poder y la autoridad anteponiendo sus necesidades de control a la felicidad de los/as otros/as miembros, los cuales quedan bajo su dominio (Czalbowski, 2018).

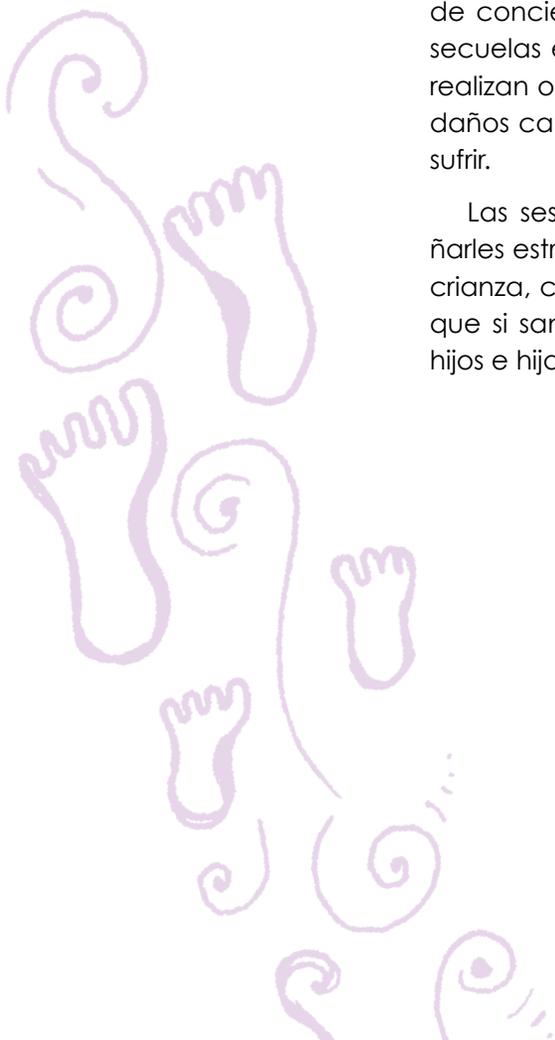
Por las circunstancias que se acaban de describir, el Instituto Aragonés de la Mujer cree firmemente en la prioridad de empoderar a estas mujeres no sólo como tales, sino también como madres. La idea de gestionarlo en sesiones grupales surge de la convicción de la fuerza que provee un grupo de iguales como herramienta de autoayuda de gran poder. El grupo ahuyenta ideas que pueden estar muy presentes como la de que la posible pérdida de habilidades parentales viene dada por su carácter y porque no valen, por ser inferiores, etc. Asimismo, la intervención grupal les permite retomar la práctica de habilidades sociales y de comunicación asertiva que probablemente se haya deteriorado. Y por último, supone la creación de una red social de apoyo, fundamental para cambiar la situación y percepción negativa de sí mismas.





Este manual es una propuesta de intervención para mujeres víctimas de violencia de género con hijos e hijas. Durante muchos años, el foco de intervención desde las instituciones de salud y sociales ha estado dirigido prioritariamente hacia las mujeres, ampliándose más tarde a los hombres y, finalmente, en épocas más recientes también a los niños y las niñas. Se pretende concienciar a las madres de estos niños/as de las posibles secuelas en los mismos/as, así como del importante papel que realizan o pueden ejercer ellas a la hora de reparar los posibles daños causados por esta dolorosa situación que les ha tocado sufrir.

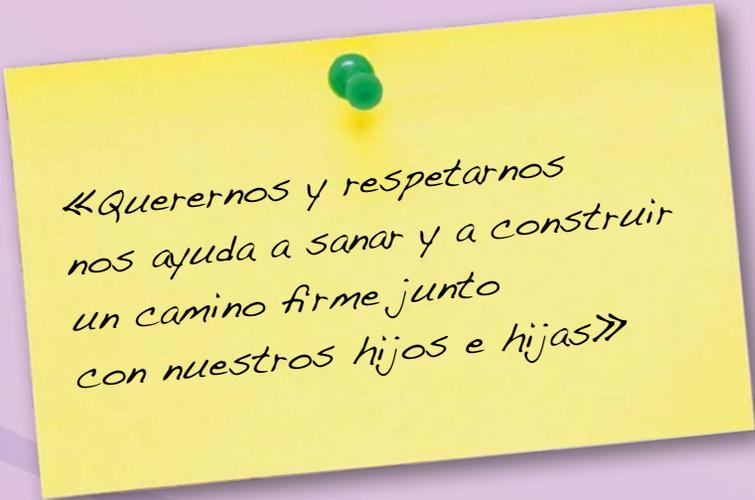
Las sesiones irán dirigidas a apoyarles en su camino, enseñarles estrategias adecuadas relacionadas con los aspectos de crianza, compartir experiencias, aceptar, cambiar y sanar. Porque si sanan las madres, será mucho más fácil que sanen sus hijos e hijas.



Fundamentación teórica

1

¿Cómo me siento
conmigo misma
y con mis hijos/as
tras el maltrato
de mi pareja?



«Querernos y respetarnos
nos ayuda a sanar y a construir
un camino firme junto
con nuestros hijos e hijas»

*Es frecuente encontrarnos con mujeres
que han perdido el amor propio
y la estima por ellas mismas
como mujer y como madre*

El impacto de los malos tratos por parte de la pareja, en la vida de las mujeres, deja secuelas en cuerpo y mente, dañando severamente la imagen que tienen de sí mismas y de sus relaciones (Czalbowski, 2018).

La autoestima de éstas víctimas se ve seriamente dañada en una relación en la que es constantemente descalificada por su agresor con el fin de minarla psicológicamente. Por una parte, las repetidas descalificaciones y agresiones verbales del agresor van generando en la mujer una autoevaluación negativa, por otra, el aislamiento social que acompaña a la mayoría de situaciones de maltrato, priva a la mujer de contactos sociales que le permitan mejorar esa autoimagen. Este nivel de autoestima relativamente bajo refleja una sensación de fracaso personal, unida a una visión negativa del mundo: «El mundo, en especial el íntimo, no es un lugar seguro, ellas no son personas competentes para lidiar con él, y quizá son las culpables de lo vivido» (Lafuente, 2015).

Malos tratos hacia la mujer.

Según la Declaración de las Naciones Unidas (1993) sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, por violencia contra las mujeres se entiende «*Todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como*

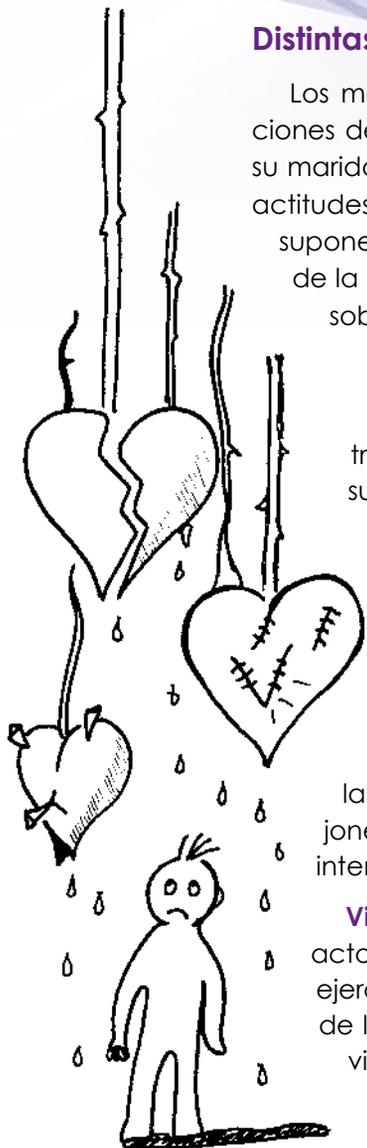
resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la vida privada».

La Ley 13/2007, de 26 de noviembre, de Medidas de Prevención y Protección Integral contra la Violencia de Género, define el concepto de violencia de género o violencia machista como: *«Toda conducta que atenta contra la dignidad e integración física y moral de las mujeres por el hecho de serlo, como manifestación de la discriminación, la situación de desigualdad y las relaciones de poder de los hombres sobre las mujeres».*

Dentro del Sistema de Protección de la mujer, el II Plan integral para la prevención y erradicación de la violencia contra las mujeres en Aragón (2009), desarrollado por el Instituto Aragonés de la Mujer y enmarcado dentro de la Ley 4/2007, de 22 de Marzo (2007), de Prevención y Protección Integral a las Mujeres Víctimas de Violencia de Género en Aragón, establece entre sus actuaciones la de Garantizar la ATENCIÓN INTEGRAL a las mujeres víctimas de violencia y a sus hijos e hijas contribuyendo a que alcancen de manera progresiva mayores cotas de autonomía.

El Pacto de Estado contra la Violencia de Género de 2017, incluye medidas en todos los ámbitos, y es el resultado de intensas negociaciones parlamentarias en los grupos de trabajo constituidos en la subcomisión parlamentaria en el Congreso de los Diputados y en la Comisión de Igualdad el Senado.

A través de este Pacto se garantiza la mejora y perfeccionamiento del sistema para la erradicación de la violencia de género en todas sus formas independientemente de qué partido político se encuentre en el gobierno. Es un compromiso de todos los partidos e instituciones plasmado en medidas y objetivos concretos, medibles y evaluables.



Distintas formas de violencia y malos tratos.

Los malos tratos en las relaciones de pareja son una de las manifestaciones de la violencia de género. Se consideran los ejercidos por parte de su marido, novio, compañero o expareja. Y consisten en comportamientos, actitudes, verbalizaciones, de carácter violento, que sostenidos en el tiempo, suponen un patrón de interacción que persigue el dominio y la sumisión de la mujer, desde la asunción y reproducción de estereotipos machistas sobre los roles de género. (Czalbowski, 2018).

La violencia puede tomar varias formas:

Violencia psíquica. Se ejerce por medio de la violencia verbal o a través de miradas, gestos o gritos. Son malos tratos psicológicos los insultos, humillaciones, burlas, coerción, descalificaciones y críticas reiteradas, desprecios, enfados, abandono y aislamiento emocional, incomunicación y silencio, chantajes, amenazas de tipo económico o emocional, control de lo que la mujer hace, con quién va. Aquellos actos o conductas que producen desvalorización o sufrimiento en las mujeres.

Violencia física. Este tipo de violencia comprende cualquier acto que provoque o pueda producir daño físico en el cuerpo de la mujer. Golpes de diversa intensidad con objetos o armas, empujones, patadas, puñetazos, palizas, mordeduras, quemaduras, cortes, intentos de estrangulamiento.

Violencia sexual. Es todo acto sexual, la tentativa de consumar un acto sexual o los comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, ejercidos mediante coacción por otra persona, independientemente de la relación de ésta con la víctima, en cualquier ámbito. Formas de violencia sexual son:

• **Violación.** Comprende toda penetración sin consentimiento por la vagina, el ano o la boca. También se considera violación la penetración con objetos. Cuando una mujer es forzada a realizar estos actos, se considera violación.

• **Acoso sexual.** Cualquier comportamiento verbal o físico, de naturaleza sexual y que tenga el propósito o produzca el efecto de atentar contra la dignidad de una persona, en particular cuando se crea un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo (artículo 7.1. de la Ley Orgánica 3/2007, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres (BOE, 23 de marzo de 2007)).

Malos tratos sociales. Se basa en la limitación, el control y la inducción al aislamiento social de la persona. Se separa a la víctima de familia y amigos/as, alejándola de su entorno habitual. Conlleva humillaciones, ridiculizaciones, descalificaciones y burlas en público, el agresor se suele mostrar con actitud descortés con las amistades o la familia de ella, seduce a otras mujeres en presencia de la pareja o utiliza sus privilegios masculinos para que le sirvan.

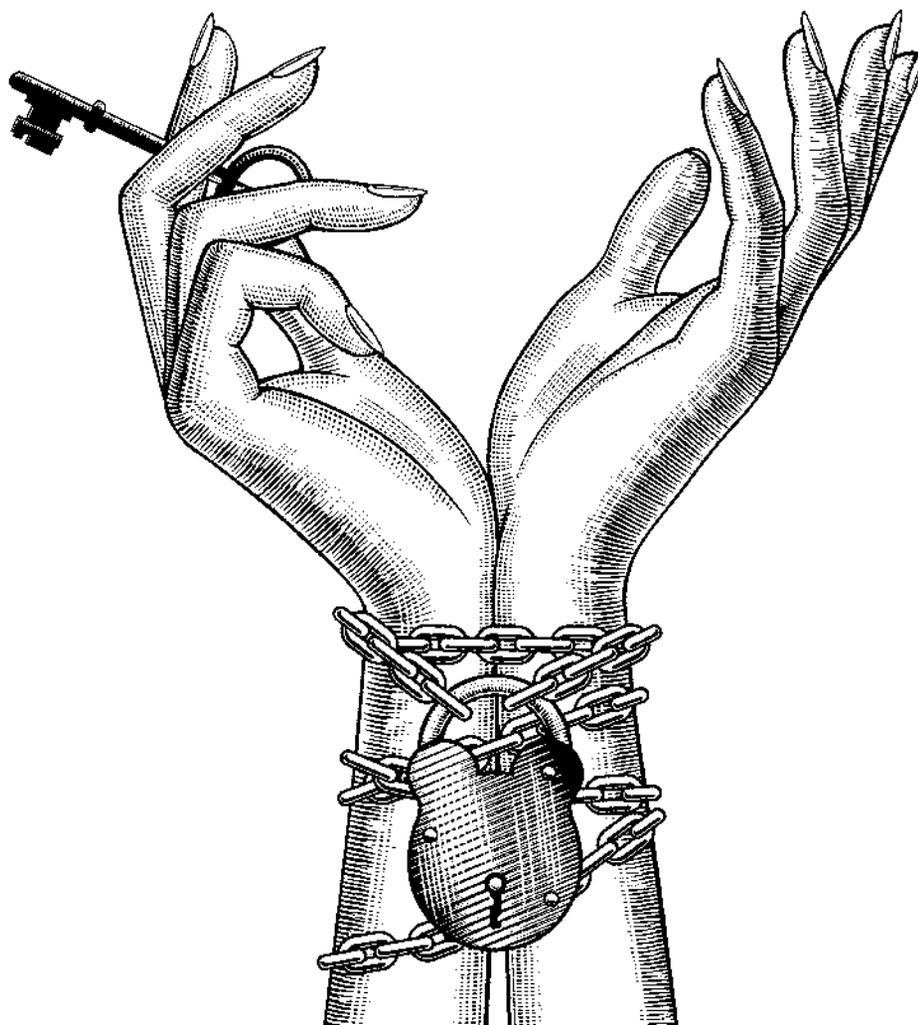
Malos tratos ambientales. Es otra forma de violencia psicológica que consiste en romper y golpear objetos, destrozarse enseres, tirar cosas, etc. Dentro de este tipo de maltrato podemos hablar también de la Violencia Patrimonial, la cual consiste en usurpar objetos, bienes y propiedades de la víctima con intención de dominarla o producirle un daño psicológico.

Malos tratos económicos. Cuando el hombre controla el dinero e impide a la mujer disponer de él, le oculta el patrimonio familiar, toma las decisiones económicas de manera totalmente unilateral, se apodera de los bienes, le dificulta a la mujer tener un trabajo asalariado, le asigna una cantidad y/o le exige explicaciones de los gastos realizados.

Violencia vicaria. El agresor decide a menazar, agredir e incluso matar a los hijos y/o hijas en común con la mujer con el propósito de dañar a su pareja o expareja.

Además de estos tipos de malos tratos y violencia de género, podríamos hablar de otro más y que cada vez está más presente en la sociedad actual:

Violencia digital. Se caracteriza por un excesivo control y dominación de la víctima a través de internet y de las nuevas tecnologías. Entre otras situaciones, espiar el móvil de la mujer, controlar lo que hace en redes sociales, obligar a que muestre una conversación con otra persona, a contestar de inmediato, al envío de imágenes y/o videos íntimos de contenido sexual, comprometer a la mujer a facilitar contraseñas y claves personales, etc.



El maltratador puede adoptar un solo estilo o forma de coacción, o bien combinar varios de ellos, pero sea como sea, estos malos tratos van a provocar unas consecuencias importantes en las víctimas:

Consecuencias psicológicas.

- Ansiedad, depresión, baja autoestima, hipocondría, fobias, pánico, miedos e inseguridades.
- Trastorno de estrés postraumático.
- Ira, resentimiento y culpa.
- Trastorno por somatización.
- Disforia, sentimientos de mal humor, agresividad verbal o física sin estímulo que lo desencadene, especialmente hacia los hijos/as.
- Trastornos del sueño.
- Trastorno de alimentación.
- Abuso de drogas, alcohol y/o psicofármacos.
- Intento de suicidio.

Consecuencias sociales.

- Aislamiento social.
- Absentismo laboral.
- Pérdida de empleo.
- Pérdida de amistades y grupos sociales.

Consecuencias cognoscitivas.

- Alteraciones en la memoria.
- Amnesia.
- Déficit de atención.
- Alteración de la conciencia.

Consecuencias físicas.

- Traumatismos, sobre todo en cuello, espalda, pecho y brazos.
- Heridas y traumatismos maxilofaciales, dentales, rotura de tímpano, desgarro del lóbulo de la oreja.
- Quemaduras y hematomas.
- Cefalea crónica, dolores lumbares crónicos, síntomas gastrointestinales, colon irritable.
- Palpitaciones, fibromialgia, etc.
- Muerte.

El inicio del maltrato puede ser gradual o súbito, pero su desarrollo se extiende en el tiempo o más que la relación misma. Suele no terminar al mismo tiempo que la convivencia, ya que frecuentemente el maltratador prolonga la violencia (física, psicológica, etc) y/o su acoso a través de interminables procesos judiciales, amenazas por distintas vías (a su ex pareja y a las personas importantes para ella), y el ejercicio (o no) de sus derechos y deberes paterno-filiales.

Como podrá deducirse, estas consecuencias no son sufridas sólo por la mujer que recibe los malos tratos, sino que también inciden en la salud psicofísica de sus hijos e hijas. Un ejemplo de ello es el probable deterioro del **vínculo materno-filial** con respecto a sus hijos/as. Este vínculo podría verse afectado por la violencia vivida en el hogar, persistiendo aun cuando la relación con el agresor está terminada, ya que la capacidad emocional de la mujer puede quedar tan dañada que podría no ser capaz de percibir las necesidades emocionales, físicas y de diversa índole de sus hijos e hijas de una manera adecuada.

Las otras víctimas. ¿Cómo se sienten con sus hijos e hijas?

La sociedad juzga en muchas ocasiones a la mujer por soportar y padecer las situaciones anteriormente expuestas y seguir con el agresor. Entre los factores más relevantes que inciden en que la mujer decida continuar la relación de pareja, está presente precisamente la preocupación por sus hijos/as:



- ▶ Dejar a sus hijos e hijas con el agresor a solas y no poder protegerlos/as durante las visitas.
- ▶ El miedo a las represalias del agresor hacia los y las menores.
- ▶ Poder recibir reproches de sus hijos/as por sentirse abandonados/as («tú puedes separarte pero yo tengo que seguir viéndolo»).
- ▶ El miedo a no disponer de suficientes recursos económicos y materiales para atenderlos/as.
- ▶ El miedo a un futuro incierto junto con sus hijos/as.
- ▶ La preocupación respecto a cómo pueda afectarles la separación a los y las menores, por ejemplo, en el caso de que tuvieran que ingresar en una casa de acogida.
- ▶ Hacer pasar a sus hijos/as por un procedimiento judicial.
- ▶ La inestabilidad que les pueda generar la separación.

La fuerte carga emocional que sufren las mujeres víctimas de violencia de género dificulta que se animen a pedir asesoramiento o ayuda para sus hijos/as. Los motivos principales son el miedo, la sensación de agotamiento, las ganas de olvidar, la culpa generada por pensar que no han actuado bien y que les lleva a transformar la realidad minimizando los posibles efectos adversos que perciben en los menores. En ocasiones

achacan lo que les ocurre a problemas de la edad o incluso fingen que no los ven, y otras veces, piensan que la intervención con los/as menores les pueda perjudicar más o pueda sacar a la luz situaciones para las que ellas no están preparadas a la hora de verbalizar y afrontar.

Es importante ayudarles a entender que las experiencias vividas por sus hijos e hijas dejan secuelas y que las emociones generadas por ellas, como el miedo, la rabia y la culpa será necesario expresarlas para poder gestionarlas y elaborarlas con el fin de integrarlas a su historia vital de una manera más adaptativa, para evitar de esta manera un mayor sentimiento de incomprensión y soledad.

En ocasiones no son conscientes de cómo lo están afrontando sus hijos e hijas ya que es habitual que éstos/as no manifiesten ni compartan con la madre infinidad de pensamientos, preguntas e incertidumbre ante la situación que viven por miedo a preocuparla, enfadarla o entristecerla más de lo que ya se pueda encontrar.

¿Y cómo se sienten con ellas mismas?

Los sentimientos que experimentan las mujeres y madres víctimas de violencia de género son muy variados tal y como hemos mencionado anteriormente pero, es frecuente encontrarnos con mujeres que han perdido el amor propio y la estima por ellas mismas como mujer y como madre. Las dos facetas pueden hallarse deterioradas como consecuencia de las situaciones experimentadas. Es probable que se sientan inseguras en la toma de decisiones, su dignidad y respeto hacia ellas mismas se pueden llegar a encontrar tan dañados que es normal que les resulte complicado hacerse cargo de las necesidades emocionales de sus hijos/as.

Estas mujeres pueden llegar a un estado de confusión emocional, de entumecimiento que condiciona su actitud. En ocasiones no se sienten víctimas, muchas de las mujeres que sufren la violencia de género esconden el trauma por sentimientos de vergüenza, culpa e indignidad. En primer lugar,



necesitan tomar conciencia de su estado para que a partir de ahí empiecen a dar pasos en su recuperación personal como mujer y como madre.

La recuperación de estas mujeres supone no solo la desaparición de violencia de su vida, sino la reconstrucción de su vida personal y social con libertad, independencia y calidad (Roca y Masip 2011), incluyendo tres dimensiones: la clínica (que incluye la salud psicológica); la social (autonomía de decisión, de tiempo, laboral, económica y de vivienda, red social independiente y de apoyo); y la dimensión relacional y emocional. Para ello estas mujeres deben emprender numerosas acciones, como agentes activas en su proceso de recuperación, acciones que supongan su empoderamiento, encaminadas a decidir por ellas mismas, a aumentar su autoestima y bienestar psicológico, a autoafirmarse, a recomponer sus redes sociales, a cuidarse y volver a quererse (Lafuente, 2015).

Todo ello con el objetivo de conseguir fomentar su independencia recuperando el control de su vida mediante estrategias que la sitúen en una posición de mayor poder y confianza en sí misma.

El rol de la mujer como madre tiene un papel imprescindible en la recuperación de sus hijos e hijas; para cualquier niño y niña su madre es un referente vital básico y, por ello, hay que procurar que sea ésta una figura protectora de sus hijos e hijas. Éstos/as no pueden avanzar en su proceso de recuperación por sí mismos/as, sino que es necesario el acompañamiento de una persona adulta protectora. Estos niños y niñas víctimas de violencia de género necesitan un referente cercano que les transmita seguridad emocional, les facilite el contexto necesario para que puedan expresar sus emociones, les establezca límites sanos y les fomente la comunicación afectiva para que estos niños y niñas puedan comprender la situación que les ha tocado vivir (Orjuela, Perdices, Plaza & Tovar, 2008).

Por ello, la intervención con las mujeres víctimas de violencia en el papel de madre necesita un trabajo previo o paralelo al de recuperación personal, ya que para poder hacer frente al acompañamiento de los hijos e hijas es necesario que la propia mujer tome conciencia de sus recursos internos y, con la ayuda en reeducación y aprendizaje de las posibles habilidades mermadas, confíe en ellas para trasladarlas a su faceta de crianza.

*Si soltamos aquello que ya pasó
se puede cerrar el círculo; puede surgir el espacio
donde muere lo viejo y nace lo nuevo*

Bert Hellinger

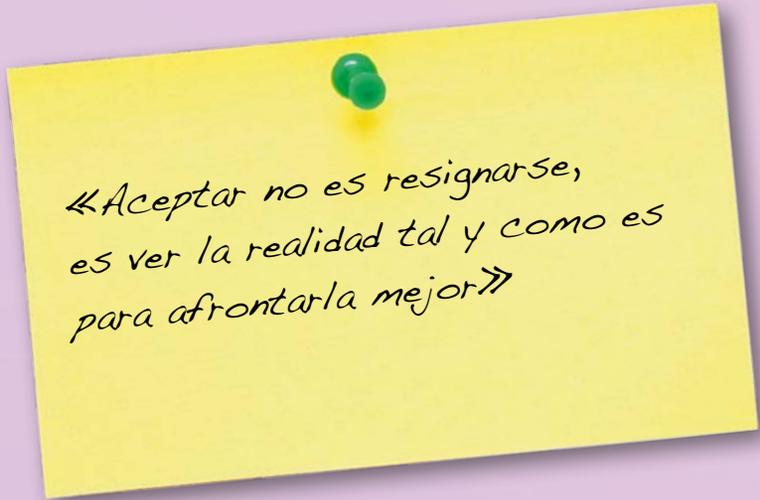


El taller asociado a este
tema se encuentra en el

Anexo 1

2

¿Cómo ha podido
repercutir
lo vivido en casa
en mis hijos/as?



«Aceptar no es resignarse,
es ver la realidad tal y como es
para afrontarla mejor»

Los efectos de la exposición a malos tratos, junto con el desarrollo cognitivo y social de los niños y niñas, pueden dar lugar a que desarrollen distintos tipos de estrategias que modifiquen la manera en que viven la violencia en su casa
(Baker y Cunningham, 2004)

Las madres que han sufrido violencia de género presentan en muchas ocasiones dificultades para darse cuenta de que sus hijos e hijas, aunque no hayan sido directamente agredidos/as, lo acaban siendo por el hecho de presenciar o vivir situaciones de violencia en la familia.

Los efectos de esta violencia vicaria en los y las menores pueden llegar a ser devastadores para su desarrollo emocional y evolutivo. De hecho, es probable que los trastornos que presenten los y las menores sean similares a los que presentan sus madres como víctimas directas de la violencia de género y, en ocasiones, el trauma que experimentan es mayor dada la vulnerabilidad de su etapa de desarrollo.

Numerosos estudios muestran que los hijos e hijas, sean víctimas directas o indirectas, padecen enormes consecuencias negativas tanto para su desarrollo físico como psicológico a corto y largo plazo, afectando de esta manera a sus emociones, pensamientos, valores, comportamiento, lazos afectivos, rendimiento escolar y adaptación social. Es común encontrarnos con menores que manifiestan conductas a nivel externo como, agresivas, desafiantes, antisociales, etc., y a nivel interno como, retraimiento, inhibición, pasividad, miedo, inseguridad, ansiedad, tristeza, trastornos somáticos, etc.

Los niños y niñas expuestos a situaciones de violencia de género son siempre víctimas de esa misma violencia, aunque no se les haya puesto nunca la mano encima. UNICEF ha presentado datos que ponen de manifiesto la gravedad del problema comparando grupos de niños y niñas víctimas-testigo con otros que no lo han sido, poniéndose claramente de manifiesto que los/as primeros/as tienen repercusiones negativas de muy variado tipo.

La Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género está considerada como ejemplo de buena práctica en la base de datos del Secretario General de la ONU sobre la violencia contra la mujer, concretamente en el área de prácticas prometedoras en el plano jurídico. Esta ley ha supuesto un novedoso marco jurídico por distintas razones, una de ellas por considerar a los y las menores como víctimas.

En Aragón, en el punto IV del preámbulo de la ley 4/2007, de 22 de marzo, de de Prevención y Protección Integral a las Mujeres Víctimas de Violencia de Género en Aragón, señala a los y las menores como víctimas de esta forma de violencia y destinatarios/as de medidas de protección hacia ellos y ellas. *«Las situaciones de violencia sobre la mujer afectan también a los menores que se encuentran dentro de su entorno familiar, víctimas directas o indirectas de esta violencia. En la aplicación de las diferentes medidas que regula esta Ley, se tendrá en cuenta la existencia de hijas o hijos».*

En la Ley Orgánica 8/2015 de 22 de julio (2015), de modificación del sistema de Protección de la Infancia y la Adolescencia, se reconoce a los y las menores como víctimas directas de la violencia de género y obliga a Jueces y Tribunales a pronunciarse expresamente sobre las medidas cautelares que les afectan.

El Pacto de Estado contra la Violencia de Género (2017) en su eje 4 de actuación, contempla la intensificación y asistencia de la protección de menores. La protección específica de los y las menores parte de su reconocimiento como víctimas directas y lleva aparejada la necesidad de ampliar y mejorar las medidas dirigidas a su asistencia y protección con la implantación de nuevas prestaciones en los casos de orfandad como consecuencia de la violencia de género; de revisar las medidas civiles relativas a la custodia de los/as menores; y de fomentar las actuaciones de refuerzo en el ámbito educativo.

Tipos de consecuencias; directas e indirectas.

Entre las consecuencias **directas** encontramos las siguientes:



Peligro físico. Los y las menores pueden recibir golpes y empujones y, sufrir lesiones como consecuencia de una agresión al interponerse para defender a su madre. También pueden sufrir lesiones «accidentales» al ser golpeados/as con objetos.

Algunas de las consecuencias de tales agresiones son:

- ▶ Retraso en el crecimiento.
- ▶ Trastornos de la conducta alimentaria (inapetencia, anorexia, bulimia).
- ▶ Dificultad y problemas del sueño.
- ▶ Regresiones, menos habilidades motoras.
- ▶ Síntomas psico-somáticos (alergias, asma, eczemas, cefaleas, dolor abdominal, enuresis nocturna, etc.).

Problemas emocionales. Los y las menores perciben que están ocurriendo episodios violentos tanto físicos como psíquicos en el hogar, siendo conocedores/as de que éstos se repiten con frecuencia. Estas situaciones vividas a lo largo del tiempo les provoca una mayor vulnerabilidad a desarrollar algún cuadro de estrés con diversa sintomatología como, ansiedad, ira, depresión, aislamiento, trastornos de autoestima, de apego y vinculación y/o estrés post-traumático.

Además, es muy frecuente que sean utilizados/as como objeto de chantaje emocional «*me voy a llevar a tus hijos/as*», como elemento de violencia «*no vales ni para cuidar a tus hijos/as*» y, a su vez, verse inmersos/as en los procesos de pareja, es decir, separaciones y divorcios que se dan de una determinada manera. También se pueden sentir presionados/as de cara a portarse «bien» y no dar problemas que puedan enfadar al padre, desnaturalizando la conducta y alterando la relación familiar en otro sentido.

Problemas conductuales. Estos niños y niñas desarrollan en muchas ocasiones problemas de conducta como violencia hacia los/las demás (agresión delincuencia, crueldad con los animales), rabietas, desinhibiciones, inmadurez, absentismo escolar, déficit de atención-hiperactividad, conductas autodestructivas y, a su vez, son más propensos/as a consumir sustancias psicotrópicas.

Es muy frecuente encontrar en ellos y ellas comportamientos agresivos, ya que están expuestos/as a estos modelos constantemente.

Problemas sociales. Escasas habilidades sociales, retraimiento, timidez e inhibición, son algunas de las consecuencias a nivel social.

Existen otras consecuencias **indirectas** como:

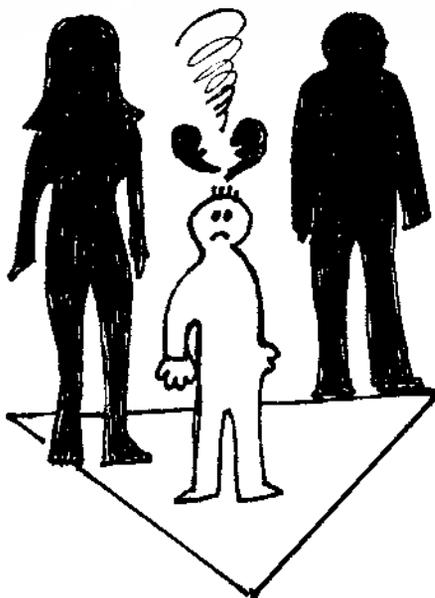
Pautas de crianza no adecuadas. Entre los progenitores de los y las menores no existen comportamientos afectivos sanos ni una comunicación adecuada. Estos niños y niñas carecen de modelos de socialización y de relaciones afectivas. El padre y la madre suelen estar irritables y desatentos la mayoría del tiempo.

Problemas de relación. Pueden presentar timidez, retraimiento, agresividad y falta de habilidades en general. También vergüenza al hablar de sus padres, rechazo a la hora de asistir a las casas de sus compañeros/as para evitar así tener que devolver el gesto (fiestas de cumpleaños por ejemplo), problemas en establecer vínculos sanos con personas nuevas, etc. Estas consecuencias suelen establecerse tanto por exceso como por defecto.

Normalización de la violencia. Es frecuente encontrarnos menores que viven las situaciones de violencia con normalidad, ya que han crecido en un ambiente tóxico y no han conocido otro. Esto repercute en sus relaciones con sus iguales y en la manera de resolver los conflictos.

Presencia de roles inadecuados. Suelen adquirir roles familiares que no les corresponden a su edad, como el de ser protectores/as, confidentes, animadores/as, etc. De esta manera sienten que protegen al sistema familiar.

A partir de todas estas consecuencias, puede establecerse como hipótesis de partida que un niño o niña expuesto/a a violencia de género es un/a menor en situación de riesgo o desprotección, ya sea de manera directa o indirecta.



De manera directa. Las conductas y actos violentos del agresor se dirigen tanto hacia ellos/as como hacia la madre: insultos, amenazas, desvalorizaciones, maltrato activo, instrumentalización. Cuando el agresor repite este tipo de conductas hacia la figura materna y hacia los/as propios/as menores, al ser la violencia más visible, parece generar menos controversia en relación a las consecuencias perjudiciales y se reconoce a los/las menores como víctimas protagonistas.

De manera indirecta. Las agresiones pueden ocurrir en presencia o en ausencia de los hijos/as, pero sea como fuere, influyen siempre en el deterioro de los vínculos y contextos protectores más adecuados. Se produce negligencia y maltrato emocional en muchas ocasiones. Estas consecuencias son más difíciles de visibilizar, por lo que en ocasiones la sociedad y/o la justicia no la contemplan, no dejando por ello de existir.

El abanico de las consecuencias y posibles situaciones de violencia indirecta es más amplio. Se podrían definir como todas aquellas que derivan de la falta de un ambiente seguro para el desarrollo emocional del/la menor y que generan determinadas respuestas por exceso o por defecto en las figuras paterna y materna.

Entre los efectos indirectos más destacables se encuentra, por un lado, como se ha comentado anteriormente la frecuente capacidad mermada de las víctimas, las madres, para ejercer su parentalidad de una manera más atenta y, por otro, la incapacidad de los agresores, los padres, de establecer una relación afectiva segura y protectora. El posible vínculo dañado entre las madres y los hijos/as es frecuentemente aprovechado como objetivo por parte del agresor. Sería necesario el trabajo de ese vínculo desde el refuerzo de las capacidades más que desde el señalamiento de las incapacidades que puede provocar una sobre culpabilización de la mujer.

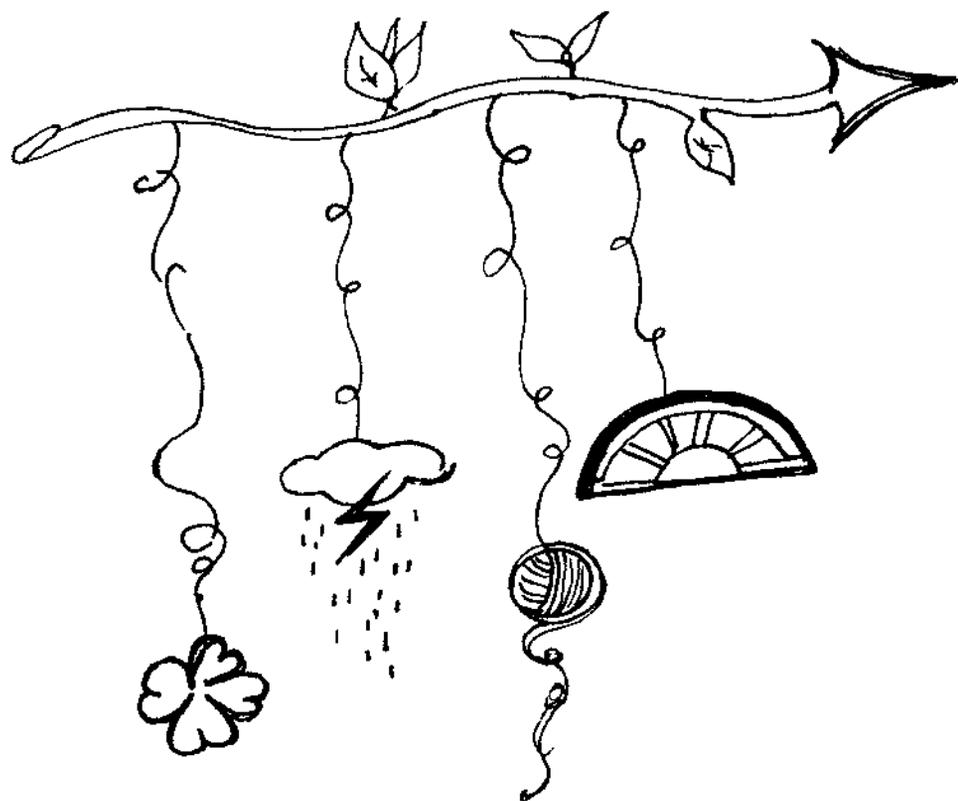
La levedad o la gravedad del daño en el/la menor estarán moduladas por factores de protección y factores de riesgo.

Factores de protección y de riesgo para el niño/a.

Edad y nivel de desarrollo. A menor edad mayor nivel de riesgo, puesto que la capacidad de autoprotección es menor. Asimismo, en edades tempranas pasan la mayor parte del tiempo con los familiares. Conforme la edad va aumentando, también aumenta la capacidad de demanda de ayuda en una situación crítica, e incluso de utilizar aquellos recursos a su alcance para su propia protección.

Tipo, severidad y tiempo de exposición a la violencia. El tipo directo o indirecto, el grado de intensidad así como de exposición y la cronicidad, son factores que permiten al/la profesional valorar la gravedad en cada situación.

Los factores personales. Los apoyos del sistema familiar y aquellos que provengan de la comunidad serán factores protectores a tener en cuenta. En algunos casos, la existencia de una familia extensa o de alguna figura de referencia externa a los/las menores (tutores/as o profesorado,...), facilita la existencia de figuras resilientes en éstos/as.



Acumulación de otros factores estresantes. Pueden existir un amplio número de factores externos que agraven la situación (precariedad económica, inestabilidad laboral, dificultades familiares, consumo de tóxicos, actividades delictivas, etc.).

Grado de protección de la madre. Es importante una adecuada valoración de ésta hacia sus propios hijos e hijas, la percepción de cómo la violencia que está sufriendo ella puede afectarles a ell@s y cómo cree que la están viviendo. Es importante que existan otras personas de referencia para el niño/a en los que poderse apoyar.

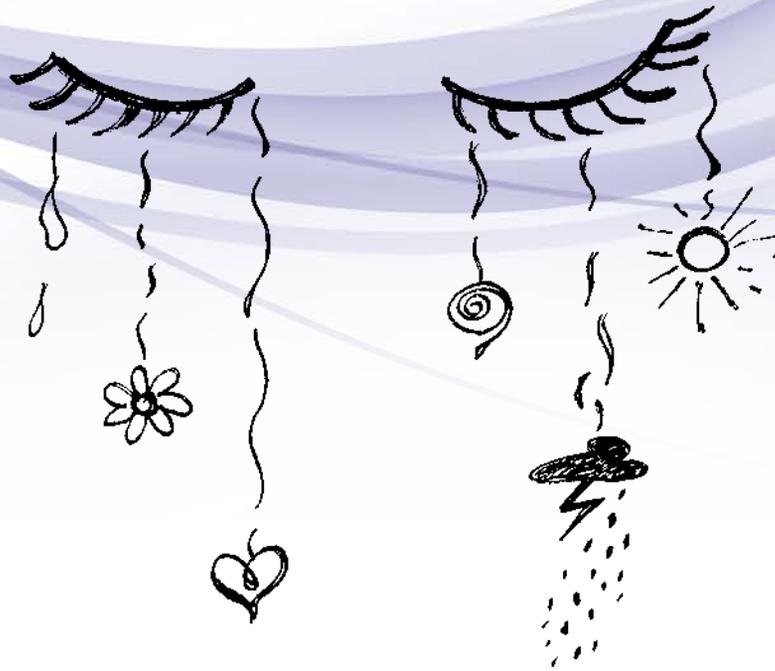
No todos los niños y niñas expuestos a violencia de género estarán afectados de la misma manera. El/la profesional deberá valorar el grado de afección en el/la menor y ahí entran en juego los factores modulares, de protección y de riesgo.

Por otro lado, muchos estudios señalan como posible consecuencia de la exposición a la violencia de género en la infancia la transmisión intergeneracional de las conductas agresivas por aprendizaje durante la vida adulta. Se ampliará este tema en el **Taller número 7**.

Convivir con la violencia

Los efectos de la exposición a malos tratos, junto con el desarrollo cognitivo y social de los niños y niñas, pueden dar lugar a que desarrollen distintos tipos de estrategias que modifiquen la manera en que viven la violencia en su casa (Baker y Cunningham, 2004):

- Tratar de escapar mentalmente. Para ello pueden recurrir a la televisión, los videojuegos, aficiones e incluso estudios.
- Ausentarse y buscar un lugar seguro como, ir a otro cuarto, irse de casa, evitar volver a casa al final de la jornada escolar.
- Buscar ayuda fuera del domicilio, llaman a la policía, contactan con familiares o vecinos, hablan con profesorado.
- Tratar de mediar, calmar o cuidar a los/as adultos/as, distraerles.
- Concentrarse en proporcionar apoyo y protección a los hermanos/as pequeños.



- ▶ Intentan predecir, explicar e incluso impedir el comportamiento violento del maltratador.
- ▶ Usar mecanismos de disociación y desconexión mental.
- ▶ Refugiarse en fantasías como por ejemplo, recurrir habitualmente a elaboradas historias en su imaginación, deseo de venganza, necesidad de ser rescatados, ideaciones sobre una vida mejor con otra familia.

Los riesgos más severos en la adolescencia tienen que ver con manifestaciones del daño en su desarrollo afectivo. A estas edades es probable que traten de frenar la violencia del padre utilizando violencia. Aunque con estas acciones protegen a las víctimas, expresan a su vez una validación del sistema de creencias del agresor. Tras la separación es probable que estos y estas adolescentes tengan comportamientos agresivos con sus hermanos/as y madre como forma de resolver los conflictos diarios. Otros/as jóvenes corren el riesgo de recurrir a las drogas o el alcohol como vía de escape de la violencia, o de establecer relaciones de pareja buscando un afecto que no han encontrado en casa, pero no siendo capaces de reaccionar a los primeros signos de violencia dentro de sus noviazgos o de su grupo de iguales.

¿Cómo afrontan las mujeres víctimas las consecuencias en sus hijos/as?

Aunque muchas de las madres víctimas de violencia de género reconocen que sus hijos e hijas también son víctimas, no siempre son conscientes desde el primer momento, lo que supone un importante componente de culpa tras salir de la situación.

En general, darse cuenta de las consecuencias que sufren los niños y niñas sirve como estímulo para salir de esa situación y denunciar. *«Me di cuenta de que mi hijo había normalizado la violencia cuando me vio sangrar por la boca y nariz después de una discusión con su padre y siguió jugando como si nada», «no se separaba de mí en ningún momento, tenía miedo a dejarme sola al ir al colegio, siempre alerta por si su padre se enfadaba por algo para intentar distraerle y protegerme, me di cuenta de que la niña vivía en tensión»* (testimonios de madres víctimas de violencia de género).

Una vez que estas mujeres han logrado salir de la situación de violencia, pueden suceder varias cosas.

- Que nieguen o disminuyan la importancia del impacto de la situación sufrida en los niños/as para protegerse de su sensación de culpa y, de un descenso aún mayor de su autoestima. Esto provocará que no atiendan adecuadamente los problemas que pueda presentar el/la menor a consecuencia de la violencia de género. No elaborará emocional ni cognitivamente la situación sufrida y sus consecuencias en su hijo/a, por lo que no buscará la ayuda profesional pertinente.
- Que amplifiquen las consecuencias como medio para alimentar su rencor contra el agresor, reforzándose en su decisión de separarse de él (a veces, conviven en ella sentimientos ambivalentes hacia el agresor, provocando dudas). También la visión sobredimensionada del impacto en los hijos/as sirve de confirmación de la visión negativa de sí mismas como responsables de todo lo sucedido. Este afrontamiento es peligroso porque, efectivamente, puede aumentar las consecuencias en los niño/as, sobre todo por el uso que la madre pueda hacer de lo sucedido. Puede convertirse en un arma arrojadiza contra el agresor fortaleciendo el ambiente de disputa entre ambos, o en una mina de profundidad contra sí misma, impidiéndole actuar adecuadamente por su sentimiento de culpabilidad, destruyendo su autoestima y aumentando su malestar psicológico.

- Que el estado de vulnerabilidad en que se encuentran, estrés, ansiedad, depresión, búsqueda desesperada de empleo, no les deje visibilizar las necesidades emocionales de sus hijos e hijas.
- Pueden aceptar lo que ha pasado en su justa medida, racionalmente, asumiendo su parte de responsabilidad pero, sobre todo, enfocada en el presente y en el futuro con sus hijos/as. Mirar de frente lo sucedido, sin exagerar ni relativizar, con la mayor objetividad posible, propiciará actuar de manera adecuada, solucionar las posibles secuelas y sobre todo pasar página. Todo lo anterior son formas de afrontar «disfuncionales» y esta última funcional.

*Tal vez no puedas impedir
que los pájaros vuelen alrededor de tu cabeza,
pero sí puedes evitar que aniden en tus cabellos*

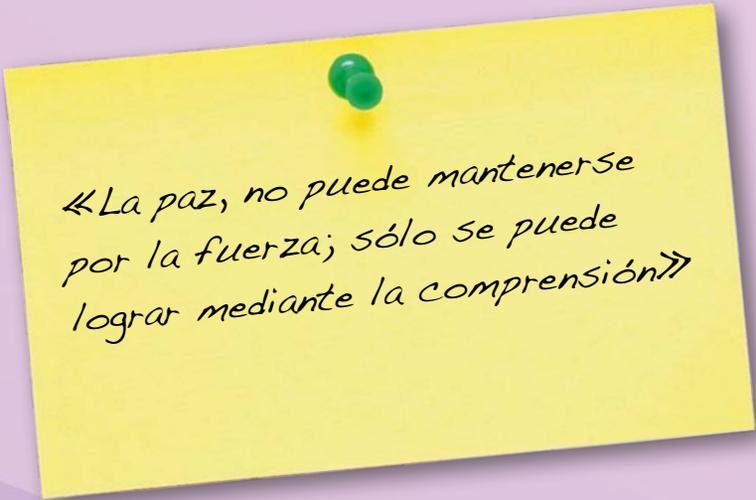
Proverbio tibetano

El taller asociado a este
tema se encuentra en el

Anexo 2

3

¿Qué puedo hacer o decir yo, que le ayude a comprender y superar lo que pasó?



«La paz, no puede mantenerse por la fuerza; sólo se puede lograr mediante la comprensión»



*El primer paso para que los hijos/as sanen,
es que sus madres tomen conciencia
de lo que ha pasado y de lo que hay
que reparar en el sistema familiar*

Las madres tienen un papel fundamental en la recuperación del estado psicológico y emocional de sus hijos e hijas que han convivido con situaciones de violencia en el hogar, el cual se encuentra dañado en muchos casos. En estos momentos, los y las menores necesitan tener su principal figura de apego cerca y siempre disponible para ayudarles en el camino de recomposición y superación de lo vivido.

¿Se puede comprender la violencia?

Para ayudarles a entender e integrar las experiencias que han vivido es importante que conozcamos cómo se sienten ellos y ellas dentro del sistema familiar de violencia. Cuando los niños y niñas se encuentran inmersos/as en estos ambientes pueden reaccionar de diversas maneras pero, lo más habitual es encontrarnos con varias situaciones:

- Normalización de la violencia cuando han convivido siempre con ella, lo que conlleva a una «no aceptación» de la separación del padre y la madre en muchas ocasiones. Son niños y niñas que verbalizan cosas como «cuando papá se enfada vete de casa para que no te pegue», «no hagas lo que sabes que le molesta y así no se enfada papá», «si te grita no le contestes y así estaremos todos mejor». Estos niños/as están acostumbrados/as a este tipo de convivencia y miran hacia otro lado cuando ven a sus madres sufrir, quieren pensar que no es para tanto y se



pasará pronto. Desean tener un vínculo con el progenitor paterno y no aceptan la idea de separarse de él. En ocasiones, pueden posicionarse de su parte en los conflictos familiares.

- No aceptar la violencia pero, al mismo tiempo, convivir con el miedo al igual que sus madres. Pensar que la separación de su madre y su padre sería un alivio pero a la vez temer por lo que pueda suceder debido a las amenazas que acostumbran a escuchar. Se encuentran en un estado de ambivalencia emocional en el que en ocasiones piensan que están mejor todos juntos por los buenos momentos que les pueden dar sus padres y en otras desean salir del infierno en el que viven. Tienden a mostrarse pasivos/as en muchas ocasiones intentando agradar y complacer para evitar conflictos. Suelen adoptar roles que no les corresponden.
- Rechazo total de la violencia y apoyo incondicional a la madre. Son niños/as que insisten constantemente a la madre para que se separe de su padre, toman un papel activo en las discusiones increpando al agresor y defendiendo a la víctima. No entienden la actitud de la madre de no romper la convivencia con el agresor. Suelen adoptar roles protectores y maternales hacia la madre y hermanos/as. Es frecuente encontrarnos a estos/as menores pidiendo ayuda externa en el colegio, instituto, familia extensa... lo que muchas veces empuja a la madre a denunciar al padre.

El primer paso para que los hijos/as asimilen y sanen, es que sus madres tomen conciencia de lo que ha pasado y de lo que hay que reparar en el sistema familiar.

Veamos detalladamente cómo se encuentran estos hogares.

- Modelos de educación machista, donde el hombre adquiere un poder en el hogar que no tienen ni la mujer ni las niñas que pudiera haber.
- Normas y límites desorganizados e inapropiados. Es frecuente encontrar modelos autoritarios o permisivos que desautorizan las normas de la madre.
- Modelos de amor, pareja, lazos afectivos inadecuados e insanos.
- Tensión continua en el ambiente, madre e hijos/as en estado de alerta constante.

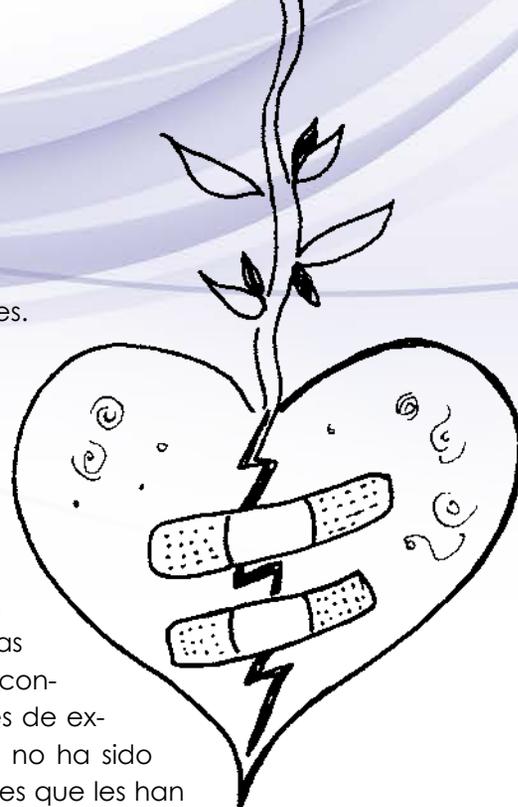
- Aislamiento familiar respecto a familiares y redes sociales.
- Roles familiares no apropiados.

El papel de la madre es crucial y delicado, es como decirles a sus hijos e hijas que desaprendan todo lo que ellas mismas han aceptado durante años y vuelvan a aprender distintas maneras de convivencia, de educación, de modelo familiar, de normas y límites, etc.

Es normal que ante esto se desconcierten y/o rebelen en muchos casos. Estos/as menores viven muchos cambios en las separaciones y su estado emocional no es estable, se sienten confundidos/as, indefensos/as, asustados/as e inseguros/as. No es de extrañar que muestren rechazo hacia la madre por sentir que no ha sido lo suficientemente protectora al aceptar según qué situaciones que les han repercutido a ellos/as, o por sentirse abandonados/as al tener que ir solos/as con el padre y/o, por hacerla culpable de la separación. Este tema se abordará con más detenimiento en los talleres dedicados al vínculo materno-filial y a las visitas.

Es necesario ayudar al menor y a la menor dándole explicaciones de la violencia de género sufrida de una forma adecuada a su nivel de desarrollo y madurez, haciéndole entender que no es responsable de las situaciones vividas.

Es complicado explicarles a unos niños/as pequeños el por qué su padre actúa de esta manera y su madre no ha tomado antes la decisión de denunciar o separarse de él. Es importante contestar a todas sus dudas, que suelen ser muchas, sin entrar en detalles que les puedan herir, intentando no centrarse en lo negativo de lo vivido y dejando siempre la puerta abierta para hablar cada vez que lo necesiten. Es necesario centrarse en los cambios que están por venir con optimismo y realismo, es decir, con la esperanza de que todo lo bueno que se conseguirá hará que se gane en tranquilidad, mejor ambiente en el hogar, mayor cercanía con familia y amistades, menos discusiones y miedo... pero sin olvidar que su relación afectiva con el agresor (su padre) no se termina con la separación. Para ellos y ellas nace una nueva etapa que no siempre será





fácil de sobrellevar, empezarán en muchos casos las visitas con su progenitor paterno sin mamá, quizás un cambio de casa, de colegio, de rutinas, pérdida de amistades, juguetes, etc., y para todo esto, es vital la comunicación con las personas de referencia ante las dificultades que se vayan encontrando en el camino.

Entre un 40% y 50% de los niños y niñas expuestos a la violencia de género muestran síntomas clínicos de psicopatología, con lo cual, entre un 50% y 60% no presentarán secuelas a corto plazo, ni reproducirán las conductas violentas o de sumisión de sus progenitores (Ramos & García, 2011). Estos datos nos indican por un lado, la necesidad de reconocer a estos/as menores víctimas directas de la violencia de género y por otro, que existen menores que son capaces de mantener un proceso normal de desarrollo, e incluso pueden salir fortalecidos/as tras esta experiencia traumática. Esta capacidad de resistir y de superar la violencia es el resultado de experiencias de apego seguro y apoyo social mantenido y de calidad, por lo menos con un/a adulto/a significativo/a para el niño/a, influyendo también en características propias del o de la menor (autoestima positiva, capacidad de relacionarse...).

Resiliencia y sanación

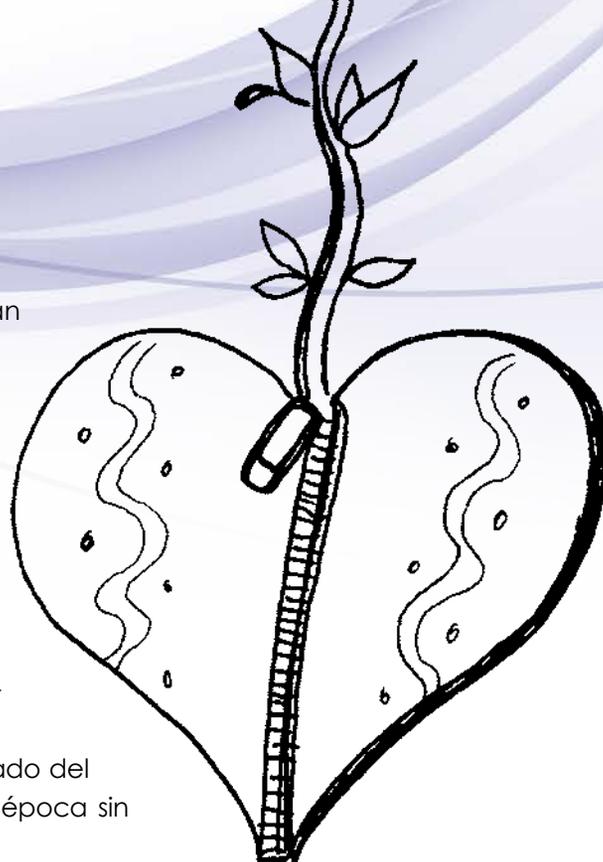
Los factores de protección o resiliencia fueron definidos por Rutter y Grotber como «capacidad o recursos que tiene el ser humano de hacer frente a las adversidades de la vida, manteniendo un proceso normal de desarrollo, y salir de ellas fortalecido, o incluso, transformado» (Martínez, s.f.).

Implica una inmunidad contra los acontecimientos traumáticos, desarrollando todo aquello que el/la individuo/a hace bien y mejorando las cualidades que les han permitido sobreponerse a la adversidad y sobrevivir al estrés y la violencia. La mayoría de las características asociadas con la resiliencia pueden aprenderse y/o potenciarse.

Por otro lado, las experiencias de malos tratos alteran la resiliencia en sentido negativo.

Factores protectores o capacidades resilientes son:

- ▶ Existencia de un vínculo afectivo y adecuado y apego seguro con la madre u otras personas que se ocupen del niño o la niña.
- ▶ Características personales del niño o la niña (autoestima positiva, capacidad de relacionarse, creatividad, grado de desarrollo, inteligencia, resultados académicos...).
- ▶ Circunstancias propias (edad a la que es separado del agresor, el hecho de que pueda recordar una época sin violencia...).
- ▶ Soporte positivo del entorno escolar (educadores/as e iguales).
- ▶ Características favorables de su entorno próximo (familia extensa, vecindario, amistades...).



El conocimiento de estos factores por parte de las madres favorece la respuesta que los pueden dar a sus hijos e hijas ante la superación del trauma.

Abordando el fenómeno de la vivencia de experiencias traumáticas y la posibilidad de un crecimiento personal posterior al trauma, Calhoun y Tedeschi (1999) afirman que para experimentar dicho crecimiento es necesaria la coexistencia en el individuo de emociones positivas y negativas. Es decir, debemos de dar cabida a las emociones negativas, será necesario que estas aparezcan y dejar que salgan, siempre con acompañamiento en la gestión de las mismas. Si no se llora de tristeza y rabia, no se experimentan enfados y/o explosiones de ira, y es posible que se tapen emociones que resultan necesarias para favorecer el crecimiento emocional en el proceso de reparación del suceso traumático.



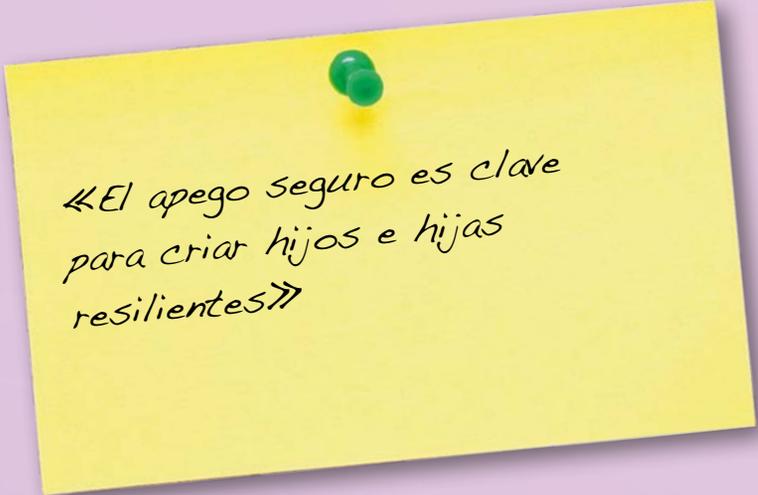
No obstante, a veces la resiliencia no es posible, ya sea porque los recursos internos no fueron bien fortalecidos, porque la intensidad y duración del trauma han desorganizado demasiado el cerebro de la mujer, o bien el entorno no proporciona a ésta ninguna guía de resiliencia.

En estos casos tendremos que ahondar más profundamente en la búsqueda de factores protectores con la idea de incluirlos poco a poco en sus vidas. Si están presentes en la mujer será más fácil encontrarlos o generarlos en los niños y niñas.



4

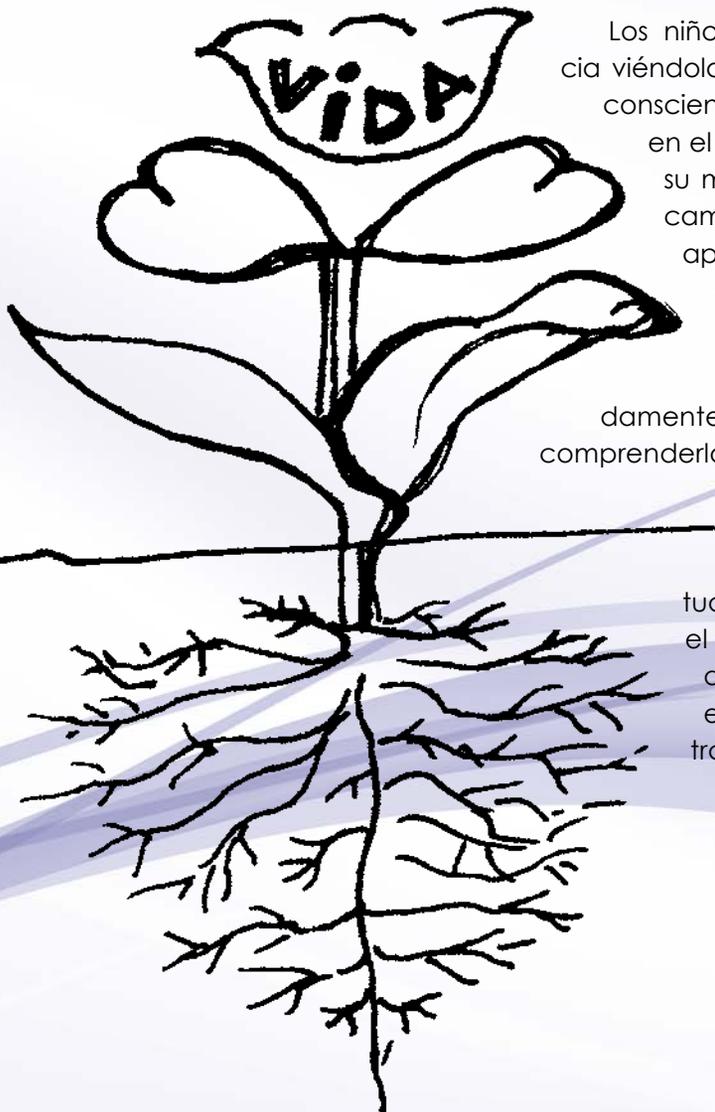
¿El vínculo con mi hijo/a
se habrá dañado?
Reconstruyendo el apego



«El apego seguro es clave
para criar hijos e hijas
resilientes»

El apego es el sistema inmune psicológico que nos permite diferenciar entre lo que es seguro y aquello que es peligroso

Holmes



Los niños y niñas pueden presenciar la violencia viéndola directamente, escuchándola, o siendo conscientes de sus efectos, como por ejemplo, en el comportamiento que aquella genera en su madre. Todas estas situaciones producen cambios y consecuencias en su sistema de apego, dando lugar a formas desorganizadas e inseguras de éste.

Este comportamiento de los niños y niñas suele ser interpretado inadecuadamente por las madres, que no terminan de comprenderlo del todo bien. Por ejemplo: «*Me quiere mucho, pero lo destroza todo y no puedo más*». Esto genera en ellas unas formas de comportarse y de actuar (castigos continuos, ser muy firme con el niño/a, ser demasiado permisiva para que así el niño no entre en una rabieta etc.) que pueden ayudar a cronificar los trastornos del apego.

¿Qué es el apego?

Entenderemos el apego como el vínculo que se forma entre el hijo/a y su principal cuidador/a que permite unirles tanto física como emocionalmente. Se trata de una unión que se genera principalmente durante la infancia debido a la tendencia a la proximidad física del niño/a y su cuidador/a durante esta etapa. Este vínculo, si es sano, permite al niño/a identificarse así como diferenciarse de un sistema en el que tiene su espacio y su propia libertad, mientras permanece unido a unas personas que cubren sus necesidades físicas, emocionales, sociales, económicas...

El apego es fundamental en el comportamiento futuro del niño/a, determinará su relación con los y las demás, su empatía, su moralidad y ética y, otros muchos factores necesarios para su desarrollo en sociedad.

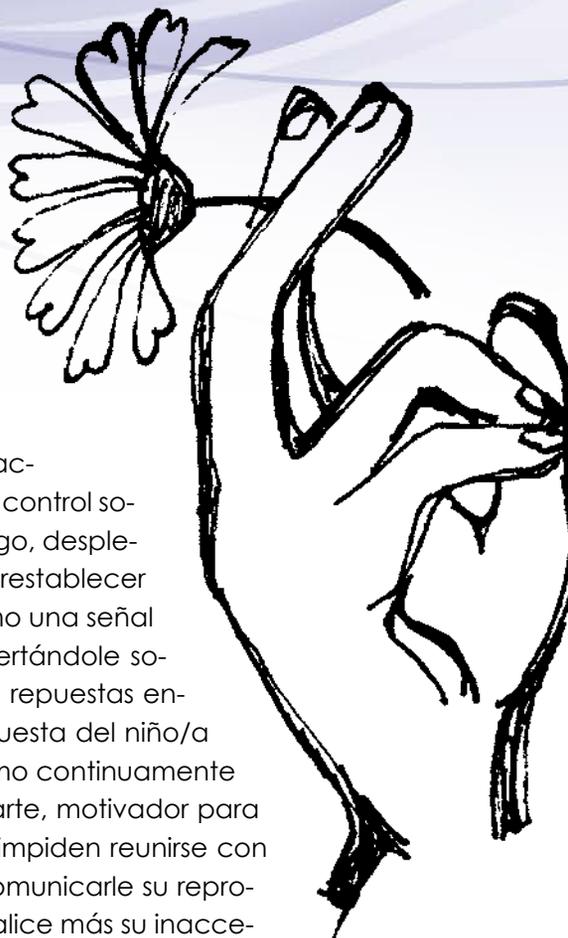
Holmes plantea una metáfora para describir qué es el apego comparándolo con un sistema inmune, en este caso psicológico, que nos permitiría diferenciar entre aquello que es seguro y aquello que es peligroso.

La confianza en la accesibilidad de la figura de apego cuando sea necesaria, que protege del miedo tanto intenso como crónico a quien lo experimenta, es construida durante los años de inmadurez (infancia, niñez y adolescencia), tiende a persistir con pocos cambios a lo largo del resto de la vida y refleja con bastante exactitud experiencias que la persona ha vivido en la realidad (Bowlby, 1980).

El objetivo del sistema de apego es ensalzar el sentimiento de seguridad. Este sentimiento de seguridad es el producto de la evaluación y el balance que hace cada sujeto de una serie de factores tanto internos como externos, y que puede tener como consecuencia la activación del sistema de apego. Una vez activado, la seguridad se relaciona con indicios de la accesibilidad de la figura de apego, mientras que la inseguridad lo está con indicios de amenazas o dificultades a esa accesibilidad (Ainsworth y Bowlby, 1991).

En la infancia, la adolescencia y la edad adulta pueden darse dificultades en la relación con la figura de apego (bien sean los padres y madres o la pareja) que debiliten la confianza en la accesibilidad de esta última: las amenazas de abandono o la pérdida de la figura de apego producen el mayor estrés, tanto en la infancia como en momentos posteriores del ciclo vital.

Cuando el/la niño/a percibe dificultades de acceso hacia su figura de apego, el miedo toma el control sobre otras actividades y activa el sistema de apego, desplegando conductas que normalmente sirven para restablecer el acceso a aquella. El miedo también sirve como una señal de comunicación hacia la figura de apego, alertándole sobre el estrés del niño/a y provocando en él/ella repuestas encaminadas a confortarle. El enfado es una respuesta del niño/a ante su percepción de las figuras de apego como continuamente inaccesibles. El papel del enfado es, por una parte, motivador para niño/a de cara a superar los obstáculos que le impiden reunirse con su figura de apego, y por otra, una forma de comunicarle su reproche a ésta, de forma que en el futuro no materialice más su inaccesibilidad. La tristeza tiene lugar cuando se interioriza la pérdida de una figura de apego, aceptando la evidencia de que no es ya accesible y que los esfuerzos que eventualmente se puedan realizar para reestablecer contacto con ella no tendrán éxito. La contrapartida conductual de la tristeza es el abandono, y ofrece al/la individuo/a tiempo para aceptar cambios indeseados y revisar los modelos activos (Bowlby, 1980).



Tipos de apego.

Barudy diferencia entre varios estilos de apego presentes en niños y niñas:

Tipo de apego	Características
Seguro	Estilo a través del cual desarrollan una autoestima y empatía adecuadas que se ven reflejadas en relaciones significativas con el resto. Son capaces de identificarse con un grupo de pertenencia que les ofrece seguridad y confianza, pero también lo son de diferenciarse del mismo.
Inseguro evitativo	Sienten gran temor al rechazo y por ello continuamente: evitan expresar sus emociones y sentimientos, presentan una autonomía exagerada, buscan obtener la aprobación de su cuidador/a sin demandar excesiva atención. También suelen mostrar conductas hostiles en forma pasiva.
Ansioso-ambivalente*	Manifiestan mucha demanda de atención a través de lloros, rabietas e incluso la manipulación. No llegan a sentirse confiados/as ni relajados/as y experimentan confusión entre sus emociones y sentimientos como la rabia, ira, angustia, necesidad de protección, mezclado con temor a ser abandonados/as.
Inseguro desorganizado	<p>Controlador:</p> <p>Agresivo o punitivo*: Presentan preferencia por una figura de apego a la que continuamente provocan y desafían, al mismo tiempo le muestran su miedo a ser abandonados/as.</p> <p>Cuidador compulsivo o con inversión de roles*: En estos casos suelen defender, cuidar y proteger en exceso a la figura cuidadora, aunque al mismo tiempo pueden castigarles o indicarles qué es lo que deben hacer.</p> <p>Complaciente compulsivo: Muestran mucho miedo hacia sus cuidadores/as expresado con una marcada hipervigilancia, sacrifican sus necesidades afectivas por las de los/as demás.</p> <p>Desapegado:</p> <p>Indiscriminado inhibido: Pasivos/as e hipervigilantes, suelen mostrar una postura de recogimiento, curvada, mirada de reojo. Además, muestran poco interés por el juego, el afecto y la exploración.</p> <p>Indiscriminado desinhibido: Afecto confuso y poco criterio ante los/as extraños/as (por ej. Ser muy cariñosos/as con una persona que acaban de conocer). No muestran interés por relaciones de afecto íntimas, si llegan a alcanzar una, pueden mostrar ansiedad e intentarán manejarlas a través del control, exigencia o miedo.</p>

(Barudy & Marquebreucq, 2006; Barudy & Dantagnan, 2005)

[Los tipos de apego que aparecen con asterisco* serán explicados con más detalle posteriormente].

Estilos de apego en hijos/as en situaciones de violencia de género.

El apego se ve afectado en algunas situaciones como, por ejemplo, la violencia de género: cuando un niño o niña crece en un entorno con esta problemática suele desarrollar un apego desorganizado e inseguro y presentar unas conductas y actitudes determinadas.

De esta manera y como refleja Díez en su tesis (2015), Levendosky en 2011 y su equipo, encontraron que el 56% de los niños y niñas que habían presenciado violencia de género en su hogar tenían un apego de tipo inseguro hacia sus madres. Otras investigaciones han mostrado los mismos resultados, incluso aquellas que comenzaron haciendo un seguimiento desde el embarazo.

El denominado **apego desorganizado** se desarrolla como consecuencia de la unión de dos factores: por un lado, la madre al ser maltratada no puede darle al niño/a la protección, seguridad y cuidado que necesita, por lo que se siente indefenso y asustado/a frente al agresor y, si el niño/a se acerca mucho a ella incluso percibe su mismo miedo. Por otro lado, el niño/a espera de su padre la protección y la seguridad que éste el niño se encuentra ante un conflicto entre el apego y la huida.

Como consecuencia, los estilos de apego que se observan más comúnmente en niños y niñas que han vivido en un ambiente en el que se ha producido violencia de género suelen dividirse en dos:

- Por un lado, el tipo ansioso-ambivalente.
- Por otro lado, el estilo controlador, dentro del cual destacan el desorganizado agresivo o punitivo y el desorganizado con inversión de roles.

Por ello, van a ser explicados más detalladamente a continuación:

—**Apego ansioso-ambivalente.** Teniendo en cuenta las características mencionadas en la tabla, se debe añadir que en general son niños/as que nunca obtienen alivio suficiente para su malestar, no se sienten cuidados/as o queridos/as. Debido a ello, utilizan estrategias para intentar controlar el ambiente y recibir atención, pudiéndose manifestar de dos maneras: por un lado, se encuentran el reclamo, demandas, enfados,

amenazas, humillaciones etc., por otro lado, aparecen comportamientos de dependencia excesiva pudiendo llegar a la manipulación.

—**Apego desorganizado agresivo o punitivo.** Sus comportamientos desafiantes y provocativos son una forma de adquirir control sobre los/as demás, de igual modo también controlan las situaciones e incluso a sí mismos/as a través de la rabia, el enfado y otras conductas agresivas.

Algunos ejemplos de conductas pueden ser: agitación, relaciones pobres y agresivas con sus iguales, mentiras, culpabilizar a los/as que quieren ayudarles, autolesiones, mentiras etc.

—**Apego desorganizado con inversión de roles.** Los niños/as que presentan este estilo de apego no suelen demandar cuidado de sus padres/madres, en su lugar inhiben sus afectos negativos y muestran conductas exageradamente afectuosas y protectoras hacia su figura de apego. Se trata un tipo muy común en situaciones de violencia de género y puede manifestarse como en estos ejemplos:

- Una niña/o que se sacrifica y aliena sus emociones para proteger a su padre agresor y a su familia en general.
- Un niño/a que se muestra hipervigilante hacia la conducta de su madre para protegerla de que su padre no pueda hacerle más daño.

Cabe destacar que los niños y niñas no presentan un estilo puro y único de apego, es decir, suelen mostrar características de varios estilos a la vez. Algunos ejemplos de ello pueden ser:

- Una niña que se muestra hipervigilante hacia su madre para protegerla (inversión de roles), pero a la vez, presenta conductas de agitación o rabia hacia ella (agresivo o punitivo).



Experiencias previas de apego.

Un aspecto que debe tenerse en cuenta y que también influye en el vínculo materno-filial es la relación que la propia madre mantenía con la suya. Las competencias parentales y marentales se forman por la combinación de una parte genética y otra aprendida, dentro de esta última, entran en juego las experiencias previas de vínculo materno y paterno que la mujer mantuvo durante su infancia y adolescencia. Por ello, y como puede observarse en los resultados mostrados posteriormente, las experiencias negativas pasadas influyen en cómo las madres guiarán sus respuestas y recursos hacia sus hijos/as.

En la investigación de García et al. (2015) se preguntó a las mujeres que participaron en el mismo (madres que habían sufrido situaciones de violencia de género) cómo recordaban su relación con su madre en la edad actual de sus hijos/as (entre los 10 y los 17 años) y los resultados fueron los siguientes:

- ▶ Vínculo óptimo el 10,7%.
- ▶ Vínculo no óptimo 89,3%: vínculo control sin afecto (53,6%), afecto controlado (14,3%), vínculo ausente (21,4%).

En general, suele observarse concordancia entre cómo los hijos/as perciben el vínculo con su madre y cómo ésta lo percibe con la suya. Todo ello apunta a que existe una transmisión del vínculo de apego en la triada abuela → madre → niña/o.

Las mujeres pueden encontrarse en diferentes situaciones, teniendo en cuenta que muchas de ellas no disponen de una red social de apoyo o de unas relaciones significativas más allá de las que tienen establecidas con sus hijos e hijas.

Por todo ello, es muy importante y necesaria la intervención en este ámbito con el fin de crear una red de apoyo a estas familias y de reestablecer un vínculo materno-filial óptimo.

De cara a la intervención grupal con estas mujeres es de vital importancia recordar y tener en cuenta que pueden confluír diversas culturas, es decir, no en todos los lugares se tiene la misma comprensión hacia los estilos de apego y hacia las relaciones materno-filiales. Estos talleres son una oportunidad para conocer otras culturas y etnias, así como para reinventarse y buscar actividades que puedan englobar todas las perspectivas.

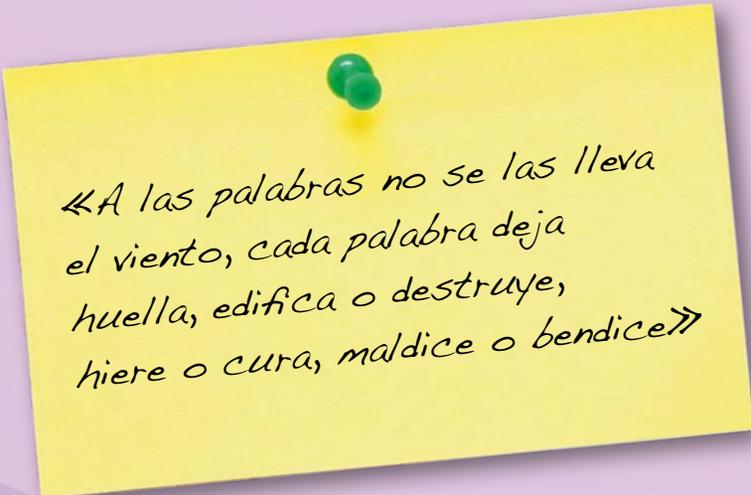
*A los niños y niñas hay que darles
alas para volar y raíces para quedarse*





5

¿Le hablo de su padre?
¿Cómo?



«A las palabras no se las lleva el viento, cada palabra deja huella, edifica o destruye, hiera o cura, maldice o bendice»

Tanto en los casos que en los que los hijos/as tienen régimen de visitas como en los que no existe relación alguna con el padre maltratador, la madre debe posicionarse y prepararse para tratar de transmitirles serenidad, positividad y equilibrio

Las investigaciones han demostrado claramente que la violencia física, psicológica o sexual, ejercida sobre una persona, causa en ésta toda una serie de repercusiones negativas a nivel físico y psicológico.

Además del posible daño físico, tras una experiencia traumática se produce una pérdida del sentimiento de invulnerabilidad, sentimiento bajo el cual funcionan la mayoría de los individuos y que constituye un componente de vital importancia para evitar que las personas se consuman y paralicen con el miedo a su propia vulnerabilidad. En el caso de los niños y niñas que han sido testigos del maltrato hacia su madre o también han sido víctimas de esta violencia, la pérdida es todavía, si cabe, mucho más desequilibrante, pues afecta a un componente absolutamente necesario para el adecuado desarrollo de la personalidad del/la menor, el sentimiento de seguridad y de confianza en el mundo y en las personas que le rodean. Máxime cuando el agresor es su propio padre, figura central y de referencia para el niño/a, y la violencia ocurre dentro de su propio hogar, lugar de refugio y protección. La toma de conciencia por parte del/la menor de tales circunstancias frecuentemente produce la destrucción de muchas bases de su seguridad. El/la menor queda entonces a merced de sentimientos como la indefensión, el miedo o la preocupación sobre la posibilidad de que la experiencia traumática pueda repetirse, todo lo cual se asocia a una ansiedad que puede llegar a ser paralizante.

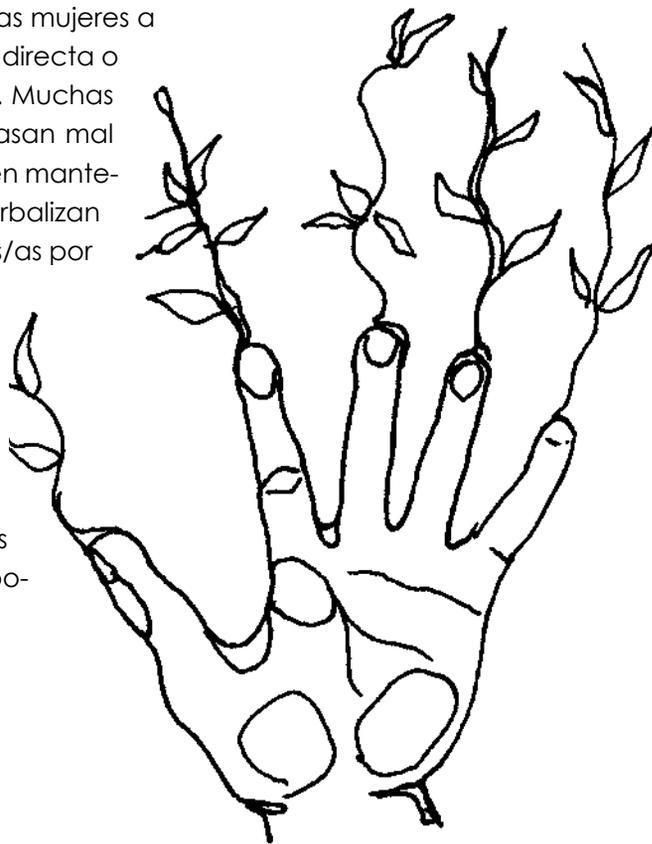
Desafortunadamente, en el caso de la violencia de género, la experiencia temida se repite de forma intermitente a lo largo de muchos años, constituyendo una amenaza continua y muchas veces percibida como incontrolable.

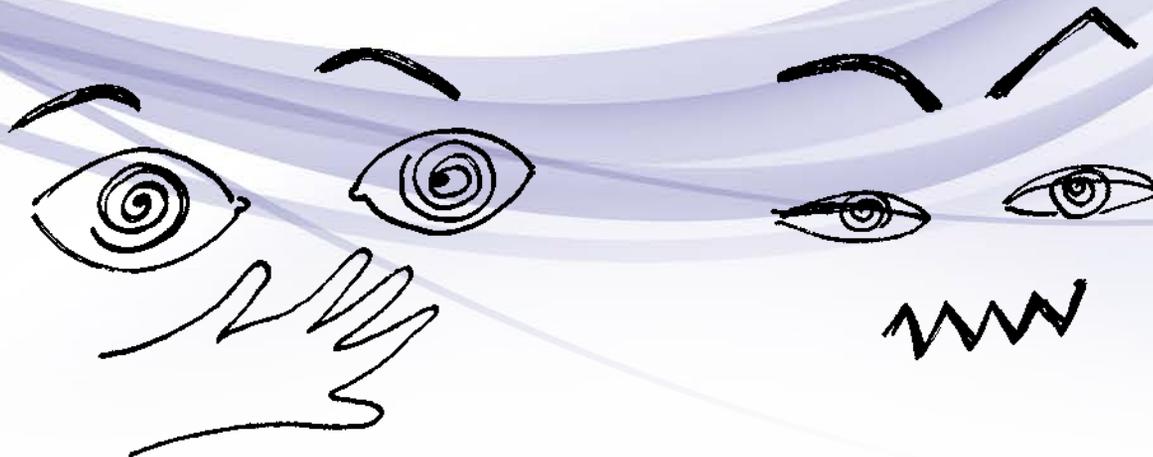
La mayoría de hijos e hijas de mujeres maltratadas pueden estar afectados/as en mayor o menor medida por las vivencias experimentadas durante su convivencia en el hogar familiar, en muchos casos la relación con el padre maltratador tras la separación es difícil, pudiendo llegar a ser totalmente nula y dejando a la madre en una situación de duda e incertidumbre sobre «cómo actúan» frente a sus hijos/as cuando hay que tratar el tema del padre.

La vivencia de la madre respecto a la relación entre los hijos/as y el padre, es un tema complejo.

Existe un temor generalizado entre estas mujeres a que los niños/as sigan sufriendo de forma directa o indirecta por el contacto con sus padres. Muchas madres manifiestan que sus hijos/as lo pasan mal en las visitas con su padre, pero que deben mantenerlas por imposición legal. Asimismo, verbalizan que sus hijos e hijas son instrumentalizados/as por parte de los padres en estas visitas.

La mayoría de las madres suelen reconocer el derecho de sus hijos/as a seguir manteniendo relación con el padre (salvo en los casos en que los hijos/as han sufrido maltrato físico por parte del padre), pero cuestionan los tiempos, los espacios y las formas que impone el sistema legal.





Algunas madres tratan de reforzar la relación de sus hijos/as con el padre para que tengan una vinculación positiva con el mismo, llegando en ocasiones a contradecir los consejos que les han dado los/as profesionales cuando han considerado que en esos momentos este hecho no era conveniente.

Pero otras muchas no pueden reprimir su rencor y desprecio hacia el que fue su maltratador y, sin darse cuenta, transmiten gran parte de esa negatividad a sus hijos e hijas, con todo lo que ello conlleva.

En el intento de proteger a sus hijos e hijas de posibles situaciones complicadas o de brindarles protección ante el sufrimiento, muchas madres consideran que se debería tener más en cuenta a los niños/as, tanto su situación de desprotección como su voluntad de ver o no al padre. Pero siempre queda la gran incertidumbre de «qué será mejor para el niño/a». En general, los niños y las niñas no se sienten escuchados por las personas adultas acerca de si quieren o no tener relación con sus padres. Viven la decisión como algo externo a ellos/as, un mundo de adultos/as en el que, en el mejor de los casos, se les pregunta qué quieren hacer, pero al final se hace lo que los/as adultos/as quieren.

El vínculo que establecen los hijos e hijas con sus padres está directamente relacionado con ciertas variables, como son el tipo de contacto que tenga con el progenitor, la forma en la que lo vive el niño/a, el tiempo que compartan, la respuesta del adulto/a a las demandas afectivas del niño/a, la actitud que éste/a manifiesta hacia la madre y, lo que en este taller tratamos principalmente, la relación con la madre y cómo vive ella este proceso.

Algunas veces, los niños y niñas pueden percibir la relación con su padre como una obligación impuesta, no quieren ir a verlo por el rencor que le guardan debido al daño que le ha hecho a su madre y a ellos/as mismos/as; otras veces, acuden a las visitas evitando mostrar sus verdaderos sentimientos hacia ellos por miedo a que pueda repercutir negativamente en su madre, culpándolas por ejemplo de que sus hijos/as no los quieren. En ocasiones los niños y niñas quieren quedar con su padre por cariño, otras veces por pena, etc., pero lo intentan ocultar a las madres por evitarles sentimientos de deslealtad hacia ellas. De esto hablaremos más detenidamente **en el taller de preparación ante las visitas**.

La cuestión del régimen de visitas con el padre maltratador es un tema muy delicado, en ocasiones, las explicaciones que dan las personas adultas no están adaptadas al mundo de los/as niños/as, por falta de formación, de tiempo o por simple descuido. Independientemente de si la opinión del niño o niña es vinculante o no para la decisión judicial debido a su edad, es fundamental concienciar a todos los y las profesionales del área y a las madres sobre la importancia de dar respuestas a los niños y niñas, pues de lo contrario pueden ocasionarles un mayor rechazo o más confusión en el difícil proceso de aceptar su nueva vida como hijos e hijas de padres y madres separados/as y con el añadido de la historia de violencia.

Una proporción de mujeres que han sufrido violencia por parte de sus parejas, describen al agresor como un padre que tiene poco contacto con los niños/as, hace poco uso de formas educativas positivas, hace más uso de prácticas educativas negativas y se enfada a menudo con los hijos/as, pero también existen otras mujeres que consideran que su rol como padre lo desempeña con normalidad e incluso en ocasiones lo consideran buen padre. Teniendo en cuenta lo diferentes que pueden ser las circunstancias así como las dudas y miedos que pueden plantearse las mujeres en una u otra posición, es fundamental que programas y talleres como el que aquí se presenta trabajen para ayudar a que estas mujeres puedan encontrar la manera de relacionarse con sus hijos e hijas en positivo y tratar temas conflictivos, como son el régimen de visitas, la desaparición de la figura paterna, etc.

Tanto en los casos en los que los hijos/as tienen régimen de visitas como en los que no existe relación alguna con el padre maltratador, la madre debe posicionarse y prepararse para tratar de transmitirles serenidad, positividad y equilibrio. Por todo ello es fundamental que la madre sepa identificar y controlar todos aquellos aspectos «tóxicos» que pueden dañar a sus hijos e hijas a la hora de relacionarse con su padre.

En el taller se abordará cómo hablar con los/las menores entre otros temas de: la figura del padre ausente, entrada en la cárcel, situación de violencia, Orden de Protección, Punto de Encuentro Familiar, el porqué de las visitas si no quieren ir o si por el contrario reclaman más tiempo con él, etc.



Es un tema delicado e importante para las madres el hablar del padre y en el que según el grado de vulnerabilidad de cada una necesitará un apoyo que le transmita tranquilidad para poder abordar el tema. Tenemos que entender que para ellas es complicado, ya que les proponemos hablar evitando descalificar, juicios de valor, descalificativos hacia la persona que ha sido su agresora durante años y que a la vez es una figura tan importante para la vida de sus hijos/as. Este momento es de máxima importancia y necesidad y, es probable que las madres necesiten un buen apoyo y asesoramiento.

En líneas generales se desarrollarán los siguientes puntos a modo de ejemplos.

Qué es **conveniente** hablar:

- ▶ Aspectos de la separación que les repercuten a los/as menores, como quien se hará cargo a partir de ahora sus rutinas.
- ▶ Contestar a todas sus preguntas teniendo en cuenta la edad del/la menor, no ocultar lo que es visible a sus ojos y, si en algo no estamos seguros/as, posponer la respuesta a cuando hayamos hablado con algún/a profesional o guía «en estos momentos no te sé contestar a esto pero lo haré en cuanto tenga la respuesta».
- ▶ En la medida que se vea a las niñas y niños predispuestos/as, hablar adaptado a su edad de la violencia en el hogar y de la Orden de Protección si hubiera.
- ▶ Respecto a las visitas con el padre, centrar la comunicación en actividades que hayan realizado y en cómo lo han pasado, evitando hacer juicios de valor.
- ▶ Si el padre está ausente, no inventar historias que distorsionen la historia vital del/la menor. Si no se sabe su paradero, es mejor decirlo así a pesar de que se les puedan plantear hipotéticas situaciones como que quizás se encuentre trabajando fuera, que se haya ido a su país de origen, etc., pero siempre asegurarles que la madre sabe lo mismo que ellos y ellas.
- ▶ Facilitar aspectos positivos ante la pérdida, «ahora tendremos la oportunidad de vivir en un ambiente sin miedo, donde podremos comenzar una nueva relación entre nosotros/as».

Que debemos **evitar** hablar:

- ▶ Información que no le conviene conocer al menor como hijo e hija y referente a pensión, denuncias, detalles de los hechos, intimidades que no actúan en beneficio del menor.
- ▶ Evitar descalificativos hacia el padre que puedan perjudicar el estado emocional del/la menor.

- Alarmarse delante de los niños y las niñas de según qué hechos nos cuenten que hayan vivido en la visita y que nos preocupen, esperar a estar a solas para expresar las emociones de rabia.

El cómo hablar es un aspecto importante a tener en cuenta, el lenguaje no verbal que utilizemos, el momento, el tono, las emociones que transmitimos.

Es fundamental que los hijos e hijas entiendan que la decisión de separarse es exclusivamente de los padres y madres y que ellos/as no han tenido nada que ver en este desenlace. Hay que resaltar a los hijos e hijas cuántas personas se preocupan por ellos (abuelos, amigos, profesores, etc.), y a la vez desean su felicidad. Que seguirán disponiendo de ambos padres (siempre y cuando el padre tenga permitido el régimen de visitas). Aunque la madre y el padre se hayan separado, el niño o niña puede igualmente querer y ser querido/a.

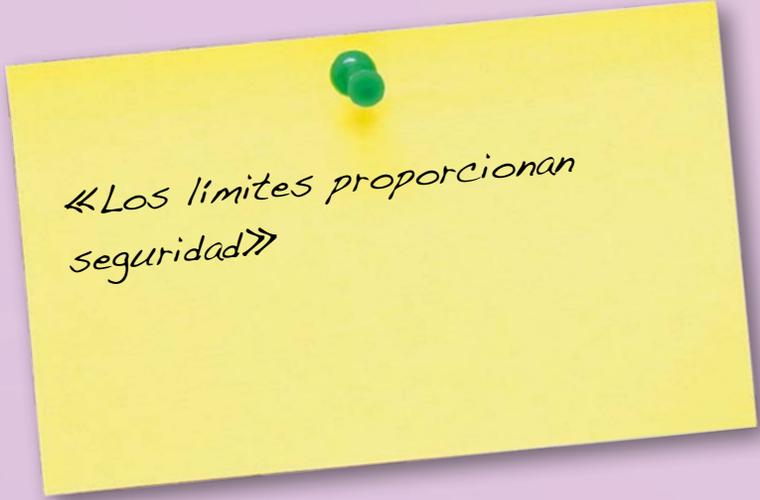
*A veces eso que más temes hacer
es lo que te liberará*

El taller asociado a este
tema se encuentra en el

Anexo 5

6

Tengo miedo a poner límites
y a veces yo también soy
agresiva



«Los límites proporcionan
seguridad»

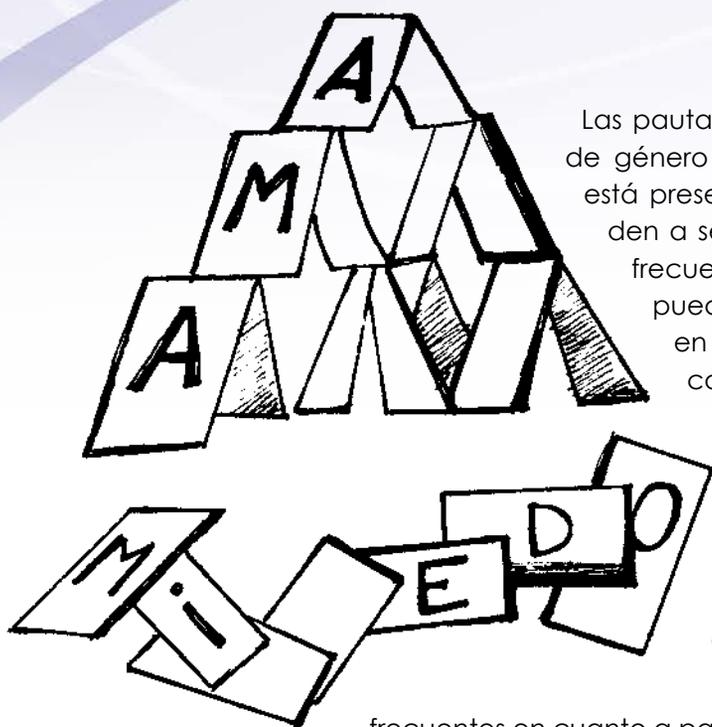
*Las normas y límites se deben entender
como una muestra de cariño hacia
los pequeños y pequeñas*

La violencia de género afecta directamente a las pautas de crianza de los niños, ya que el propio sufrimiento de la pareja dificulta su disponibilidad emocional hacia los hijos/as además del acuerdo necesario entre progenitores en las normas de crianza, lo cual tiene como consecuencia discrepancias serias sobre medidas de disciplina.

El sentimiento de seguridad de un niño/a depende de la seguridad de su vínculo con sus figuras de apego tempranas, la calidad de estas relaciones sirve como modelo de relación en su vida adulta. Las dificultades en la relación filio-maternal comienzan mediante el establecimiento de una relación de apego inadecuada. En consecuencia, los hijos e hijas de estas mujeres tienen dificultad para desarrollar un sentido de seguridad y confianza y, que puede reflejarse en el establecimiento de las relaciones íntimas en el futuro.

La violencia dentro de la vida en el hogar, impide el desarrollo de un sentimiento de confianza o seguridad, las personas que deberían dar protección no la están dando.

La depresión, ansiedad y baja autoestima que se generan en la mujer víctima de violencia de género les resta seguridad y asertividad en las tareas de crianza con sus hijos/as. La situación de violencia lleva a que la madre esté en mayor riesgo de presentar síntomas de estrés postraumático y, junto a ello, a una peor calidad en las relaciones con los hijos e hijas. A su vez, la psicopatología materna y la calidad en la relación madre-hijo/a se han asociado a los problemas de conducta de los últimos/as.



Las pautas de crianza de las madres que sufren violencia de género pueden ser muy cambiantes en función de si está presente o no la pareja maltratadora, es decir, tienden a ser inconsistentes como educadoras. Ocurre con frecuencia que si la pareja está presente, la madre se puede mostrar más dura y autoritaria, mientras que en ausencia de aquella, intentará compensar estas conductas con muestras excesivas de amor, sobreprotección y permisividad, lo que dificulta la creación de vínculo seguro. Estas actuaciones de la madre tienen que ver con un intento de aliviar los malos momentos o de proteger a los niños y niñas. Cuando los estilos de crianza son contradictorios la sintomatología de los niños/as es más aguda.

Es necesario señalar los comportamientos más frecuentes en cuanto a pautas de crianza del agresor para así dar sentido a la vulnerabilidad, respecto a los límites y normas, que suele estar presente en estas madres.

Los hallazgos disponibles, dentro de la escasa investigación centrada en las características de los hombres violentos como padres, presentan un panorama problemático donde estos padres maltratadores son descritos como:

1. Rígidos y autoritarios.
2. Que no se involucran en la vida de sus hijos y son negligentes con sus necesidades básicas.
3. Posesivos con sus hijos e hijas.
4. Manipuladores y físicamente punitivos, pero no físicamente cariñosos.

5. Proporcionan menos calidez y amabilidad a sus hijos/as.
6. Pasan el mismo tiempo con los hijos e hijas pero de peor calidad que los padres no violentos.
7. Tienen dificultades para integrar su propio comportamiento violento y su papel como padre.
8. Un padre incapaz de proporcionar un modelo de masculinidad, social y moralmente cuestionable.
9. Muestran comportamientos parentales agresivos y rechazantes.
10. No consideran que el uso de la violencia física les convierta en hombres amorales, ya que es percibida como un derecho paterno y creen que no es incompatible con una buena paternidad.
11. Tienen habilidades de co-parentalidad limitadas: carecen de comprensión, de habilidades de comunicación adecuadas y del imprescindible apoyo mutuo tan necesario para mantener una buena relación de tutela compartida sin importar el estado de la relación íntima.
12. En el contexto del proceso de divorcio se describen diversas características negativas de la paternidad de los hombres violentos, de las cuales la más destacada es la visión de los hijos e hijas como un medio para continuar sus intentos de ejercer control sobre la vida de su esposa y abusar de ella.
13. Cuando además abusan de sustancias demuestran menor capacidad para entender los estados mentales de sus hijos/as (es decir, el funcionamiento reflexivo), lo cual se ha asociado con la hostilidad de los padres y la retirada de las interacciones con los niños y niñas.

(Hernández, 2017)

La crianza es una de las áreas en la vida de la mujer víctima de violencia de género donde el agresor ejerce un control más férreo, comenzando incluso antes del nacimiento de los hijos/as. El agresor puede anular las decisiones de crianza de la madre, abusando verbal o físicamente de ella cuando está enfadado por el comportamiento de los niños/as, no cediendo a sus directivas de crianza y alterando así las decisiones y criterios de éstas cuando sus parejas están presentes, no pudiendo utilizar con seguridad su mejor juicio acerca de cómo cuidar a sus hijos/as. Esto hace que los niños/as perciban a la madre como un modelo inestable de crianza, siendo esta percepción reforzada por declaraciones verbales tales como: «*tu madre no te quiere*» o «*la mamá sólo se preocupa de sí misma*». Además, a las madres se les hace más difícil estar plenamente presentes y atentas a sus hijos e hijas por el maltrato recibido.



Todo lo anteriormente expuesto nos hace llegar a la conclusión de que en muchas ocasiones «la autoridad no es reconocida en la figura materna», por lo que es muy difícil para estas mujeres poner límites adecuados a sus hijos e hijas, razón por la cual «el control se consigue muchas veces utilizando el castigo físico».

Mostrarles esta reflexión es vital para estas madres, ya que les libera del sentimiento de culpa que les hace pensar que no saben educar, que en ocasiones se comportan como el padre violento, etc. Se trata de que valoren la posibilidad de que las han castrado en su intención de educar desde una perspectiva más sana y adecuada.

Les permitirá entenderlo como un aprendizaje y no como una incapacidad, aunque hay que subrayar la importancia de que la madre tenga capacidad emocional para tratar con sus hijos e hijas y esté disponible para ellos y ellas, ya que todos los esfuerzos que haga en este sentido se verán compensados neutralizando en mayor o menor medida el pasado violento que han vivido en el hogar.

La realidad muestra que, tras la separación, muchas de las mujeres víctimas de violencia tienen dificultades a enfrentarse solas a la educación de sus hijos e hijas, tienen miedo a poner normas, a hacerlo mal, les resulta un desafío poner límites sin sentirse culpables. En ocasiones tienen que aprender por primera vez a ejercer su rol de madre, pues hasta el momento de la separación su vida había consistido en lidiar con su difícil situación de violencia.

Los profesionales en el área recomiendan a estas madres dejar de lado el miedo a ejercer la autoridad, tener claro que ésta no perjudica a los hijos/as sino que los beneficia, y aprender a marcar límites, enseñando a diferenciar lo que está bien de lo que está mal.

Las normas y límites se deben entender como una muestra de cariño hacia los pequeños y pequeñas. Al hacerlo, el niño/a aprende cuáles son sus derechos, desarrolla el sentido de la protección y el cuidado. Además, las madres a través de los límites harán saber al hijo/a lo que se espera de ellos y ellas, lo que hace que desarrollen su autocontrol y mejore la convivencia familiar.

Es fundamental trabajar con estas madres los aspectos de educación centrados en psicología positiva, es decir, asumir consecuencias en vez de castigos, centrarse en reforzar los buenos comportamientos más que los negativos, potenciar los halagos, la empatía, comprensión y negociación.

En este sentido, el imponer consecuencias a sus actos es de suma importancia, ya que en muchas ocasiones sienten pena por sus hijos/as tras imponer una norma y no cumplirla, se confunden sentimientos y se mezcla la compasión por todo lo vivido en el pasado, pero deben entender que si no se respeta o mantiene la postura tomada, es una cuota de autoridad que se pierde, por lo que es conveniente que estas normas sean realistas y fáciles de aplicar. Dentro de esta necesidad de aprendizaje se encuentra el saber decir no al hijo/a sin que ello implique un sentimiento de culpabilidad.

Tras la separación es muy frecuente encontrarnos con padres que en las visitas con los/as menores mantienen el afán de seguir dañando a la madre y se comportan excesivamente permisivos y con falta de límites. Es decir, no les obligan a hacer deberes, les dan de comer lo que les gusta, permiten muchas horas de televisión o videoconsolas, no les duchan, etc. Este hecho, suele generar en las madres una sensación de tener que aguantar un peso extra en la educación, con la consiguiente impresión de tener que compensar aquellos comportamientos con pautas más restrictivas.

*No debemos tener miedo a equivocarnos.
Hasta los planetas chocan y del caos nacen las estrellas*

Charles Chaplin

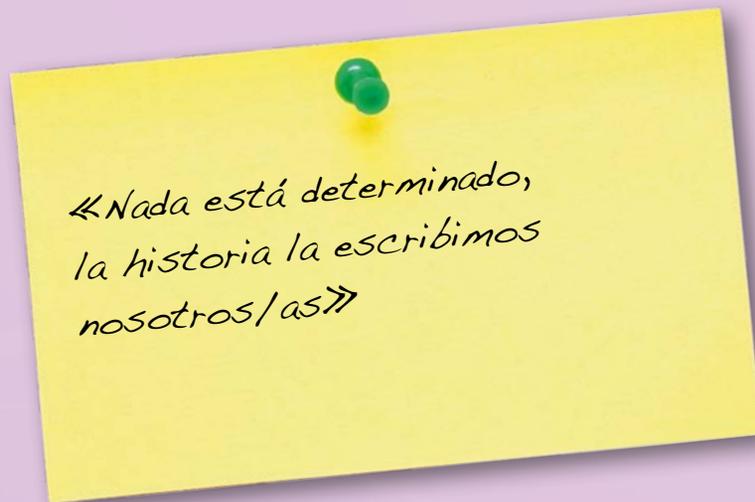
El taller asociado a este
tema se encuentra en el

Anexo 6



7

¿Mi hijo va a ser como su padre?
Y, ¿mi hija va a permitir que los
hombres le agredan?



Ningún niño o niña está condenado a comportarse como lo han hecho sus progenitores

Es habitual encontrarnos con madres víctimas de violencia de género que temen que las experiencias vividas en el hogar, como la actitud violenta del padre y las actitudes machistas, puedan marcar a sus hijos e hijas hasta el punto de que puedan convertirse de adultos/as en agresores o víctimas.

Los sentimientos que los y las menores experimentan a lo largo de la separación provocan en muchas ocasiones que presenten más rabietas, episodios de ira y agresividad, con lo cual el miedo de la madre se afianza con la repercusión negativa que tiene en estos niños y niñas que empiezan a padecer las temidas etiquetas, *«te comportas como tu padre»*, *«no quiero otro agresor en casa»*, *«acabarás siendo como él»*, son frases que en ocasiones verbalizan las madres presas de la ansiedad y el miedo porque su hijo se parezca a su padre.

Es verdad que los hijos e hijas de la violencia de género están viviendo de forma continuada y prolongada situaciones de violencia y abuso de poder, experiencias que les marcarán en su desarrollo, personalidad, comportamiento y valores en la edad adulta. Aprenden a entender el mundo y las relaciones de forma inadecuada. Hay que tener en cuenta que la familia es el primer agente socializador y el más determinante para el desarrollo y la formación de modelos y roles.

Las relaciones familiares violentas influirán en el significado que el niño o niña atribuya a las relaciones interpersonales, y más concretamente a las relaciones entre géneros, entre hombres y mujeres. Estos patrones violentos de comportamiento y relación se aplicarán a sus propias relaciones, desarrollando conductas sexistas, patriarcales y violentas.



Estos niños y niñas aprenden como valores intrínsecos en la familia que el hombre tiene el poder y el resto tiene que obedecer, las mujeres tienen menos valor que los hombres, el pegar a la mujer es correctivo y se usa cuando el hombre lo considera, la mujer es sumisa y soporta los malos tratos como algo aceptable.

Esto nos indica que el temor de las madres no es infundado.

Diversos estudios aseguran que cuando una persona ha padecido durante su infancia malos tratos o ha sido testigo directo de la violencia ejercida sobre su madre, en su adultez puede tomar dos posturas claramente diferenciadas. La primera de ellas es el rechazo total de la violencia, ya que sintió tanto terror que ha creado una capa sensible que hace que odie toda manifestación de violencia. En el lado opuesto encontramos a aquellas personas que han vivido las agresiones como algo normal en su familia y que las reproduce en su madurez sin darle la importancia que tienen, ya que es algo común para ellas.

Entonces, ¿qué hacer para evitar la transmisión intergeneracional?

Hay factores protectores que ayudan a los hijos e hijas a rechazar la violencia, entre ellos:

- ▶ El tiempo de exposición a la violencia, a menor tiempo menor probabilidad de interiorizar la violencia.
- ▶ Modelos familiares extensos adecuados, esto les ofrece a los/as menores el poder contrastar el sistema familiar del hogar con otros distintos donde las relaciones se basan en el respeto, igualdad y cariño.
- ▶ La edad en la que han sido expuestos/as a la violencia. La afectación será distinta si lo han hecho desde la edad temprana (mayor vulnerabilidad) o en un momento de mayor madurez en el cual el sistema de creencias personales está más asentado.
- ▶ La red social y su postura hacia el machismo, desigualdad y violencia.
- ▶ La madre en dos sentidos, en la afectación que muestre ante las situaciones vividas que influirá en su capacidad de atención del menor o la menor y, la educación que haya recibido en su infancia y juventud, así como vivencias ante la violencia y sistema patriarcal machista.
- ▶ La educación y estudios que reciban los hijos e hijas. A mayor formación se espera menor creencia en modelos patriarcales y desiguales, además les permite visionar otra figura de autoridad que se manifiesta con respeto.

Si estos factores se hayan presentes será buen indicativo de menor transmisión generacional y perpetuación.

Atendiendo a estos factores, es evidente que será bastante imprevisible determinar que niñas o niños serán futuras o futuros maltratadores o cuáles condenarán la violencia. Pero lo que sí está claro es que las madres deben ser conscientes de la importancia de no tener ideas preconcebidas sobre este tipo de cuestiones, ni juzgar previamente a los niños/as que aún tienen muchas posibilidades de cambio ya que están en sus primeras etapas de la vida.

En este sentido es necesario que las madres conozcan los estados evolutivos por los que pasan los niños y niñas en un desarrollo normal, y a su vez los cambios emocionales y conductuales que es probable que experimenten a lo largo del proceso de separación, posible denuncia con orden de protección, quizás nueva casa, nuevo cole, nuevos amigos/as, visitas interpuestas que puede que no acepten, etc. No todas las reacciones que exteriorizan los niños/as y adolescentes que viven violencia en el hogar tienen que ser achacadas a ésta, ni los episodios agresivos a que se comporten igual que su padre.

Debemos tener en cuenta que los regímenes de visitas con los padres pocas veces se suspenden, por lo que en muchas ocasiones estos niños y niñas continuarán conviviendo con la violencia aun después de la separación de sus padres. Esta situación genera una confusión en el sistema de creencias de valores de estos y estas menores en la que en cada hogar se espera algo distinto de ellos y ellas. En el caso de los hijos varones, en la casa del progenitor paterno se suele ver reforzada la idea de hacer pocas o ninguna tarea del hogar, de transmisión de ideas de superioridad etc., lo cual contrasta con el hogar materno y, en ocasiones, provoca en según qué edades la preferencia por la convivencia con aquel, algo que no suele suceder en el caso de las hijas.

A este respecto, en estos momentos existe un paquete de enmiendas a la Ley Orgánica de Protección Integral de la Infancia y la Adolescencia en la que se propone que los hombres con Órdenes de Protección y con medidas de contenido penal por violencia de género, no puedan visitar a sus hijos e hijas menores.

Estudios y estadísticas.

Según un estudio reciente elaborado por el Ministerio de Igualdad «Menores y Violencia de Género 2020», los porcentajes de trasmisión generacional son los siguientes:

➤ En el caso de las **chicas** la probabilidad de ser víctima en su relación de pareja es la siguiente:

- Sin violencia hacia la madre: 88,2% no son víctimas y un 11,8% sí lo son.
- Violencia con gravedad media hacia la madre: 76,2% no fueron víctimas y un 23,8 sí.
- Violencia grave contra la madre: 67,1% no lo fueron y un 32,9% sí.

➤ En el caso de los **chicos** la probabilidad ser agresores en sus relaciones de pareja sería:

- Sin violencia hacia la madre: 86,1% no son agresores y un 13,9% sí lo son.
- Violencia con gravedad media hacia la madre: 68,3% no fueron agresores y un 31,7% sí.
- Violencia grave contra la madre: 65% no lo fueron y un 35% sí.

Estos resultados nos indican que hay mayor transmisión generacional de hombre a chico en comportamientos violentos.



Según este estudio, podemos hablar de los aspectos que actúan como factores de riesgo aumentando la probabilidad de la transmisión de los roles machistas:

1. La autoestima reduce el riesgo, pudiendo considerarse por tanto como una condición de protección. El nivel de significación de esta característica es bastante parecido en ambos sexos, aunque ligeramente menor en el caso de los chicos.
2. Los dos factores evaluados sobre la mentalidad que subyace tras la violencia de género actúan también como las principales condiciones psicológicas de riesgo, con nivel de significación bastante mayor en el caso de los chicos: a) la justificación de la violencia de género y la familia patriarcal; b) y la justificación general de la violencia para resolver conflictos y el sexismo.
3. El estrés generado por no cumplir con los estereotipos machistas, que en el caso de los chicos se evaluó a través de dos factores relacionados con las situaciones de inferioridad intelectual en general o con las situaciones de subordinación a las mujeres, parece ser bastante más significativo en el caso de los chicos que en el de las chicas. El nivel de significación en ellos es bastante próximo al de los dos factores mencionados en el punto anterior y claramente mayor que el de la autoestima.
4. Los problemas de salud, tanto psicológica como física, incrementan el riesgo de reproducción de la violencia. El nivel de significación de la asociación entre ambos problemas en los chicos es menor que en las chicas, diferencia que cabe relacionar con el hecho de que el malestar físico y el malestar psicológico por los que se pregunta en esta escala sean mucho más frecuentes, en general, en las chicas adolescentes que en los chicos. De los dos factores, en ambos grupos, el malestar físico está más asociado a la reproducción de la violencia que el malestar psicológico.

¿La transmisión siempre es unidireccional?

La repetición transgeneracional de patrones en un solo sentido, es decir, que los niños varones van a repetir el patrón de los padres maltratadores y las niñas van a repetir el patrón de mujeres maltratadas de sus madres, no es cierta en su totalidad.

Existe la posibilidad de que la persona que acabe desarrollando un patrón de relación maltratante pueda ser la niña, o que el niño pueda desarrollar un patrón de victimización.

Durante la mayor parte de la vida somos seres cuyas conductas son aprendidas, por ello, en esta transmisión de la violencia no debería de existir distinción de géneros. Si bien tradicionalmente las niñas imitan a sus madres y los niños a sus padres, esta afirmación no puede ser concebida como rotunda, ya que las conductas violentas pueden ser aprendidas tanto por las niñas como por los niños al igual que las conductas de sumisión que desempeñan sus madres.

Con todos los datos expuestos anteriormente, podemos concluir que ningún niño o niña está condenado a comportarse como lo han hecho sus progenitores, aunque exista mayor predicción. Factores como el papel de la madre, características personales, resiliencia y educación jugarán un papel fundamental en la desviación de estas conductas.

Desde este programa, se intenta transmitir la importancia de que las madres entiendan el valor que tiene enseñar a sus hijos/as a expresar sus emociones adecuadamente, a educarles en términos de igualdad, a fomentar su autoestima, a enseñarles a resolver conflictos y a potenciar sus habilidades sociales para evitar tales conductas en el futuro.

Todo lo que se nos concede son posibilidades para hacer de nosotros/as una cosa u otra

José Ortega y Gasset

El taller asociado a este
tema se encuentra en el

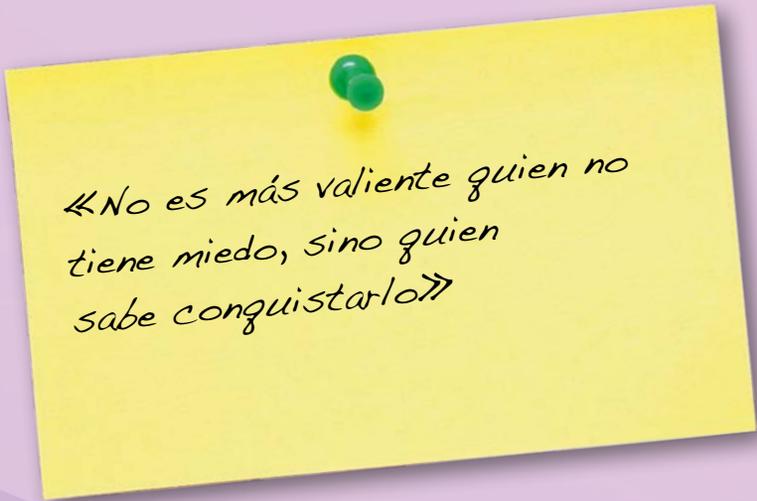
Anexo 7

8

¿Cómo afronto las visitas con su padre?

¿Debo preparar a mi hijo/a?

Tengo miedo a que les pase algo



«No es más valiente quien no tiene miedo, sino quien sabe conquistarlo»

El entorno que un niño necesita para desarrollar sus capacidades físicas, intelectuales o cognitivas, emocionales, sociales y de autoestima, requiere tanto de una atención médica o educación adecuadas, como de un medio social y familiar sano y seguro

Convención sobre los derechos del niño

Es una realidad que tras la separación de la pareja que ha ejercido violencia, y en muchas ocasiones con Orden de Protección o Alejamiento hacia la mujer, los hijos e hijas de dicha pareja mantienen las visitas con el agresor dentro del régimen de custodia impuesto por el sistema judicial. En ocasiones estas visitas se dan en Puntos de Encuentro Familiar de una manera tutelada por profesionales, pero lo más frecuente es encontrarnos con niños y niñas que pasan fines de semana alternos, algún día entre semana y vacaciones al 50% con sus progenitores paternos.

Esta situación pone en alerta a la madre, que después de haber sufrido la violencia por parte del agresor y habiendo denunciado, muchas de ellas, para alejar a sus hijos/as dicha violencia debe entregar a éstos cada fin de semana a su padre, lo que con frecuencia les genera sentimientos de indefensión, abandono, frustración, culpabilidad, temor y angustia.

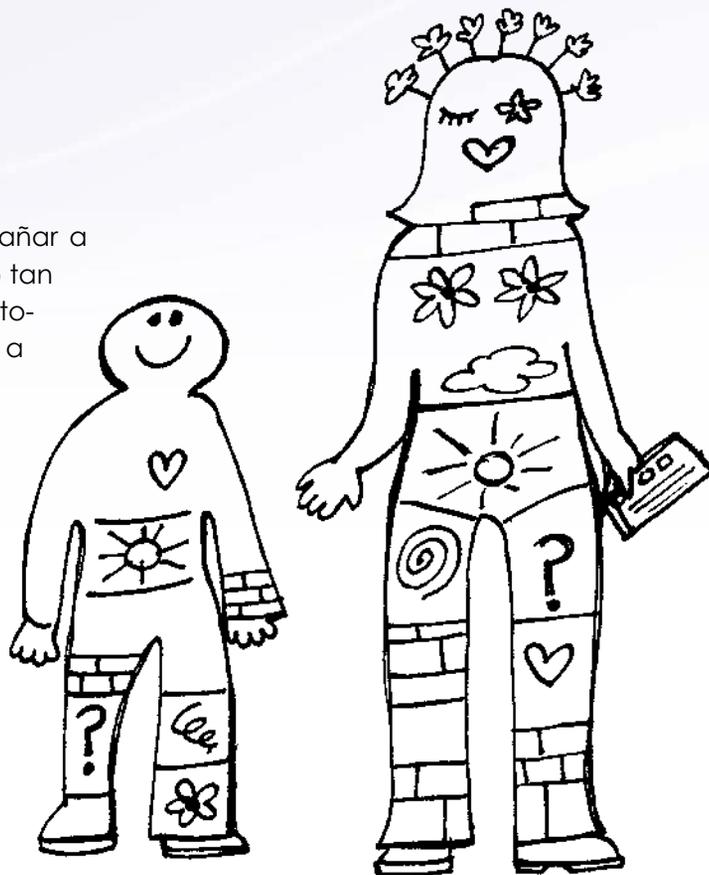
Es fácil que parte de éstos temores los traspasen a los/as menores mediante actos o palabras, lo cual repercute negativamente en la idea que se construyen éstos/as ante los momentos que van a tener que compartir a solas con sus padres a partir de la separación.

De ahí la importancia de acompañar a las mujeres y madres en este proceso tan doloroso en el que sienten que para tomar el control de sus vidas exponen a su hijos e hijas a la violencia que ellas rechazan.

Gestión de las visitas en la madre.

Existen tres momentos en las visitas con el progenitor paterno que será importante tratar.

- 1. Preparación de la visita.** Cuando los/as menores se enfrentan a las primeras visitas les suelen surgir pensamientos del tipo: ¿papá estará enfadado conmigo?, ¿me habrá dejado de querer?, ¿si se enfada y no está mamá con quien me voy?, ¿y por qué yo tengo que ir y tú no?, etc. Las madres juegan un papel importante en estos momentos, ya que son su principal apoyo y seguridad. Transmitir tranquilidad pero a la vez dotarles de herramientas para prevenir riesgos, es un equilibrio que en ocasiones es difícil de mantener.
- 2. Durante las visitas.** Los días que pasan los niños y las niñas con el padre son de mucha inquietud para la madre, sobre todo cuando son pequeños/as y no tienen la posibilidad de llamarles desde un teléfono que no sea el del padre. Además, cuando se producen estas llamadas suelen ser muy limitadas en el tiempo, el niño/a suele estar cortado/a y en ocasiones coaccionado/a a la hora de hablar de manera



espontánea con la madre, puesto que casi siempre se dan en presencia del padre. Estas situaciones aún incrementan más la preocupación en la madre, ya que piensa que algo puede estar pasando.

- 3. La vuelta de la visita.** Se suelen dar dos vertientes, niños y niñas que regresan alterados, desafiantes, irritables y excesivamente movidos, y por el contrario, los y las que vuelven apáticos/as y sin ganas de hablar. Los primeros alteran la dinámica familiar durante varios días hasta que retoman su estado habitual, encontrando detrás de estas conductas a menores que escuchan cosas inadecuadas en casa del padre, reciben castigos, etc. y callan por miedo al enfado de éste. Los/as que se muestran más callados/as y apáticos/as pueden estar sufriendo lo mismo pero, debido a su carácter, lo sobrelleven de una manera distinta, o bien puede que no estén viviendo experiencias negativas y, sin embargo, sufran la separación con tristeza y además se sientan angustiados/as por transmitir a la madre que han estado bien en casa del padre. Qué decir y cómo actuar en estos momentos es vital para el desarrollo de las futuras relaciones filio-parentales.

Las madres se suelen sentir desbordadas emocionalmente ante los problemas que les generan los regímenes de visitas con el padre agresor, sus relatos con frecuencia nos sitúan en varios contextos que las martirizan, los más comunes son los siguientes:

- En casa del padre existe demasiada permisividad en cuanto a normas y límites, como no hacer tareas escolares en sus horarios, comer lo que quieren y cómo quieren, dormir tarde, dar caprichos que ellas no consienten, etc. Todo esto genera en los y las menores contradicciones de hábitos, rutinas y valores que alteran sus comportamientos y actitudes. Generalmente, esto suele ser considerado una manera de manipular a los/as menores para ganárselos/as y, a su vez, para ponerlos/as en contra de la madre.
- Como consecuencia de lo mencionado en el punto anterior, en ocasiones y según las edades de los niños y niñas, termina habiendo preferencia de éstos/as por las visitas paternas, queriendo incluso irse a vivir con ellos o, como mínimo, pasar más tiempo juntos. Este hecho provoca una sensación de impotencia y

frustración en las mujeres por sentirse abandonadas, más aún, después de intentar hacer todo aquello que consideraban mejor para la educación de sus hijos e hijas y, sobre todo, después de haberlos/as protegido y defendido ante situaciones que valoraban como injustas, haciéndoles creer que todo su esfuerzo ha sido en vano.

- ▶ Rechazo absoluto de los niños y niñas por miedo al padre, ya sea por ser demasiado autoritario, por hablar constantemente mal de la madre, por hacer demasiadas preguntas sobre ella para de esta manera seguir controlándola, etc. Cuando se dan estas circunstancias, el/la menor sufre una situación de tensión y amargura antes, y durante las visitas.

Gestión de los niños y niñas ante las visitas paternas.

La experiencia en el trabajo con los hijos e hijas de violencia de género nos indica que, principalmente, suelen experimentar las siguientes emociones:

- ▶ **Sentimientos de impotencia** ante la manipulación que sufren en la casa del progenitor paterno, los/as cuales se guardan y hace que se generen las explosiones de rabia e ira al regresar al hogar donde suelen tener el apego seguro y la tranquilidad de poder expresarse.
- ▶ **Sentimientos de ambivalencia amor/odio.** Se producen como consecuencia de momentos que pasan disfrutando de buenos ratos y que a su vez contrastan con todos aquellos recuerdos negativos de violencia o enfados desproporcionados que guardan por parte del padre. Esto provoca altibajos emocionales constantes en su vida cotidiana, se entremezclan los sentimientos de amor odio y les genera confusión emocional.
- ▶ **Sentimientos reprimidos** cuando, a pesar de rechazar las visitas, acuden con buena cara y sin quejarse por el miedo a las consecuencias hacia sí mismos/as o hacia su madre. Intentan aparentar normalidad pero, cuando profundizamos en sus emociones, nos encontramos con que tienen miedo a no querer ir o a quejarse por si se les castiga o se les pega, ya que al final acaban yendo igual. También

suelen manifestar su temor a que, en el caso de no ir, agredan nuevamente a su madre por echarle la culpa a ésta de ese rechazo (se trata de un comportamiento típico en los agresores).

- **Sentimientos de deslealtad.** Niños y niñas que se encuentran bien durante las visitas paternas pero se sienten culpables de transmitírselo a la madre. Siendo conscientes como lo son del daño que el agresor ha ejercido en ella, se sienten contrariados/as porque a ellos/as se les trata bien. Tienen la sensación de estar traicionando a su madre, se les presentan un conflicto de lealtad y, normalmente, no expresan sus vivencias en el hogar paterno. De la misma manera pueden existir conflictos de lealtad hacia el padre cuando, aun no queriendo estar con él, escuchan hablar mal de éste y, por ser algo que rechazan suelen defenderlo, en ocasiones porque creen que se sienten en esa obligación por el mero hecho de ser su padre. También pueden darse este tipo de sentimientos al callarse y omitir todo aquello que no les gusta de él por sentimientos de pena, por el «deben» de hijo/a de no dañarle.

Existen casos en los que los/as menores no tienen visitas con sus padres, bien por tener medidas o porque éstos no pueden visitarlos (pueden estar en la cárcel, desaparecidos, ...). En otras ocasiones es por presentar hacia ellos una Orden de Alejamiento. También se dan situaciones en las que niños/as que apenas han presenciado hechos violentos y querrían ver a sus padres, son éstos los que no acuden a las visitas. Ante esta variedad de circunstancias, hay veces que los/as menores culpabilizan a la madre por pensar que es ella la que no les deja ver al padre.

Respecto a los/as menores que rechazan las visitas con su progenitor paterno, en ocasiones nos podemos encontrar con situaciones curiosas como por ejemplo, el caso de un padre que rechaza la visita y/o no acude a ésta y el malestar del menor aumenta cuando, por coherencia, debería disminuir al suponerle un alivio. Estos hechos nos demuestran una vez más la necesidad que tienen los niños y niñas de sentirse queridos/as y considerados/as dentro de un sistema familiar por mucho que éste se encuentre roto o dañado y, aunque los tratos hacia ellos y ellas no hayan sido los adecuados.

Como podemos ver, los momentos de los padres que dedican junto a sus hijos e hijas, son vividos por parte de los niños/as y de las madres con una constante preocupación. Es por lo tanto muy importante el poder proporcionar a estas últimas las herramientas más adecuadas para saber gestionar estos momentos, y a la vez, pautas para preparar a sus hijos e hijas ante señales de alerta y riesgo, pero siempre con serenidad.

Que nos dicen los estudios.

Según el III Congreso del Observatorio contra la Violencia Doméstica y de Género. La valoración del riesgo de las víctimas (2009).

Se exponen estos hechos constatados que se describen a continuación:

- ▶ En primer lugar se argumenta que se debe considerar a los y las menores que han sido expuestos a violencia de género en su ámbito familiar como víctimas de la conducta agresiva permanente del agresor de género, quedando ello constatado en la revisión de la literatura científica sobre el tema.
- ▶ El hombre violento no cesa de ejercer la violencia tras la separación, detectándose que hasta el 60% de los padres separados violentos mantiene un alto nivel de conflicto y de abuso hacia la mujer durante el contacto que suponen las visitas con los hijos/as. La violencia psicológica continúa y se prolonga indefinidamente a través de estas visitas, en la recogida y entrega de los hijos/as, mediante amenazas, o utilizando las visitas como medio para mantener el contacto con el ex cónyuge; la violencia de género, al contrario, suele incrementarse e intensificarse tras el divorcio (el mayor número de feminicidios e infanticidios se producen en el contexto de la separación de la pareja); los y las menores continúan reexperimentando el trauma durante las visitas con el agresor. Así pues, los puntos de encuentro familiar donde se desarrollan las visitas del menor o la menor con el padre agresor, no disminuyen el riesgo de incrementar los síntomas que padecen los niños/as víctimas de violencia si se contempla el impacto emocional que tiene la interacción forzada (judicialmente) con el maltratador.

- ▶ La Convención sobre los Derechos del Niño aprobada por la Asamblea General de la ONU y ratificada por España en 1989, establece que *«el entorno que un/a niño/a necesita para desarrollar sus capacidades físicas, intelectuales o cognitivas, emocionales, sociales y de autoestima, requiere tanto de una atención médica o una educación adecuadas, como de un medio social y familiar sano y seguro, una alimentación equilibrada (...)*». En su artículo 9.3, enuncia que *«se respetará el derecho del niño/a que esté separado de uno o de ambos padres a mantener relaciones personales y contacto directo con ambos padres de modo regular, salvo si ello es contrario al interés superior del niño/a*». Parece obvio que la relación continua del niño/a con el progenitor que ha ejercido y ejerce violencia contra él/ella y su madre no implica un entorno «sano y seguro» para su correcto desarrollo.
- ▶ Se contradice e incumple, al mantener el contacto del agresor con las víctimas menores, uno de los aspectos principales de la Ley Orgánica 1/2004 de 28 de diciembre de 2004 de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género, que en su Exposición de Motivos especifica literalmente que *«Las situaciones de violencia sobre la mujer afectan también a los y las menores que se encuentran dentro de su entorno familiar, víctimas directas o indirectas de esta violencia. La ley contempla también su protección no sólo para la tutela de los derechos de los y las menores, si no para garantizar de forma efectiva las medidas de protección adoptadas respecto de la mujer*».
- ▶ Actualmente se antepone el contacto entre padres agresores e hijos/as, a pesar de que se haya demostrado el comportamiento violento del progenitor, permitiéndose que los «derechos» del padre biológico primen sobre la seguridad física y mental de los hijos e hijas.
- ▶ Las mujeres que muestran su preocupación por el establecimiento de las visitas de sus hijos/as con sus padres violentos, en muchas ocasiones, son «castigadas» judicialmente, calificándolas de alienadoras o manipuladoras, incluso siendo «diagnosticadas» de síndrome de alienación parental (un inaceptado e inaceptable término en el ámbito sanitario médico-psiquiátrico por su falta de evidencia

y de rigor científicos). Con ello se incrementan de forma considerable las consecuencias ya de por sí graves, en el o la menor víctima de violencia de género, al pretender con ese «diagnóstico» separarlo de su figura progenitora protectora, etiquetada de «maliciosa».

- El tratamiento de las secuelas físicas, emocionales y de socialización que padece el niño o la niña expuesto/a a violencia, implica la ruptura de la relación con el causante de dichos trastornos, pues la erradicación de la violencia es imposible si se mantiene la transmisión intergeneracional de la violencia, por lo que es preciso romper definitivamente con el modelo violento.

Es necesario acompañar a las madres en este camino y para ello hemos dedicado el Anexo 8.

El taller asociado a este
tema se encuentra en el

Anexo 8

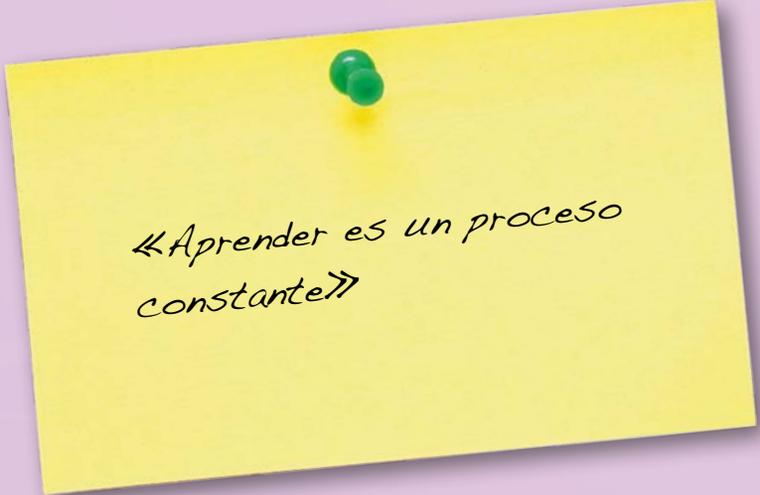
IMPOTEN
granjencia
AMOR
Lealtad



Metodología

9

Consideraciones metodológicas generales



«Aprender es un proceso constante»

Este programa tiene como objetivo dotar de una serie de herramientas útiles a mujeres víctimas de la violencia de género en su proceso de reconstrucción personal y familiar. Está dirigido específicamente a estas mujeres siempre y cuando tengan hijos e hijas y hayan dado el paso de separarse de sus agresores, sin embargo, también podría resultarles de utilidad a mujeres que estén en etapas previas a la separación.

Tras haber fundamentado teóricamente los diferentes aspectos que componen el programa, se han desarrollado una serie de talleres que pretenden responder a cuestiones fundamentales propias en este proceso de cambio de la mujer víctima violencia de género.

Cada taller está compuesto de una serie de dinámicas y actividades dirigidas por una persona profesional del área. El desarrollo ideal del programa supondría que las mujeres realizaran los 9 talleres, pero el hecho de que estén clasificados por temas específicos también permite que resulten de utilidad a nivel individual, es decir, que una mujer con una inquietud concreta pueda acudir tan solo a aquel que más le interese.

De los nueve talleres, los ocho primeros son dirigidos a realizar dinámicas de grupo y, el noveno, se dedicará a responder las preguntas de las dudas que hayan podido surgir, incluidas aquellas que sean de carácter personal siempre que se puedan compartir con el resto del grupo. Si no las hubiera el/la profesional planteará una serie de cuestiones que serán de interés general ante la temática de los talleres.

Las actividades propuestas en los talleres son orientativas, dependiendo del grupo y el tiempo se pueden escoger unas u otras. Es importante a la hora de desarrollar cada sesión que el/la profesional sepa adaptarla a las características del grupo, ya que puede encontrar diferencias notables en las casuísticas de estas mujeres y que además pueden estar en momentos vitales muy diferentes. Se recomienda por lo tanto ser flexible en la selección de actividades a llevar a cabo y en el tiempo dedicado a las mismas, según sea la necesidad en cada taller. El desarrollo de los talleres tiene una serie de aspectos comunes que a continuación se detallan.

Presentación y normas (esta presentación se hará en el Taller 1).

La presentación e indicación de las normas será común a todos los talleres si se incorporan mujeres nuevas a ellos. Se comenzará presentándose el/la terapeuta y dando la bienvenida al grupo a todas las mujeres participantes. Es importante reforzar su asistencia elogiando el esfuerzo que supone integrarse en un grupo de desconocidas, comentando que no deben sorprenderse si se encuentran algo nerviosas en los primeros momentos. Se les tranquilizará informando que se respetará el proceso y el nivel de participación de cada una, recalcando que en las posibles dinámicas que se propongan no hay una manera correcta o incorrecta de realizarse, que cada una extraerá de la sesión su propia experiencia y reflexiones.

Se expondrá el programa y se les animará a participar en los nueve talleres propuestos, de manera que puedan tener una visión más amplia de los temas tratados. Recalando la voluntariedad de la asistencia a los mismos, se invitará a acudir a las sesiones que más les interese y/o a las que sus obligaciones laborales o personales les permitan. De manera esquemática se explicará la estructura de las sesiones, sus objetivos y la finalidad general del proyecto.

Se les indicarán las normas específicas de funcionamiento de los talleres:

- Consentimiento voluntario.
- Exigencia de confidencialidad de todo lo tratado en el grupo.

- Participación activa (cada una en su medida) ya que constituye un requisito esencial a la hora de adquirir habilidades.
- Se trabajará desde tres máximas: Presencia / Conciencia / Responsabilidad.
 - Desde los sentimientos en el presente (mirando desde ahora hacia delante).
 - Reflexionando, tomando conciencia de lo que pasa dentro de cada una.
 - Responsabilizándose cada mujer de lo que va ocurriendo dentro de la sesión, aprendiendo desde ahí a tomar el poder de su propia vida.
- No se juzgará ni a las demás participantes ni a una misma, se intentará mantener una actitud objetiva y respetuosa ante lo que se comente en el grupo.

Dinámica de presentación (esta presentación se hará en el Taller 1).

Se colocan por parejas para presentarse entre ellas, por ejemplo, *Me llamo Pilar, tengo 45 años, dos hijos y trabajo de enfermera, etc..*

Comentarán su motivación para acudir a los talleres, cómo se enteraron de ellos y qué les gustaría conseguir. Se les permite durante unos minutos entrar en contacto y compartir experiencias.

A continuación, cada mujer presenta a su compañera con la información que le ha contado y explica cómo se ha sentido ella en esta primera dinámica. Así hasta presentarse todas.

Esta dinámica tiene sentido si el grupo lo forman más de 6 mujeres, en caso contrario se presentarán individualmente.

Se dejará el tiempo suficiente para que en esta rueda de presentación se vaya creando un clima grupal adecuado, identificando lo que tienen en común, esto suele ocurrir espontáneamente, en caso contrario se facilitará.

TAMAÑO DE GRUPO:

4-10 participantes.

TIEMPO REQUERIDO:

2 horas o 2 horas y 30 minutos, según el taller.

MATERIAL:

Folios, bolígrafos, lápices, pinturas o ceras, reproductor CD, ordenador y proyector (en función del taller a realizar se necesitarán sólo parte de los materiales citados).

LUGAR:

Sala con espacio suficiente para que las participantes estén sentadas en círculo cómodamente, con una temperatura adecuada y con poca contaminación acústica.

Organización de los Talleres.

La estructura de los talleres estará condicionada por el número de participantes, ya que no es lo mismo cuatro asistentes que diez o más. Los dos primeros talleres junto con el cuarto, se encuentran divididos en dos sesiones debido al amplio contenido que abarcan, así mismo se pueden estructurar los demás. El tiempo de cada actividad dependerá de si el grupo es más o menos numeroso y/o participativo. Se realizará como taller final una sesión dedicada a resolver las dudas que hayan podido surgir a lo largo de las reuniones, y si las mujeres no las expresan, el/la profesional se encargará de señalar diversas inquietudes frecuentes en las madres a modo de ejemplo.

Acto seguido se detallan los talleres que forman este programa, todos ellos tienen una estructura semejante. En primer lugar se detallan los objetivos que persiguen cubrir y, a continuación, las actividades y dinámicas de cada uno de ellos.



Primera parte

Taller dirigido a responder:

¿Cómo me siento conmigo misma y con mis hijos/as tras el maltrato de mi pareja?

En este primer taller se abordará el estado emocional de la madre en ambos roles, como mujer y como madre. Se trabajará la introspección de los aspectos que se han deteriorado como consecuencia de la violencia en su papel de mujer, transmitiendo la importancia de mejorar esta área para generar mayor autoestima, seguridad y sensación de control, lo cual a su vez le permitirá detectar adecuadamente las necesidades de sus hijos e hijas tras lo sucedido.

Se analizará el rol de madre dañado y las emociones que existen detrás de él, como la culpabilidad, la frustración, la impotencia y la rabia al pensar en el daño ocasionado a los y las menores.

Se alentará a generar un rol maternal más seguro, fuerte y consistente que permita reconstruir la relación materno-filial.

Con una óptica constructiva se reforzará a la mujer en sus logros, reconociendo su sufrimiento y animándola a tomar la responsabilidad de influir positivamente en la vida de sus hijos/as.

Se abordará el taller con el objetivo de que las madres dejen de verse como un elemento pasivo de la situación de violencia que han vivido y convertirlas en un elemento clave en la recuperación de sus hijos e hijas como agentes activos en dicha violencia.

Este rol activo de ayuda y apoyo es muy importante para una mujer que, en muchos casos, ha perdido la sensación de control de su propia vida.

A) OBJETIVOS:

- Tomar conciencia de cómo se sienten ahora mismo en su vida.
- Fomentar la motivación de las mujeres para que sean agentes de su propio cambio y del de sus hijos e hijas.
- Asumir el propio desarrollo y bienestar como herramienta para la educación de los hijos e hijas.
- Repasar objetivamente los hechos ocurridos en la familia y sus repercusiones en la mujer como madre.
- Depurar responsabilidades sin culpa.

B) ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

B.1) Dinámicas de presentación y explicación de las normas.

Ver el apartado de metodología.

B.2) Presentación de taller.

Presentar a las asistentes al taller el contenido del mismo. Se podrá utilizar para su justificación parte del contenido del anexo de teoría, ya que con ella se puede abordar una breve explicación de la posible sintomatología tanto de la madre como de los hijos e hijas.

B.3) Objetivos de las participantes.

Se dedicará un espacio en la sesión para hablar sobre los objetivos que a cada mujer le ha animado a realizar el taller. Se pedirá que apunten tres en un papel para entregarlo al finalizar la sesión.

B.4) Maleta Mágica.

Dinámica maleta «mágica».

Se explicará al grupo que van a hacer un ejercicio del cual más tarde descubrirán contenido y objetivos. Se deberán seguir sus instrucciones. Se distribuirá una tarjeta y un bolígrafo a cada participante y se indicará que piensen una respuesta a la pregunta: ¿Quién es o ha sido la persona más importante de tu vida? Cada una escribirá la respuesta en su tarjeta sin comentar nada a nadie. Cuando lo tengan doblarán la tarjeta y la guardarán sin que nadie la vea. A continuación, el/la dinamizador/a anunciará a las participantes que en otra sala hay una maleta «mágica» que conoce las respuestas que han anotado. Se solicitará que una por una vayan pasando a esa otra sala acompañadas por el/la dinamizador/a, donde previamente habrá preparado la maleta con un espejo colocado en la parte frontal del interior de ésta. Si no se dispone de otra sala, se pedirá que salgan todas del aula y que vayan entrando una a una.

Cuando cada una de las participantes se encuentre frente a la maleta, se le pedirá que la abra y que diga qué ve. Si la respuesta es verse a una misma, el/la dinamizador/a le dirá que es eso lo que la maleta piensa sobre la respuesta a la pregunta. Comprobará si es lo mismo que se había escrito en la tarjeta (en ella suele aparecer otras personas como su madre, sus hijos/as, su pareja...) y, de no ser así, se le propondrá que piense si la maleta se ha podido equivocar. Le pedirá que salga y no revele nada a nadie. Cuando todas hayan hecho el ejercicio, se hará una reflexión conjunta.

Ideas para la reflexión. ¿Ha coincidido lo que pusieron en la tarjeta con lo que «decía» la maleta? ¿Creen que es algo negativo o positivo pensar en una misma o, pensar que una misma es importante para sí?

Esta dinámica ha sido extraída del Programa Clara (2009), creado por el Instituto de la Mujer y para la Igualdad de Oportunidades.

DESCANSO.

B.5) Reflexión sobre la importancia de la autoestima.

Amarse a uno/a mismo/a es, ante todo, aceptación incondicional y completa de todos nuestros aspectos.

Tenemos que empezar amando a nuestro cuerpo tal cual es, sin forzarlo a ajustarse a un modelo que nos han impuesto. Amarlo, cuidarlo y respetarlo por dentro y por fuera incondicionalmente.

Lo siguiente es aceptar y saber expresar adecuadamente todas nuestras emociones, pues cada una de ellas cumple una función positiva, si sabemos cuál es y cómo hacerlo. De lo contrario, nos deprimimos, sentimos ansiedad o caemos enfermos/as. Por eso la expresión adecuada de lo que sentimos es fundamental para llevar una vida sana y plena de vitalidad.

También hay que aprender a usar nuestra mente para que podamos utilizarla a nuestro favor y no en nuestra contra. La mente es una herramienta magnífica si sabemos cómo sacarle provecho.

Se propondrá como ejercicio el analizar las capacidades personales de las mujeres antes de la relación de pareja con el agresor, para así ayudarles a visibilizar que dentro de ellas existe ese potencial que, aunque haya quedado dañado, se puede recuperar.

B.6) Ejercicio de la Niña interior y reflexión sobre el ejercicio.

<https://www.youtube.com/watch?v=2WgmTVUczME>

Ejercicio de meditación donde se conecta con el/la niño/a interior para la mejora y reparación de heridas emocionales.

Algunas preguntas orientativas para la reflexión podrían ser las siguientes:

- ¿Qué habéis sentido al ver a esa niña por primera vez?
- ¿Qué habéis pensado y sentido cuándo habéis expresado lo que un día no pudisteis expresar?
- ¿Cómo os sentís al final del proceso?

Segunda parte

¿Cómo me siento conmigo misma y con mis hijos/as tras el maltrato de mi pareja?

B.7) La Autoestima Familiar.

Se reparten folios, bolígrafos o pinturas, y se dan las siguientes instrucciones:

- Dibuja un árbol con raíces, tronco, copa y frutos. No hace falta que sea un árbol perfecto, pero sí lo suficientemente grande como para continuar con lo que sigue.
- Anota en cada una de las raíces las características que te definen como persona, tus formas habituales de pensar, sentir y actuar, tanto si las consideras positivas como negativas.
- Ahora, sobre la copa donde están los frutos, anota aquellas cosas que has conseguido en la vida y de las que te sientas especialmente orgullosa.

Se explica: Este es tu árbol de la autoestima, una imagen de cómo te ves a ti misma. El tronco eres tú. Las raíces son tu base, las características en las que te apoyas para enfrentar tus metas, proyectos y objetivos vitales. Los frutos son, sencillamente, todas las cosas que has conseguido gracias a esas características que has anotado en las raíces.

A continuación, por cada hijo/a se invita a dibujar otro u otros árboles donde anotar de igual manera sus cualidades y logros.

Observar los dibujos. ¿Qué ves?, ¿se parecen?, ¿se complementan?, ¿cómo te sientes al verlo?

B.8) Debate: Convivencia con la violencia. ¿Podía haber actuado de otra manera?

Durante el debate solo intervienen ellas, no se les interrumpe ni dirige a no ser que incumplan con los turnos de palabra o divaguen en exceso. Tampoco se les permitirá juzgar u opinar los comentarios de las demás.

Se propondrá exponer libremente el relato personal de cada una de las mujeres en la medida que ellas se sientan preparadas, sin presión. En esta tarea se recogerán aspectos importantes a analizar, como creencias distorsionadas, sentimientos de culpabilidad y conductas disfuncionales que puedan mantener su malestar psicológico.

Se hablará también sobre cómo se encuentran actualmente y sobre la relación con las experiencias de violencia de género.

Seguramente, este espacio de libre expresión atraerá comentarios del tipo:

- Lo hice por mis hijos e hijas.
- Dudo de si tendría que haber aguantado más por mis hijos/as.
- Dudo de si él tiene razón, que no sea capaz de salir adelante y que no pueda atender a mis hijos/as.
- Dudo de si mis hijos/as repetirán el comportamiento de su padre y de mi misma en el futuro.

Se transformarán estas sentencias al plano positivo y se les informará que se va a profundizar en todo ello en los siguientes talleres. Ejemplo: aguanté por mis hijos; Respuesta: esto indica un amplio compromiso en tu papel de madre, y bien enfocado, hay que responsabilizarse de mejorar y de estar bien para compartir esta actitud con tus hijos/as, siendo el mejor regalo ahora mismo para ellos/as.

En este sentido, es importante darse cuenta de que tanto en el presente como en el futuro y ante situaciones semejantes, hay que tener la capacidad de contemplar diversas alternativas, y lo que es más importante, asumir el poder personal como herramienta clave en las resoluciones de conflictos.

DESCANSO.

B.9) Debate: ¿Cómo me siento con mis hijos/as?

Se explicará brevemente las principales consecuencias de la violencia de género en el vínculo materno-filial. En estos momentos, es importante conocer la imagen que tienen sobre sí mismas cómo madres y su creencia en la repercusión hacia sus hijos e hijas.

Se solicitará una o varias voluntarias para que, si así lo desean, cuenten su historia en relación a su papel cómo madres.

Se repartirán folios y bolígrafos y se pedirá a las mujeres que por un lado de la hoja escriban tres aspectos que consideren deteriorados en su relación materno-filial y, por el otro, tres capacidades positivas que crean que poseen, aunque en estos momentos no estén visibles. Se expondrá la importancia de trabajar las áreas a mejorar a partir de las fortalezas.

Con el objetivo de hacer desaparecer el «NO PUEDO» de sus pensamientos a través de la percepción de las cadenas que les han anulado su rol de madre durante años pero que en sus manos está el romper, se recomendará el visionado o lectura de «El elefante encadenado» de Jorge Bucay (2015) y, reflexión acerca del mismo.

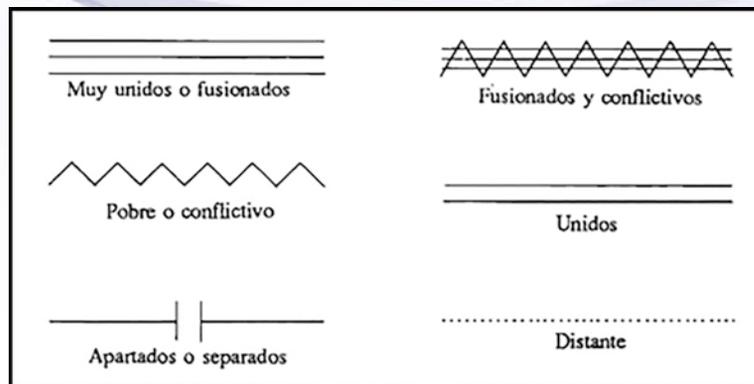
C) DINÁMICA:

En este apartado se realizará una dinámica cuyo origen proviene de la terapia sistémica y que pretende, de manera gráfica y práctica, que las madres observen el estado en el que se encuentra la relación con sus hijos/as.

Se repartirá un folio y un bolígrafo a cada mujer y, se les darán las instrucciones siguientes:

- Primero dibujar un círculo en el medio de la hoja, el cual os representará a vosotras mismas.
- A continuación deberéis de dibujar otro círculo por cada uno de los hijos/as que tengáis y, a la distancia que vosotras mismas consideréis del que habéis trazado en primer lugar.
- Una vez realizados todos los círculos, tendréis que unir aquellos que representan a vuestros hijos/as con el círculo central que os representa a vosotras. El trazo de la línea que uséis para dicha unión dependerá de la relación que mantengáis con cada uno de vuestros hijos/as.

No se dará ninguna otra directriz ni explicación a no ser que surja alguna duda concreta. Una vez hayan finalizado sus respectivas representaciones, se les pondrán algunos ejemplos de cada tipo de vínculo, que serían los siguientes:



- **Muy unidos o fusionados:** vínculo formado por el perfil de un niño o niña que no se separa de su madre, que no le deja hacer nada sola, que le acompaña a todos lados incluso cuando va al baño, cuando está haciendo la comida, etc.
- **Fusionados y conflictivos:** niño o niña muy dependiente de su madre y de la cual no se separa casi nunca, pero a su vez, es ésta la figura sobre la cual descarga toda su rabia e ira. Por un lado, demuestra su cariño y confianza hacia ella, pero por otro, la desafía constantemente.
- **Pobre o conflictivo:** entre la madre y el niño/a existe una relación superficial, no comparten tiempo y experiencias juntos/as y, cuando lo hacen, es para discutir y entrar en conflicto.
- **Unidos:** la relación materno-filial es óptima, tanto los hijos/as como la madre mantienen un vínculo basado en el respeto, la confianza y el afecto. Por ejemplo, un niño/a que tiene la suficiente seguridad y confianza con su madre como para contarle lo que siente en el colegio.
- **Apartados o separados:** se trata de niños o niñas que han sido retirados de la madre o bien que la totalidad de la custodia ha pasado al padre, con lo cual, la relación materno-filial se ha roto.
- **Distante:** madre e hijos/as mantienen una relación muy pobre, como por ejemplo, cuando éstos/as sólo se comunican con ella para lo más básico o por interés, como

puede ser pedir dinero, comida, etc. Además, apenas pasan tiempo a solas compartiendo experiencias.

Algunos de estos vínculos podrían corresponderse con algunos estilos de apego, explicados anteriormente en la fundamentación teórica, Apartado 4: «¿El vínculo con mi hijo/a se habrá dañado? Reconstruyendo el apego». Por ejemplo, cuando una madre e hijo/a mantienen un vínculo muy unido o fusionado, se podría decir que mantienen un apego «inseguro desorganizado controlador», o bien «cuidador compulsivo-inversión de roles» o «complaciente compulsivo». Si se encuentra un vínculo de unión, podría decirse que se establece en ellos/as un apego seguro. En el caso de los vínculos fusionados y conflictivos, se hablaría de un apego «ansioso-ambivalente», o bien «inseguro desorganizado controlador agresivo» o «punitivo». Respecto a las relaciones pobres o conflictivas, podría estar desarrollándose un apego «ansioso-ambivalente». En cuanto al vínculo distante, quizás se debiera a un apego de base de tipo «inseguro desorganizado desapegado».

Tras esta breve ejemplificación, se les pedirá que se tomen un momento para reflexionar sobre lo que ven reflejado en ese folio (distancia a la que han colocado a sus hijos/as, tipo de línea que les une, etc.).

Primera parte

Taller dirigido a responder:

¿Cómo ha podido repercutir lo vivido en casa en mis hijos/as?

En este taller, se abordarán las consecuencias emocionales de los hijos e hijas que han convivido con la violencia de género. Se hará énfasis en que tomen conciencia de que de una manera u otra, los y las menores quedan afectados/as en alguna medida. Se trabajará sobre el sentimiento de culpa como atadura al pasado para así poder centrarse en el presente y futuro y, sobre la nueva relación con sus hijos/as.

A) OBJETIVOS:

- Tomar conciencia de que la violencia de género afecta a todos los niños y niñas pero de distinta manera según edad y vivencia experimentada.
- Repasar objetivamente los hechos ocurridos en la familia y sus repercusiones en los hijo/as.
- Explicar de las consecuencias más frecuentes en los/as menores y los factores de protección.
- Facilitar la elaboración emocional y cognitiva de la madre sobre lo sucedido en sus hijos/as, mostrando así unas pautas de afrontamiento adecuadas que después pueda transmitirles a sus hijo/as.

- Asumir la justa responsabilidad pero, sobre todo, enfocada en el presente y en el futuro con sus hijos/as.
- Fomentar la motivación de las mujeres para que sean agentes de su propio cambio y del de sus hijos e hijas.
- Elaborar de manera constructiva todo lo sucedido, centrando la atención en las soluciones.

B) ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

B.1) Relajación grupal.

Se llevarán a cabo ejercicios de relajación al inicio de la sesión y con una duración comprendida entre los cinco y los siete minutos. Ello nos permitirá promover un estado de bienestar deseable para afrontar un taller que puede resultar difícil. También sirve como ensayo de conducta, siendo una oportunidad de aprender y/o practicar esta estrategia de afrontamiento.

B.2) La historia de Laura.

Se recomendará la lectura de *La historia de Laura* (Czalbowski, 2009). Es la historia de una niña que convive en un hogar con violencia de género.

Reflexión

B.3) Debate y trabajo posterior.

Se propone la práctica de dibujar una escena de su historia familiar como medio para expresar y elaborar material más o menos consciente, también se aprovechará para promocionar el dibujo como instrumento de comunicación entre madre-hijo/a.

Se entrega a cada mujer una hoja en blanco y el material necesario para la tarea (pinturas, lápices, ceras...).

Cada una dibujará centrándose en dos aspectos, en un primer momento una escena de su historia familiar del pasado y, en segundo lugar, a los/as componentes de su familia en la actualidad, no se darán excesivas instrucciones y se realizará la tarea libremente.

Se formarán pequeños grupos de dos o tres personas y, durante 15 o 20 minutos se explicarán sus dibujos por turnos, ¿a quién han dibujado?, ¿a quién han omitido?, ¿qué expresiones tienen los personajes dibujados?, ¿cómo se sienten? Las compañeras que escuchan no interrumpen ni opinan durante la exposición de la mujer que habla, aunque cuando ésta finalice le pueden manifestar si observan algún detalle que les llame especialmente la atención de los dibujos.

En esta dinámica emerge el material inconsciente y emocional, por lo que se convierte en una buena herramienta que las mismas mujeres pueden utilizar después en la relación con sus hijos/as.

Se espera detectar el rol de madre en una escena y en otra, es decir en convivencia con la violencia por un lado y en la actualidad por otro.

Durante el ejercicio se les puede orientar en la forma de hablar con sus hijos/as mientras estén inmersos/as en una actividad lúdica o artística, en la que se relajan y pueden mostrar más de sí mismas/os que en una conversación habitual.

DESCANSO.

B.4) Debate. ¿Cómo creo que ha podido repercutir lo vivido en casa en mis hijos/as? ¿Les influye mi manera de afrontarlo?

Sin olvidar las sensaciones de la dinámica anterior, se aprovecha lo expresado en los dibujos para introducir este primer debate del taller. ¿Cómo han dibujado a sus hijo/as?, ¿tristes, content@s, tranquil@s, jugando...?, ¿y a ella misma en las dos escenas?

Se comentará que antes de explicar la teoría de lo que sucede con los niños y niñas tras sus vivencias con la violencia de género, se propone este espacio donde libremente puedan compartir sus opiniones y dudas.

De esta manera él/la profesional que conduce el grupo tiene la posibilidad de identificar las creencias erróneas que pueda haber sobre este tema. Además, será una excelente oportunidad para aumentar la percepción de control de cada mujer, al darse cuenta ellas mismas de que ya poseen mucho del conocimiento que se les presentará después.

Este debate, seguramente promoverá sentimientos de culpa y una gran necesidad de expresar, de elaborar, por ello es esencial que la persona que dirige el taller dé espacio a estas necesidades de una manera comprensiva. Es un buen momento para empezar a integrar la idea de que ellas lo hicieron lo mejor que podían en cada momento, y que estar aquí en la actualidad es la prueba de que quieren construir en positivo la vida con sus hijos e hijas.

Segunda parte

¿Cómo ha podido repercutir lo vivido en casa en mis hijos/as?

B.5) Impacto de la Violencia de género en los hij@s.

Visionado de cortos:

<https://www.youtube.com/watch?v=0Y1yf1R9K5s>

<http://www.youtube.com/watch?v=e1MTOzKj2II&feature=related>

<http://www.youtube.com/watch?v=FR-Z9wHoTvs>

<http://www.youtube.com/watch?v=10ldCMOBWW0>

Estos visionados son propuestas a modo de ejemplo, se pueden utilizar estos u otros, y siempre con sumo cuidado en función de las características del grupo, según su vulnerabilidad quizá será mejor no mostrarlos.

A continuación, se repasarán las principales consecuencias que tiene la convivencia con la violencia en el hogar para los niños y niñas a través de estos videos.

Se les invita a participar si quieren aportar o preguntar alguna cuestión. Es importante transmitir la información con sumo cuidado y delicadeza, con una óptica constructiva y esperanzadora.

Después se dará la palabra a las mujeres que quieran exponer su caso.

DESCANSO.

B.6) Debate: ¿Cómo se sienten ahora mismo tras escuchar y ver las posibles consecuencias de la violencia de género en sus hijo/as?

Es importante ofrecer un momento donde tomar conciencia de sus emociones y pensamientos. Asimismo se les preguntará si se identifican con algún relato y se recalcará la teoría de que el visionado por parte de los hijos e hijas de la violencia en el hogar los/las convierte en víctimas directas. Él/la profesional dirigirá el debate facilitando la expresión y aceptación de sus sentimientos.

Se explicará que, aunque existen manifestaciones comunes en los y las menores, cada niño y niña son únicos/as y la manera en la que lo hayan vivido y exterioricen será diferente. Es necesario manifestarles que una gran parte de los déficits que pueden darse en alguna etapa evolutiva del niño y la niña, puede frenarse si el entorno cambia a mejor. Con buenas figuras de referencia en su ambiente (amig@s, profesores/as, familiares, etc.), además de su principal figura de apego, los/las menores superan muchos obstáculos haciendo que su historia de violencia y sus consecuencias queden reducidas al mínimo.

Se intentará ayudar a entender y contextualizar sus vivencias propiciando poder abordarlas desde una perspectiva más objetiva, que les anime a enfocar lo sucedido como una experiencia de la que aprender y poder seguir hacia delante.

Se valorará su valentía al estar aquí, el acudir a un taller de este tipo es un paso importante para mejorar las relaciones con los hijos e hijas y evitar futuros errores.

Se promoverá la asunción de responsabilidad sin culpa, construyendo en positivo, empoderando a la mujer para afrontar el siguiente reto: ayudar a sus hijos/as a desarrollarse sanos/as y felices.

*Todos tenemos
la semilla de la resiliencia;
de cómo sea regada
dependerá su buen crecimiento*

Taller dirigido a responder:

¿Qué puedo hacer o decir yo como madre, que les ayude a comprender y superar lo que pasó?

En los dos talleres anteriores se ha realizado un repaso por todas las posibles repercusiones negativas que la violencia de género puede tener sobre las víctimas (madres e hijos/as). Continuando con nuestro objetivo de reestablecer en estas víctimas el derecho a una nueva vida, proponemos este taller donde abordaremos con una exposición psicoeducativa la postura que suelen tomar los niños y niñas ante la violencia en el hogar, la gestión adecuada de la comunicación de las madres con los hijos e hijas ante lo sucedido, la resiliencia y la necesidad de la superación traumática de la madre para favorecer a su vez la de los y las menores.

Se orientará esta sesión de manera que las mujeres adquieran herramientas que les facilite la comunicación con sus hijos e hijas en aspectos tan delicados como la convivencia con la violencia, la separación, la posible orden de alejamiento, etc.

A) OBJETIVOS:

- Potenciar el desarrollo de habilidades de comunicación y relación para afrontar las situaciones que se presenten con sus hijos e hijas, aprendiendo un estilo de comunicación asertivo.

- Desarrollar un espacio de escucha para compartir experiencias y observar nuevos referentes y que luego puedan trasladar a sus hogares.
- Analizar los distintos roles experimentados por los y las menores.
- Facilitar la expresión de sentimientos, pensamientos y emociones positivas.
- Focalizar la atención en aspectos positivos.
- Introducir la idea de la elaboración del duelo como camino de despedida del proyecto de vida anterior y proyección hacia uno nuevo.

B) ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

B.1) Explicación del posicionamiento más frecuente de los hijos e hijas ante la violencia de género en el hogar.

En esta charla desarrollaremos la teoría recogida en el punto 3 de fundamentación teórica, y a través de ésta pasaremos a identificar en qué posición se encuentran sus hijos e hijas ante la situación familiar de violencia. Se les dará la palabra a las mujeres que quieran contar su experiencia y se propondrá práctica sobre esos aspectos.

B.2) Descripción de los diferentes roles que adquieren los y las menores ante la violencia de género y posterior identificación.

Estos y estas menores en su intento de modificar las consecuencias de la violencia en la familia adquieren diferentes roles como forma de protegerse a sí mismos/as o a su familia. En ocasiones, algunos de estos roles son el resultado de un tipo de apego «inseguro-desorganizado», tal y como se ha explicado en el punto 4. Las personas que tienen que proteger y cuidar son precisamente las que maltratan, de manera que esto genera un desequilibrio interno muy fuerte. Es decir, se llama apego desorganizado porque los cuidadores actúan de manera desorganizada: son imprevisibles e impredecibles. A continuación se exponen los roles más comunes:

- **Confidente del maltratador:** se muestra cercano/a al padre agresor, suele recibir un trato preferente por parte de éste, puede llegar a controlar a su madre y/o hermanos por petición del padre y, tras la ruptura, suele solicitar irse a vivir con él.

Suelen estar manipulados/as para estar en contra de su madre y/o hermanos/as que estén de parte de ésta.

- **Confidente de la madre:** están al corriente de las emociones de la madre y de sus preocupaciones, en muchas ocasiones se les pide opinión en forma de toma de decisiones, normalmente son niñas y actúan como si fueran amigas.

- **Rebelde:** se suelen mantener en contra del control que ejerce el padre y de las actitudes sumisas de la madre. Muchas veces ayudan a la madre a tomar la decisión de separarse o denunciar, otras veces se quedan sin apoyos y abandonan pronto el hogar.

- **Animador/a:** se dedican a distraer a su madre ante su tristeza o al agresor en estado de ira. Buscan cambiar estados de ánimo en la familia. Su dolor pasa desapercibido a los adultos e incluso a profesionales, ya que siempre responden con sonrisa. Riesgo de interpretar como capacidad resiliente.

- **Protector/a:** normalmente el hijo/a mayor. Se ocupa frecuentemente de las necesidades emocionales de la familia y, cuando están con el padre, a los hermanos/as pequeños/as nunca los deja solos/as. Por ejemplo, protegen a su madre hasta el punto de asumir las visitas con el padre de buena gana (con apariencia feliz) para que éste no culpabilice o cargue contra ella, acusándola de influenciar a los hijos/as. Puede verse reforzado por el agrado de la madre, que en situaciones de tensión se apoyan en ellos/as. Ello es entendible por la situación que atraviesan estas mujeres, pero perjudicial para el/la menor.

- **Perfecto:** trata de evitar conflictos o detonantes de discusiones, nunca discuten, no se oponen a nada ni suelen pedir ayuda, intentan ser los/as mejores en todo que se espera de ellos/as, como en los estudios o en relación a las normas de casa.

- **Ambivalente:** se ponen del lado del padre por temor a éste (están solos/as con él y de esta manera se protegen) y acaban tratando a su madre como el padre quiere o haría sin ser su verdadera intención. Les cuesta el cambio de rol, y en ocasiones les dura tiempo, ya que también acumulan rabia con estas actitudes. Luego a su vez, suelen estar muy pegados/as a su madre, habitualmente tras las visitas con el padre, aunque se les va pasando con los días.

Estos roles que los niños y niñas adquieren, se extienden normalmente más allá de la convivencia familiar o separación si esta se produjera. Pueden seguir manifestándose en la edad adulta, en sus relaciones de pareja y como estilo parental.

Hay que estar muy pendientes de ellos para poder trabajarlos adecuadamente. Es necesario fomentar el empoderamiento, generalmente hacia la madre. Si esto no ocurre, el o la menor se puede frustrar más en el intento de quitarle un rol que cree necesario.

Tras dicha explicación se tratará de identificar si estos roles se hayan presentes en sus hijos e hijas y, se enfatizará en la manera de trabajar estos aspectos con los mismos/as.

Se abordará la explicación de por qué surgen los roles que se ha detallado en el apartado teórico.

DESCANSO.

B.3) Aprendizaje de nuevas formas de comunicación.

Muchas mujeres y niños/as que han estado conviviendo con la violencia han podido desarrollar pautas de comunicación incorrectas, que pueden llegar a cronificar e intensificar las secuelas acaecidas por el maltrato. Uno de los objetivos de este taller es realzar las habilidades educativas y de comunicación de las participantes como medio para mejorar la relación con sus hijos/as.

Se expondrán cada uno de los tres estilos de comunicación: asertivo, pasivo y agresivo.

De forma más concreta, el modelo de comunicación asertiva está formado por los siguientes componentes:

- **Descripción operativa de la situación.** Explicación de lo que sucede de la forma más objetiva que podamos.
- **Empatizar.** Transmitir que nos ponemos en el lugar del otro/a.
- **Expresión emocional.** Cómo me hace sentir esta situación. Capacidad de expresar emociones positivas (o negativas) sin perder el control de nosotros/as mismos/as y no hacer daño a los/as demás.

- **Alternativas de solución del problema.** Ofrecer diferentes posibilidades para solucionar esta situación, sin imponerlas.

Role playing: se pide colaboración de las mujeres solicitando algún ejemplo de mala comunicación con sus hijos/as últimamente y, se analiza qué estilo tiene cada uno/a. Después se requiere la participación de dos voluntarias que escenifiquen la situación ahora de una manera asertiva (se intentará que la mujer que haya expuesto el ejemplo haga del hijo/a para promover la empatía con el/la mismo/a).

Para seguir trabajando con la asertividad, se utiliza la dinámica de aprender a hablar «desde el Yo». Consiste en la narración de la historia del ejercicio anterior con dos versiones. La meta de este ejercicio es diferenciar cuándo se habla con asertividad («desde el Yo») y cuándo se habla con agresividad («desde el Tú»). Ejemplo, «mi hijo consiguió que perdiera los estribos» o, «yo me sentí enfadada al oír a mi hijo expresarse así».

Señalar por lo tanto, la importancia de hablar en primera persona.

B.4) Introducción a los conceptos de resiliencia y crecimiento postraumático.

https://www.youtube.com/watch?v=Yw_D4Se0QMo

«La resiliencia se activa cuando experimentamos una adversidad que necesita ser enfrentada y superada. La secuencia de respuesta ante una posible adversidad es: prepararse para, sobrevivirla mediante y aprender de. Sin embargo, algunas adversidades llegan sin avisar y no hay tiempo para prepararse, y entonces hay que centrarse en reducir los daños al mínimo». (Grotberg, 2006)

«Yo tengo, yo soy, yo estoy, yo puedo»

En estas verbalizaciones aparecen los distintos elementos de la resiliencia, como la autoestima, confianza en uno/a mismo/a y en el entorno, la autonomía y la competencia social. La posesión de estas atribuciones verbales puede considerarse una fuente generadora de resiliencia.

Yo Tengo (apoyo externo): personas en quien confío, que me ponen límites para aprender, que me ayudan cuando estoy en peligro...

Yo Soy (fuerza interior): una persona por la que otros/as sienten cariño, capaz de aprender, respetuoso/a...

Yo Estoy (seguridad): rodeado de gente que me aprecia, seguro/a de que todo irá bien, triste y lo expreso para encontrar apoyo...

Yo Puedo (capacidades interpersonales y de resolución de conflictos): buscar la manera de resolver mis problemas, el momento apropiado para hablar con alguien, equivocarme sin perder el afecto de mi padre y mi madre...

Trabajaremos estos aspectos con las mujeres mediante una práctica grupal. Se cogirá un folio y se harán columnas, en cada una de ellas se anotarán los cuatro aspectos mencionados (Yo tengo, soy, estoy, puedo). Se les darán pautas para completarlo.

YO SOY:

- Una persona por la que los otros/as sienten admiración y cariño.
- Feliz cuando hago algo bueno para los/as demás y les demuestro mi afecto.
- Respetuoso de mí mismo/a y del prójimo/a.
- Capaz de aprender lo que mis maestros/as me enseñan.
- Agradable y comunicativo/a con mis familiares y vecinos/as.

YO TENGO:

- Personas alrededor en quienes confío y que me quieren incondicionalmente.
- Personas que me ponen límites para que aprenda a evitar peligros o problemas.
- Personas que me muestran por medio de su conducta, la manera correcta de proceder.
- Personas que quieren que aprenda a desenvolverme solo/a.
- Personas que me ayudan cuando estoy enfermo/a, en peligro o cuando necesito aprender.

YO ESTOY:

- Dispuesto/a a responsabilizarme de mis actos.
- Seguro/a de que todo saldrá bien.
- Triste, lo reconozco, y lo expreso con la seguridad de encontrar apoyo.
- Rodeado/a de compañeros/as que me aprecian.

YO PUEDO:

- Hablar sobre cosas que me asustan o me inquietan.
- Buscar la manera de resolver mis problemas.
- Controlarme cuando tengo ganas de hacer algo peligroso o que no está bien.
- Buscar el momento apropiado para hablar con alguien o para actuar.
- Encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito.
- Equivocarme y hacer travesuras sin perder el afecto de mis padres.
- Sentir afecto y expresarlo.

Se expondrá un ejemplo de una situación negativa en la que para la búsqueda de soluciones empleemos las atribuciones analizadas anteriormente. Por ejemplo:

Vuestro hijo de 6 años os cuenta que hay un niño en el colegio que le molesta y le pega. Le dice que no lo haga pero este niño no le hace caso. Le tiene mucho miedo. La madre le puede acompañar con estas verbalizaciones, «TENGO personas alrededor en quienes confío y que me quieren incondicionalmente y, personas que me ayudan cuando estoy en peligro». «SOY una persona digna de aprecio y cariño y, ESTOY segura de que todo saldrá bien». «PUEDO hablar sobre cosas que me asustan y encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito».

Después de exponer el ejemplo, se pide a las mujeres que cierren los ojos y piensen en alguna situación difícil que les haya ocurrido hace poco, dentro o fuera de la familia. Puede ser una complicación social cotidiana como, asistir a una entrevista laboral,

olvidar el cumpleaños de un amigo/a, hasta un problema personal. Una vez tengan la imagen de esa situación, se les pedirá que observen o recuerden:

¿Qué hice en esa situación?, ¿cómo me sentía?, ¿había alguien en especial que me ayudó?, ¿quién era esa persona y qué hizo?, ¿cuál fue el final y como están las cosas ahora?

Se animará a revisar su situación según la lista de expresiones: «tengo», «soy», «estoy», «puedo».

Es necesario transmitir la importancia de que para trabajar aspectos de resiliencia en los hijos e hijas, primero hay que desarrollarlos en una misma.

Un niño/a resiliente no tiene necesariamente todas estas características, pero tener una sola no basta para que se le considere como tal. Puede tener una gran autoestima (Soy/Estoy), pero si no sabe comunicarse con los/as demás, ni resolver problemas (Puedo), ni tampoco tiene a nadie que lo/la ayude, no es resiliente. Puede ser locuaz y hablar muy bien (Puedo), pero si no tiene empatía (Soy/Estoy) o no aprende de los modelos (Tengo), no es resiliente. La resiliencia es una combinación de estas características.

Es así que ante las adversidades, un niño o niña resiliente puede «recurrir a la fuerza interior» (soy/estoy), que el adulto significativo le ayude a adquirir, puede «recurrir a la habilidad con las relaciones sociales y humanas» (puedo), que le ayuden a cultivar, y puede «recurrir a los medios y al apoyo que se le brinde» (tengo).

(Kotliarenko et al., 1998)

Primera parte

Taller dirigido a responder:

¿El vínculo con mi hijo/a se habrá dañado? Reconstruyendo el apego

Como se ha comentado anteriormente, el vínculo de apego entre madre e hijo/a suele verse afectado en las situaciones en las que tiene lugar la violencia de género. Normalmente es un aspecto que las intervenciones no tienen en cuenta, pero que resulta crucial para el desarrollo y crecimiento tanto del niño/a como de su madre y, del conjunto de ambos/as como unidad familiar y de apoyo.

Para conseguir reconstruir y establecer una relación adecuada se propone trabajar con diversas actividades que hagan a las madres reflexionar y actuar, dotándolas de herramientas y situándolas en una posición de agentes de cambio.

A) OBJETIVOS:

Objetivo principal:

- Alcanzar una relación materno-filial óptima.
- Reconstruir el vínculo de apego.
- Conocer e identificar los diferentes tipos de apego.

- Contextualizar el comportamiento de sus hijos e hijas tras las situaciones de violencia.
- Obtener conocimientos necesarios para desarrollar pautas de crianza adecuadas a sus situaciones familiares.

B) ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

[De 4 a 8 participantes, duración: 2 talleres de alrededor de 2 horas cada uno].

B.1) Conociendo el apego.

Esta primera actividad consistirá en una mini psicoeducación sobre qué es el apego y qué relación mantiene con las situaciones de violencia de género (20-30 min).

Unido a esta charla se les presentará el vídeo *Apego: situación extraña*, de tal forma que observen ejemplos de diferentes estilos de apego disfuncionales. Una vez visualizado se comentará de forma grupal.

B.2) Vamos a echar la vista atrás.

Se tratará de reflexionar sobre el apego y sobre la relación que mantenían ellas con su madre para así poder contrastar con lo que hacen ahora con sus hijos/as. Se realizará mediante un ejercicio dinámico en dos folios, en uno plasmarán la relación con su madre y, en el otro, la relación con su hijo/a, para que así resulte más visual. Deberán dibujar: en el primer folio a ella misma con su madre y, en el segundo, a ella misma con su hijo/a.

Una vez realizados ambos dibujos se les pedirá que respondan a dos preguntas:

- ¿Qué le agradeces y qué le reprochas ahora a tu madre?
- ¿En qué os parecéis y en qué os diferenciáis?

DESCANSO.

B.3) Disfrutando con mi hijos/as.

La actividad constará de dos partes a través de las cuales se pretende que las mujeres desarrollen tiempo de calidad con sus hijos e hijas. Las partes serían las siguientes:

- Se les pasará una encuesta para rellenar y con la que se pretenderá medir el grado de satisfacción que tienen respecto a la relación mantenida con sus hijos/as, de tal forma que los ítems que la componen les ayuden a reflexionar sobre el tipo de relación y el tiempo que pasan con ellos/as. La respuesta a los ítems se realizaría a través de una escala Likert del 1 al 10, en la que el 1 significaría muy de acuerdo y el 10 muy en desacuerdo. Las preguntas serían las siguientes:

—La relación con mi hijo/a es adecuada.

—La relación con mi hijo/a me resulta complicada.

—Considero que entre mi hijo/a y yo nos aportamos cariño, comprensión, respeto.

—Considero que la relación entre mi hijo/a y yo podría mejorar.

- Se les repartirá un folio en el cual, por uno de los lados deberían escribir qué significa para ellas pasar tiempo de calidad con sus hijos/as. Por el otro lado, deberán escribir qué echan de menos en su relación, y si las cosas que han escrito en la otra carilla están presentes en ella y su hijos/as.

Se abordará el concepto de atender las necesidades tanto físicas como emocionales de los y las menores. Mejorar y reconstruir el apego no consiste sólo en aumentar el tiempo con ellos/as, sino en atender tales necesidades, de tal manera que les vayamos transmitiendo mayor seguridad en la relación hacia la madre.

Una vez realizada, si alguna/s de las participantes quieren comentar lo que han escrito se les dará la oportunidad.

B.4) Una buena comunicación.

Cuando se trata con niños/as es muy importante el lenguaje no verbal que se utiliza, ya que debe acompañar al mensaje verbal y dotarle de un sentido u otro. Por ejemplo:

no es lo mismo hablarle a un niño/a desde arriba, que arrodillarse junto a él/ella y explicarle lo que se le quiere decir.

Para llevar a cabo la actividad se dividirá en tres:

- En primer lugar se abrirá con un debate sobre qué opinan del lenguaje no verbal, se pondrán diferentes ejemplos de este tipo de comunicación y se compartirán experiencias.
- En segundo lugar se explicará a las madres cómo pueden comunicarse asertivamente acompañado de lenguaje corporal con sus hijos/as.
- En tercer lugar y para finalizar, a través de role-playing o muñecos/as se realizarán nuevas alternativas adecuadas de comunicación.

Segunda parte

¿El vínculo con mi hijo/a se habrá dañado?

Reconstruyendo el Apego.

B.5) Estableciendo rutinas.

Para lidiar con los apegos desorganizados de sus hijos e hijas, es muy importante crear y cumplir unas rutinas claras con ellos/as. Así pues, se realizará una actividad en la cual las madres de forma individual, creen durante la sesión un «horario provisional» que podrían marcarle a sus hijos/as. La actividad no consistiría en crear de golpe una rutina estricta, sino establecer algunas pautas que se deben cumplir todos los días.

Antes de crear el horario sería adecuado instruir las madres en rutinas básicas para las necesidades del niño/a. Para ello se hará una «lluvia de ideas» diferenciando entre necesidades físicas, afectivas, de ocio y juego, escolares, básicas como la alimentación, higiene, espacio personal, etc. Durante la lluvia de ideas se creará un esquema en la pizarra de tal forma que pudieran tenerlo las madres y, que así comprendieran qué es primordial en la educación y desarrollo de sus hijos e hijas.

Un ejemplo que podría darse en los talleres sería el siguiente:

- Madre A: «mi niño no quiere madrugar».
- Terapeuta: «¿Pero se va pronto a dormir? Debería irse a una hora prudente como las 22:00 horas».

En esta actividad es imprescindible recalcar que, para algunas de las normas y rutinas puede mostrarse cierta flexibilidad, pero que para algunas otras es necesario mantenerse firme en lo que se espera que se cumpla.

B.6) Controlando la agresividad.

Esta dinámica consistirá en ayudar a las madres a identificar situaciones en las que se ven superadas por la agresividad hacia sus hijos/as y se les proporcionarán herramientas para gestionar esta emoción.

En primer lugar, se comenzará a través de la visualización del siguiente video:

<https://www.bing.com/videos/search?q=madres+que+pierden+la+paciencia+con+sus+hijos&&view=detail&mid=8B8F5CD095DA039A9AC28B8F5CD095DA039A9A-C2&&FORM=VRDGAR&ru=%2Fvideos%2Fsearch%3Fq%3Dmadres%2Bque%2Bpierden%2Bla%2Bpaciencia%2Bcon%2Bsus%2Bhijos%26FORM%3DHDRSC3>

y, posterior comentario e identificación de situaciones propias parecidas en las que se rellena la siguiente tabla.

Situación	Emociones experimentadas	Respuesta	Emociones y conductas observadas en los niños/as	Emociones experimentadas tras la reacción del niño/a

En segundo lugar, se enseñarán estrategias útiles para gestionar la ansiedad que puedan estar experimentando estas mujeres, como:

- Parar y contar hasta 10.

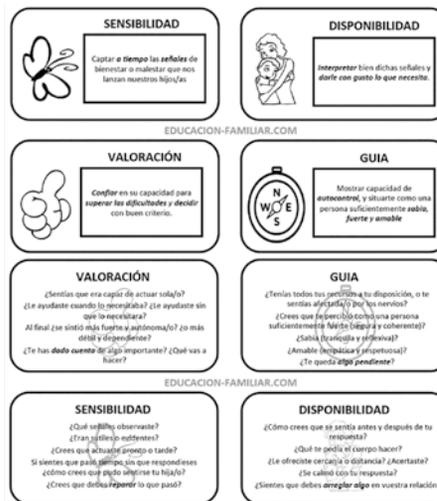
- Cerrar los ojos y centrarse en la respiración, notando como el aire entra y sale de los pulmones.

Después se hará una reflexión individual sobre cómo podría modificarse su respuesta ante la emoción y así gestionar mejor las situaciones concretas elegidas.

B.7) Las cartas de apego.

La persona dinamizadora entregará a cada mujer las cartas que se pueden observar más abajo. Se leerán cada uno de los conceptos: sensibilidad, disponibilidad, valoración y guía y, también la definición de éstos de forma rápida. Estos cuatro conceptos representan las cosas que deben ir bien para que tu hija/o se sienta a gusto contigo. Se les indicará los siguientes pasos:

- Si alguna carta te sugiere que has podido cometer algún error, dale la vuelta y responde a las preguntas que hay por la parte de detrás y escríbelas.
- Esta dinámica se puede realizar en parejas o individualmente. Se expondrán los ejemplos de las mujeres que así lo deseen.



(Escudero, 2009).

Taller dirigido a responder:

¿Le hablo de su padre?, ¿cómo?

En este taller se pretende ayudar en los procesos de aceptación de la realidad. Es fundamental que la mujer acepte que sus hijos e hijas tienen un padre que la ha maltratado, que en muchos casos van a seguir manteniendo una relación con él (por sus hijos/as YO ESTO LO QUITARÍA PORQUE YA SE ENTIENDE) y que, como mínimo, tendrá que afrontar cómo hablar/resolver preguntas de sus hijos e hijas sobre su padre.

A) OBJETIVOS:

- Diferenciar las necesidades propias de la mujer de las necesidades de sus hijos e hijas.
- Aceptar que la ruptura de la pareja maltratadora no es extensiva a la relación de los hijos/as con su padre.
- Concienciar sobre la necesidad de asumir el rol materno y principal agente educativo para sus hijos e hijas.
- Fomentar el camino hacia el perdón liberador, reelaborando el sentimiento de rencor.
- Eliminar miedos y rencores en los niños y niñas a través del modelado positivo.
- Mejorar la relación materno-filial con los hijos a través de la comunicación.

B) ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

B.1) Debate: ¿cuál es la situación actual con el padre de sus hijos/as?, ¿qué relación tienen sus hijos/as con su padre?, ¿qué problemas tienen a la hora de hablar sobre su padre a los hijos/as?

El debate tiene como finalidad conocer la experiencia de cada mujer, se diferenciará entre aquellas mujeres que tengan hijos/as con regímenes de visitas y las que no.

A través de los relatos de las mujeres se intentará conocer las circunstancias individuales y los esquemas mentales que rodean a cada una de ellas, prestando especial atención a aquellas construcciones cognitivas erróneas para tratarlas posteriormente.

El debate tiene como objetivo que se cree una discusión ordenada entre las participantes e identificar patrones de conducta, procesos mentales y posibles conflictos sin resolver.

Determinación de cambio detectando pensamientos negativos y autoafirmándose en el propósito de emprender una nueva vida liberada del rencor.

Suele ser un factor común en las mujeres las dudas acerca de qué contar y qué tapar. Se abordará este tema teniendo en cuenta las edades de los y las menores y, el conocimiento previo de estos/as antes de la separación.

B.2) Debate: Qué significa liberarse del rencor, un beneficio para ti y tus hijos/as.

«Perdonar no es olvidar el daño, es recordarlo sin odio ni rencor».

«No es posible remontar el vuelo si estamos anclados/as al suelo presos/as del rencor».

El debate tiene como finalidad ayudar a las mujeres en su proceso de recuperación a través de la desvinculación hacia el resentimiento.

En él se transmitirá que todas las definiciones psicológicas formuladas sobre el resentimiento parecen centrarse en un factor común: cuando las personas se liberan de éste, sus pensamientos, sentimientos y acciones se transforman en más positivas.

Cada vez que un hecho pasado genera una emoción, interviene una interpretación, un recuerdo o un pensamiento que gobiernan la emoción subsiguiente. Esta verdad, aparentemente inofensiva y obvia, resulta clave para entender cómo se sienten las personas respecto al pasado y evitar que se sientan atadas a él, revirtiendo así el proceso de victimización.

La valoración y el disfrute insuficiente de los buenos momentos del pasado, así como enfatizar demasiado los malos, socavan la serenidad, la felicidad y la satisfacción. Desde la psicología positiva, existen diferentes maneras de lograr que los sentimientos sobre el pasado puedan acercarnos a la «felicidad», siendo una de ellas el deshacerse del resentimiento. Esta acción deja intacto el recuerdo, pero elimina e incluso transforma el dolor asociado a él y, es la única estrategia viable para abordar la historia desde otra perspectiva.

Perdonar puede ser muy difícil, y más si hablamos de personas que nos han herido o bien que han herido gravemente a los/as que más queremos, pero es importante comenzar a ver el perdón como algo que en vez de beneficiar a esa persona, a quien más beneficiará será a una misma y, en consecuencia, a nuestros hijos e hijas.

Este proceso nos permitirá poder establecer una comunicación con nuestros hijos e hijas más adecuada y saludable emocionalmente.

Por último, en este debate se incluirán una serie de pautas apropiadas para que las madres puedan ayudar a los hijos/as a afrontar esta situación y, logren un mejor y más rápido ajuste y, adaptación a la nueva estructura familiar:

- La clarificación de cuál es el plan de visitas con el padre y el porqué.
- Evitación de peleas ante ellos/as u hostilidad con el ex cónyuge, buscando una relación que permita encontrar acuerdos en las funciones como padres, sin usarlos/as para agredirse mutuamente ni ponerlos/as en el lugar de espías, mensajeros/as, jueces/zas o espectadores/as.
- Evitar la búsqueda de alivio emocional en ellos y ellas para compensar los sentimientos personales de soledad y vacío.

• Fomentar la manifestación de sus emociones: que pregunten, que lloren si quieren hacerlo, que exterioricen sus sentimientos de dolor, confusión, preocupación o ira. Hay que hablar con ellos y ellas al respecto, sin juzgar y comprendiendo y respetando sus sentimientos.

- Evitar pedirles que tomen partido a favor o en contra de uno de los padres.
- No hablar mal o desacreditar a su padre.

DESCANSO.

C) DINÁMICAS:

C.1) Dinámica: la silla vacía.

Esta dinámica nos ayudará a trabajar las emociones necesarias para reducir la amargura que impide la adecuada comunicación de la mujer con sus hijos e hijas, el rencor hacia el agresor.

Hay que pedir a las participantes que tomen asiento y que coloquen enfrente una silla vacía. De manera imaginaria, en ésta se sentará una persona hacia la cual tengan sentimientos de odio, ira, rencor, envidia o resentimiento no resueltos, en este caso será la pareja maltratadora.

Las mujeres deberán expresar a su expareja, padre de sus hijos e hijas, toda la carga emocional que tienen contra él.

Después, serán ellas las que se sentarán en la silla vacía, imaginando que son la otra persona y respondiendo a todo lo que han tenido que escuchar. Regresarán a la primera silla y continuarán con la expresión de sus emociones dirigidas a su ex pareja, volviendo de nuevo a sentarse en la silla vacía para contestar y, así sucesivamente. Este ejercicio se repetirá las veces que sean necesarias hasta que las participantes puedan liberarse algo de su conflicto emocional.

Dependiendo de lo numeroso y participativo que sea el grupo, esta dinámica puede ser realizada por todas las asistentes o tan sólo por aquellas que se sientan cómodas con la tarea.

La terapeuta estará en todo momento pendiente de las necesidades particulares de las participantes, ya que puede resultar algo difícil para ellas ponerse en el lugar de la persona que las maltrató. Al finalizar el ejercicio se hará una puesta en común sobre las sensaciones que hayan surgido, así como la resolución de dudas en el momento.

C.2) Dinámica: diálogo de cambio, carta a futuro.

El objetivo de esta dinámica es visualizar la propia vida una vez superados los miedos y los pensamientos negativos asociados al pasado. Se invitará a las mujeres a que escriban una carta dirigida a ellas mismas desde el futuro ideal que desearían para ellas y para sus hijos/as en un período de 3 años. En este escrito se encargarán de contar como se encuentran y como es la relación con sus hijos/as.

Este ejercicio ayuda a poner en perspectiva a las mujeres sobre aquello que han vivido y lo que quieren conseguir a partir de ahora, motivándolas hacia su propio proceso de cambio.

Primera parte

Taller dirigido a aclarar: **Tengo miedo a poner límites y a veces yo también soy agresiva**

Cuando la violencia ha estado presente en la vida de la mujer durante mucho tiempo, existe el riesgo de que aquella se normalice en su día a día, pudiendo llegar a ser violenta con sus hijos/as. A lo largo de este taller nos centraremos en potenciar habilidades de comunicación, resolución de problemas, asertividad y, en definitiva, en ayudar a educar a los hijos e hijas dentro de un clima donde la paciencia, la tolerancia y el cariño predominen. Otra consecuencia de convivir con la violencia de manera prolongada, es la probabilidad de haber perdido la autoridad y capacidad de poner normas y límites, ya que el agresor ha mermado sus habilidades parentales y ahora se pueden encontrar perdidas.

Los niños/as necesitan un modelo correcto para aprender adecuadamente.

A) OBJETIVOS:

- Fomentar una comunicación y habilidades parentales adecuadas.
- Fomentar la empatía y la asertividad.
- Aprender y/o mejorar los estilos de afrontamiento y de resolución de problemas.

- Reducir y/o eliminar conductas agresivas.
- Aumentar/mejorar los recursos educativos con los hijos e hijas.

B) ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

B.1) Debate: ¿cómo ha afectado la violencia en la capacidad de la madre de poner normas y límites?, ¿existen comportamientos violentos en la relación con sus hijos/as?

El debate tiene como finalidad conocer la experiencia de cada mujer acerca de sus competencias actuales para gestionar la disciplina ante sus hijos e hijas, el tipo de dificultades que encuentran y las dudas que se les plantean.

Se abordará el tema planteando las formas más frecuentes de educar durante y después de la convivencia con el agresor. Un ejemplo de ello sería que, como durante la citada convivencia se les suele anular la autoridad ante sus hijos e hijas, tras la separación pueden acabar siendo agresivas en ciertas ocasiones, ya que éstos y éstas no les obedecen por no estar acostumbrados/as a ello entre otras cosas, percibiéndolas a su vez débiles y vulnerables en el manejo de dicha autoridad y respeto.

A través de los relatos de las mujeres se intentará conocer las circunstancias individuales y los esquemas mentales que rodean a cada una de ellas, prestando especial atención sobre aquellas construcciones cognitivas erróneas para tratarlas posteriormente, como por ejemplo, los sentimientos de culpa ante una posible actitud agresiva de la madre.

Tras el debate se retomarán aquellos puntos que el/la terapeuta se haya anotado como claves para así dar directrices que se centrarán en la importancia de desarrollar técnicas de comunicación, fomentar la empatía y la asertividad y, controlar las discusiones.

C) DINÁMICAS:

C.1) Dinámica: práctica en psicología positiva.

El establecimiento de normas y límites en el contexto familiar supone uno de los factores de protección más significativos para reducir la probabilidad de aparición de conductas de riesgo, tanto en la infancia como en la adolescencia.

«NOS ESCUCHAN, ESCUCHAMOS, APRENDEMOS»

Esta actividad se desarrollará a través de una psicoeducación en la cual se trata de mostrar cómo deben afrontarse las conductas no deseadas de manera constructiva y cómo fomentar las deseadas, de tal forma que tanto madres como hijos e hijas se puedan entender y ambas partes obtengan un aprendizaje positivo del proceso.

PARTE 1: Respeto y comprensión.

Una parte imprescindible en cualquier situación con los niños y niñas es mostrarles respeto y comprensión. Muchas veces se intenta superponer la propia opinión olvidando que todos/as somos seres diferentes y que ninguna emoción o sentimiento es más válido o mejor que otro. Por ello, cuando los niños/as expresan algo que piensan, sienten o experimentan, es adecuado seguir unas pautas:

- Escuchar en silencio y con atención lo que nos están diciendo, acompañarlo con lenguaje no verbal como asentir.
- Intentar no juzgarles.
- Aceptar sus sentimientos o emociones con expresiones como: «mmm..., ya entiendo...».
- Animarles a que sigan compartiendo la información con nosotros/as.
- Darle un nombre al sentimiento que nos están transmitiendo.
- Ofrecerles a los niños/as una posible solución y mostrar apoyo y ayuda si la necesitan.
- Reforzar el hecho de que hayan compartido con usted aquello que estaban sintiendo.

Es muy importante tener en cuenta que, muchas veces, los niños/as simplemente necesitan que su madre este ahí presente, aunque no les diga nada, escuchando y dándoles su apoyo. También hay que ser conscientes de que la reacción de la misma ante la emoción o sentimientos del niño/a, no puede ser demasiado intensa ni superar la que él o la menor ya tiene.

Para poner en práctica lo anterior, se pedirá a las participantes que formen parejas para llevar a cabo una actividad de role-playing en la que se expongan a la siguiente

situación: «su hijo/a quiere ir a toda costa al parque de atracciones, pero usted no puede llevarle este fin de semana porque tiene asuntos laborales que realizar. El niño/a está muy enfadado por ello».

PARTE 2: Fomentando la cooperación.

En la convivencia en el hogar es fundamental que todas las personas colaboren en los diferentes aspectos, ya sean tareas de la casa o resolver cualquier altercado que pueda surgir. Existen diferentes pautas que pueden resultar de gran ayuda para pedirle a un niño/a su colaboración (Faber & Mazlish, 2015):

- Se comienza describiendo el problema o la situación que se está produciendo, por ejemplo: «la ropa está tirada por el suelo de la habitación».

- Dar información: «la ropa se está ensuciando».

- Decirlo con una palabra: «la ropa».

- Describir lo que siente: «no me gusta y me enfada un poco ver que la ropa no está bien colocada en el armario».

- Escribir una nota: «por favor, dóblame y guárdame en el armario para que esté más cómoda. Gracias, firmado tu ropa».

En este proceso de demandar cooperación es crucial que no se utilice hacia el niño/a. Por lo tanto, siempre habrá que evitar:

- Acusaciones y otras formas que lo/a culpabilicen.

- Calificativos como: «tienes el cuarto muy desordenado, eres repugnante».

- Amenazas y advertencias.

- Órdenes como: «¿aún no has recogido?, ¡venga, rápido!, ¿a qué estás esperando?».

- Discursos o sermones.

- Comentarios como: «¿qué quieres, que me dé un ataque?».

- Comparaciones con otra persona de la familia o del círculo cercano como un amigo/a.

- Sarcasmos.

- Profecías como: «me has mentado respecto a tus notas, de mayor nadie querrá confiar en ti».

Para llevar a la práctica lo anterior se realizará una actividad individual que consistirá en leer la siguiente situación: «llega a la cocina y se encuentra los platos y vasos de la comida de su hijo/a sin recoger por tercera vez consecutiva en el día». Una vez leída deberán rellenar los siguientes apartados respecto a la misma:

- Describa el problema.
- Dé información.
- Dígalo con una palabra.
- Describa lo que siente.
- Escriba una nota.

PARTE 3: Alternativas al castigo y promoción de una buena conducta.

Cuando se quiere disminuir o evitar el comportamiento no deseado en un niño o niña, es esencial no castigarle punitivamente, sino emprender conductas alternativas como pueden ser:

- Ignorar la conducta inadecuada (pero no destructiva) cuyo objetivo es obtener su atención o cuidado (siempre y cuando no suponga daño para nadie ni nada).
- Indicarle la forma en la que puede ser de utilidad: por ejemplo, si estás ordenando la ropa y el niño/a no para de correr alrededor puedes decirle: «venga ayúdame a doblar estas camisetas».
- Expresar lo que desapruuebas de su comportamiento sin usar calificativos hacia él/ella: «no me gusta que corras así alrededor de mí, es difícil concentrarse».
- Indicar lo que esperas de él/ella.
- Enseñar al niño o niña lo que debe hacer para que su comportamiento sea el esperado.
- Ofrecerle alternativas o elecciones: «puedes ayudarme a doblar las camisetas o puedes sentarte aquí a mi lado tranquilo/a».
- Llevar a cabo alguna acción y dejar que el niño/a experimente las consecuencias de su conducta: si el niño/a se porta mal en el supermercado, la próxima vez no le acompañará a comprar.

(Faber & Mazlish, 2015)

Para evitar que la próxima vez ocurra el comportamiento no deseado, se puede crear conjuntamente «un contrato» en el que ambas partes (niños/as y mamá) establezcan lo que es preferible, por ejemplo: mamá pone que mientras ella esté doblando la ropa, el niño/a permanecerá sentado jugando. El niño/a añade que si lo prefiere podrá ayudar a mamá, pero sentado a su lado y sin correr o gritar por la habitación.

Es muy importante que no solo se resalten las conductas cuando no son deseables, también es necesario resaltar aquellas que sí lo son. Para promover que el niño/a tenga un comportamiento deseado hay que sorprenderlos/as cuando se portan bien y reforzarlos/as cuando su conducta es adecuada. Para ello, se debe ofrecer a los niños/as algo que les resulte agradable como ver una película que les encanta, comer su comida favorita o simplemente darles un abrazo y decirles lo bien que se portan (en este punto hacer hincapié que siempre es más recomendable utilizar refuerzos verbales o físicos frente a refuerzos materiales).

La dinámica que se llevará a cabo para finalizar este apartado consistirá en que, de manera individual, cada asistente escribirá:

- En un papel rojo qué cosas considera que no está haciendo de la mejor manera posible cuando su hijo/a no se comporta adecuadamente.
- En otro papel verde qué acciones y refuerzos (palabras, abrazos etc.) le gustaría usar más a menudo.

Segunda parte

**Tengo miedo a poner límites
y a veces yo también soy agresiva.**

B.2) Debate: como evitar discusiones. Controlando la agresividad.

El objetivo de este debate es dar una serie de pautas esenciales para evitar que las discusiones vayan a más, evitando ante todo que la violencia verbal y/o física aparezca ante una mala comunicación con los hijos/as.

El/La terapeuta dará los siguientes principios básicos de cara a evitar avivar cualquier tipo de discusión:

- No elevar el volumen de voz.
- No amenazar, insultar o intimidar.
- No cambiar los temas de discusión, no se puede empezar a discutir por un tema y acabar generalizando.
- No comentar durante la discusión todos los errores y fallos o comportamientos negativos de nuestro hijo/a, es el peor momento para hacerlo y solo servirá para que se ponga a la defensiva.
- No tomar decisiones importantes ni imponer castigos desproporcionados cuando estemos enfadadas. No estamos en las mejores condiciones para hacerlo.
- Si nuestro hijo/a grita, no contagiarnos con ello.
- Tener en cuenta nuestro lenguaje no verbal (podemos mostrarnos agresivas sin pretenderlo).
- Recuerda: «prefiero ser dueño de mi silencio que esclavo de mis palabras». La palabra tiene poder.

«Continuarás sufriendo si tienes una reacción emocional a todo lo que se te dice. Si las palabras te controlan, significa que los/as demás pueden controlarte. Respira y deja que las cosas pasen».

Recomendaciones a seguir:

- No disminuir su autoestima, valorando sus logros y su voluntad de mejorar.
- Siendo un buen ejemplo, los niños y niñas lo observan y absorben todo. Si sienten que su madre resuelve los problemas a gritos, en el futuro el niño o la niña hará lo mismo.
- Hablar con el niño/a y entender que está en proceso de aprendizaje. No se podrá portar bien siempre, así que lo más oportuno es dialogar para explicarle el por qué de las conductas que se esperan de él/ella.

Tras la lectura y explicación de estas pautas se preguntará a las mujeres qué problemas pueden encontrar a la hora de aplicar estas directrices en su relación con sus

hijos e hijas. El/La terapeuta irá resolviendo las cuestiones que surjan con el propósito de inculcar la importancia de intentar seguir las citadas recomendaciones en su realidad cotidiana.

C.2) Dinámica:

Realizaremos una práctica para comprobar cómo se recibe el mismo mensaje con distintos tonos de voz y actitud.

Según el número de participantes, formarán entre ellas tres o cuatro grupos. Una mujer de cada grupo se sentará en una silla y, el resto de integrantes irán pasando por su lado a la vez que le van diciendo el mismo mensaje de una manera positiva. Tras ello, de nuevo volverán a pasar por al lado de esta mujer, pero en esta ocasión para decirle las mismas palabras de una manera agresiva. Un ejemplo de este ejercicio podría ser el querer transmitir que no ha gustado un trabajo que ha realizado, y los mensajes podrían ser de la siguiente manera:

- Tono agresivo, «que mal te ha quedado, eres un desastre».
- Tono asertivo, «está bien pero, seguro que eres capaz de hacerlo mejor con un poquito más de esfuerzo».

Se analizará la manera en la que han recibido cada tipo de mensaje, lo que han sentido y como hubieran continuado esa conversación si hubieran podido intervenir, es decir, como responderían ante un mensaje en tono agresivo y el mismo en tono asertivo.

C.3) Dinámica: «el patito feo».

Como saben muy bien, el patito nació todo lo feo que su especie podía permitirle, sin tener que dejar de llamarle pato. Era menudo, peloncillo, patizambo y cobarde, hasta tal punto que la señora pata no recordaba cosa igual en su larga experiencia de maternidad. Ella había incubado más de setenta huevos. Alguien le dijo una vez que el patito nació de un huevo de cisne.

Y el señor pato y la señora pata se lo creyeron al principio. Luego se vio claro que no. El huevo era de pato y había sido un huevo normal como todos los huevos de pato.

El primero en desilusionarse fue el señor pato. Era un ejemplar de macho, que con su mal genio y sus poderosos graznidos tenía en jaque a todos los/as habitantes del corral. «Qué vergüenza!» —refunfuñaba a todas horas—. «¡Con lo fuertes y hermosos/as que han sido todos tus hermanos/as!».

Y el señor pato decidió acelerar el proceso de desarrollo y el fortalecimiento de su criatura. «Vamos a poner a prueba tus pulmones» —gritaba—. «¡Mítame con todas tus fuerzas!». Y el señor pato lanzaba un poderoso «cuá-cuá» terrorífico que dejaba el corral en estado cataléptico. El patito procuraba imitarlo, pero su grito no era más sonoro que el chillido de un conejo. «¡Otra vez!» —vociferaba encolerizado el celoso educador—. «¡Otra vez y mil veces hasta que te salga un vozarrón como la trompeta del juicio!». El patito intentaba inútilmente obedecer, y su fracaso adquiría entonces carácter de tragedia; los insultos y palmetazos llovían sobre su cuerpo y las pocas plumas de su cabeza volaban por el aire.

«¡Al agua patos!» —ordenaba el señor pato—. Y la recua se zambullía en la presa del molino. Era una escuadra de barquitos amarillos. El señor pato marcaba el tiempo del «crawl» y todos/as debían someterse a su ritmo sin desfallecer. Pero el patito, a los pocos minutos, sentía tremendos calambres en las patas. «¡Pues te aguantas los calambres y sigues nadando hasta que yo lo ordene!» —gritaba furiosamente el manager—. A punto estuvo el pequeño palmípedo de ser arrastrado por la corriente y fue necesaria la intervención de toda la familia para sacarlo de las garras del remolino.

Cuando comenzó el colegio, el señor pato tuvo especial interés en presentar personalmente sus hijos e hijas al profesor. «Quiero que el día de mañana sean unos patos y patas de provecho. En cuanto a éste» —y señalaba al patito—, «no nos hacemos muchas ilusiones. Es el más tonto de todos los hermanos y hermanas. Se lo pongo en sus manos para ver si lo espabila. En todo caso no le vendrán mal unos palmetazos cuando lo crea oportuno». El maestro no se hizo repetir la orden y consideró oportuno propinarle una ración diaria de palmetazos, amén de ponerle en ridículo delante de toda la clase bajo cualquier pretexto.

Un día, el patito se contempló en un trozo de espejo. Verdaderamente todos tenían razón: era más feo y más raquítrico de lo que él había imaginado y pensó que una criatura tan horrible no tenía derecho a estropear el mundo de los/as demás.

Antes de tomar una decisión, arrancó una plumita de su ala y escribió en una hoja de plátano: «Querido padre: yo no tengo la culpa de que un huevo de pato te haya hecho concebir tantas ilusiones. Verdaderamente el hijo debería ponerte sobre aviso cuando la madre pata se pone a encubar».

«Yo no podía pedirte que me llamas guapo o inteligente. Me bastaba que fueras capaz de perdonar mi debilidad. Si esto te consuela, estoy arrepentido de haber sido tan feo, tan débil y tan tonto». Y el patito dejó la carta en el corral. Y luego se fue a bañar a la presa del molino, donde, de cuando en cuando se formaba aquel extraño remolino. Y luego ocurre lo irremediable.

ACTIVIDAD:

Una vez realizada la lectura de «El patito feo», las madres responden las siguientes preguntas:

1. ¿Qué frases le impactaron más y por qué?
2. Escribe las frases más frecuentes del señor pato y que también utilizamos en la vida diaria.
3. ¿Por qué crees que el padre actúa así con el patito?
4. ¿Cuál es la moraleja de la fábula?
5. ¿Habrá alguna posibilidad de cambio? ¿Cuál? Escríbala.

IDEAS para complementar el tema:

La crítica negativa hiere e impide que seamos abiertos/as y honestos/as en nuestra mutua comunicación. La crítica negativa destruye el espíritu. Nos hace subestimar nuestro valor y bondad, acabando con la confianza en nosotros/as mismos/as.

Cuando se es siempre criticado, la otra persona piensa: ¿Qué dirá ahora? ¿Cómo reaccionará ante esto? Se elimina la espontaneidad y la alegría de la relación.

Desafortunadamente, a menudo, les damos a nuestros hijos e hijas otros nombres que expresan críticas y es así como los llamamos «vag@s», «estúpid@s», «inútiles», «amargad@s» etc. Nuestros hijos e hijas llevarán también estos nombres por el resto de su vida.



La crítica surge en todo tipo de situaciones: al haber sido incomodados/as por alguien, agredidos/as o rechazados/as.

Otro origen de nuestra crítica negativa es sentirnos desilusionados/as acerca de nuestros hijos/as. Tenemos una imagen de lo que un/a hijo/a debería ser y nos damos cuenta que nuestro ideal no responde a la realidad.

Nunca olvidamos el ideal, pero tampoco aceptamos a la persona como es, tendemos siempre a moldearla, y que cumpla nuestras expectativas.

Lo mejor que podemos hacer acerca de la crítica negativa, es eliminarla de nuestro estilo de vida. Liberarnos de ella genera un ambiente agradable, una mayor apertura y disponibilidad y, una oportunidad para apreciar realmente la compañía de los/as demás. El pacto de No Crítica negativa, asegura que jamás estaremos contra la pared.

Escuela de padres, (2016).

Taller dirigido a responder:

¿Mi hijo va a ser como su padre? ¿Y mi hija va a permitir que los hombres le agredan?

En este taller se abordará la capacidad de cambio intrínseco en cada uno/a de nosotros y nosotras, el poder que tenemos sobre aquello que queremos cambiar, la importancia de proyectar y positivizar las circunstancias para conseguir objetivos a corto, medio y largo plazo, y en última instancia poder ser un modelo positivo para nuestros hijos e hijas.

A) OBJETIVOS:

- Concienciar a las madres de que el cambio es posible, nada está sentenciado ni predeterminado.
- Fortalecer expectativas positivas de las madres sobre sus hijos e hijas.
- Dar pautas educativas adecuadas para servir como modelo positivo para sus hijos/as.
- Ayudar a las mujeres a incrementar la autoestima/comunicación/expresión emocional de los hijos e hijas como arma preventiva para evitar posibles réplicas de violencia.
- Dar a conocer los estados evolutivos de los y las menores con el objetivo de no confundir según qué momentos con actitudes parecidas a las de los padres.

B) ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

Las actividades que se proponen en este taller están orientadas a centrarse en el presente y a resolver los problemas que surgen con los y las menores en el día a día. Anticipar ciertos comportamientos cómo probables en un futuro, asignando una etiqueta de agresor/a o víctima, sólo hace que se perpetúen dichas actitudes. El objetivo de esta actividad es que, a través de la exposición psicoeducativa, se muestren los aspectos protectores y resilientes favorecedores para facilitar el cambio de dichos comportamientos, es decir, qué podemos hacer a partir de ahora. Es importante aclarar y saber distinguir los comportamientos típicos en las diferentes etapas y ante hechos importantes como, cambios bruscos (separación, cambio de casa, de colegio, de amistades...), conflictos en la adolescencia, etc., con el fin de desvincular la idea de que todo está relacionado con las consecuencias de la violencia.

B.1) Debate: ¿qué creencias tienen respecto a la realidad de sus hijos e hijas? Dudas a la hora de interactuar con sus ellos/as. ¿Qué tipo de miedos tienen sobre el futuro de sus hijos/as?

El debate tiene como finalidad conocer las creencias que las asistentes tienen sobre el futuro de sus hijos e hijas en relación con la violencia vivida.

A través de los relatos de las mujeres se intentará conocer las circunstancias individuales y los esquemas mentales que rodean a cada una de las mujeres, prestando especial atención a aquellas construcciones cognitivas erróneas para tratarlas posteriormente.

Otro objetivo del debate será el de crear una discusión ordenada entre las participantes e identificar patrones de conducta, procesos mentales y posibles conflictos sin resolver.

Se hará especial hincapié en la manera en la que los hijos e hijas aprenden la gestión emocional, procesos cognitivos y comportamentales, que en gran medida se producen a través de su principal modelo de referencia (seguramente y a partir de ahora, la madre). Esto significa que la madre tendrá que ser la primera en generar un cambio ante la educación machista, modelos de actitudes hacia sus hijos e hijas menos agresivos y, más comprensivos y sanos para, de esta manera, evitar que se perpetúen en los y las menores las conductas no deseadas.

B.2) Efecto Pigmalión.

Visionado de una explicación de tal efecto.

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

Los niños y niñas desarrollan su autoconcepto en función de las expectativas que depositan en ellos y ellas las personas de referencia en su entorno. Es decir, un niño/a va formando el concepto que tiene de sí mismo/a en base a las valoraciones que recibe de sus madres y padres, de sus abuelos/as, de sus tíos/as, de sus maestros/as... Y si de pequeño/a no le consideran válido para hacer una determinada cosa, muy probablemente acabe siendo incapaz de hacerla, no porque no tenga aptitud o habilidades suficientes, sino porque su entorno más próximo le está transmitiendo este mensaje que difícilmente le invitará siquiera a intentarlo, a probar suerte... Se sentirá menos capaz que ellos/as y pensará que no puede hacerlo, que no tiene el talento suficiente... y por lo tanto, se considerará inferior en ciertos aspectos. Esto es lo que se conoce como «efecto Pigmalión». Es muy fácil afectar de forma inconsciente a los niños y niñas con nuestras palabras.

Si creemos que algo acabará pasando y actuamos convencidos de ello, es más probable que ocurra.

El efecto Pigmalión es uno de los mayores influyentes en el desarrollo personal. Día a día nos comportamos según la imagen que creemos que tienen los/as demás sobre nosotros/as. Como consecuencia, adquirimos un rol para responder acorde a esa percepción.

Existen muchos estudios de pedagogas/os y psicólogas/os que confirman este hecho, entre ellos el de Rosenthal. Éste dio a los profesores y profesoras de una escuela los nombres de unos/as alumnos/as y les dijo que tenían una capacidad superior, sin embargo, todos y todas habían sido elegidos al azar. Este grupo realizó más avance intelectual que el resto. El profesorado esperaba mejores resultados y los tuvieron, con lo que la profecía estaba cumplida.

El efecto Pigmalión requiere de tres aspectos: creer firmemente en un hecho, tener la expectativa de que se va a cumplir y acompañar con mensajes que animen su consecución.

Centrando la teoría en el caso de estos niños y niñas, primero se cree rotundamente en que el hijo/a va a ser un agresor/a o víctima por las actitudes que muestra, así pues, los mensajes serían del tipo «eres como tu padre», «me tratas como me trataba tu padre», etc., y a partir de esta etiqueta el niño/a empieza a asumir tal rol.

C) DINÁMICAS:

C.1) Dinámica: ¡Tú Vales!

El dinamizador/a pedirá dos voluntarias. Éstas deberán abandonar la sala mientras se les explica la dinámica al resto del grupo, el cual se dividirá en dos subgrupos. Uno de ellos animará y motivará a la primera voluntaria, y a la segunda la tratarán de manera indiferente. El otro grupo ha de actuar de una manera neutra ante la primera voluntaria y desanimar a la segunda. Entra la primera mujer y se le pide que lance varias monedas intentando que éstas entren por el interior de un círculo que se ha recortado sobre una cartulina y que se situará a unos dos metros de distancia de ella. A continuación, se repetirá la misma dinámica con la segunda de las voluntarias. Se reflexionará sobre los resultados y sobre cómo se han sentido estas dos participantes. El/la profesional introduce el efecto Pigmalión y se debate.

DESCANSO.

B.3) Breve exposición de los principales momentos que viven los y las menores.

Los hijos e hijas de mujeres víctimas de violencia de género atraviesan por etapas estresantes a lo largo del proceso de separación de sus padres. Antes de esta separación es probable que hayan normalizado la violencia como manera de actuar ante la frustración y el estrés, o bien puede que hayan adquirido el rol contrario, es decir, el pasivo. Ante los bruscos cambios como son el posible cambio de hogar y de colegio, la vulnerabilidad de la madre ante la separación, la rabia contenida en muchas ocasiones por las medidas de visitas impuestas por la custodia, etc., los y las menores reaccionan tal y como han aprendido. Es normal que el estrés que les suponen todos estos cambios genere en ellos y ellas una frustración y rabia que provoque explosiones de ira y/o enfados desproporcionados. Esto no significa que sean unos pequeños/as agresores. Es probable que sea la forma que tienen de exteriorizar lo que llevan dentro por, al estar en etapas

tempranas de desarrollo madurativo, no disponer de las herramientas adecuadas para poder gestionar estas emociones de una manera más indicada. A esto se le suma el añadido de que han tenido modelos inapropiados en el hogar. Dejando atrás el pasado y centrándonos en el presente, que es lo fundamental a fomentar en este grupo, enfocaremos los citados comportamientos hacia los factores de riesgo y protectores que posibilitarán la reducción de este tipo de conductas junto con un menor riesgo de perpetuación de las mismas.

Se analizarán dichos factores entre los que se encuentran:

- La mejora en autoestima en los hijos e hijas.
- La ruptura con el sistema patriarcal y machista como modelo de educación.
- La mejora en comunicación empática, comprensiva y positiva, siendo la madre el modelo a seguir en dicho aprendizaje.
- La red social y sistema familiar extenso adecuados.

B.4) Facilitar el desarrollo de la autoestima en nuestros hijos e hijas.

https://www.youtube.com/watch?v=NC8Gf_mA8UU

Se puede visionar el video expuesto o dar una charla explicativa.

Se pedirá que apunten en un papel los puntos de los que habla el video para poder debatirlos cuando este termine. Son los siguientes:

- Tenerles en cuenta y dedicarles tiempo.
- Darles responsabilidades.
- No compararles.
- No etiquetarles.
- Valorar el esfuerzo y no el resultado.
- Cambiar la crítica por los elogios.
- No sobreproteger.

Se trabajará sobre todos y cada uno de estos puntos con la participación de las mujeres y, se analizarán con profundidad aquellos que les resulten más complicados de llevar a cabo.

Taller dirigido a responder:
**¿Cómo afronto las visitas con su padre?,
¿debo preparar a mi hijo/a?, tengo miedo
a que les pase algo**

En esta sesión se afrontará aquello que, seguramente, genera más miedo, tensión y dolor en estas mujeres y en sus hijos e hijas a lo largo del proceso de separación, enfrentarse a las temidas visitas con el progenitor paterno. Las madres suelen vivir esta situación con una mezcla de angustia, sentimiento de abandono hacia sus hijos e hijas, rabia e impotencia, siendo necesario abordar todas estas sensaciones para que los y las menores experimenten el menor daño colateral. Se realizarán diferentes talleres psicoeducativos para tratar esta temática.

A) OBJETIVOS:

- Conocer la sintomatología de los hijos e hijas ante las visitas con el padre.
- Preparar a las madres para las visitas con el progenitor paterno.
- Abordar los miedos y preocupaciones que les generan las visitas.
- Acercarse a las situaciones más frecuentes que se generan ante éstas.
- Resolver las dudas sobre las respuestas más adecuadas ante los/as menores y sus preguntas.

B) ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

B.1) Exposición psicoeducativa: «Quiero vivir sin violencia».

Visionado del cómic *Quiero vivir sin violencia* publicado en la página web del Instituto Aragonés de la Mujer en la sección de publicaciones en el ámbito de la mujer (Bielsa, 2019).

http://bibliotecavirtual.aragon.es/bva/i18n/catalogo_imagenes/grupo.cmd?path=3719711

A través de esta lectura se explicarán las distintas etapas situacionales y emocionales que atraviesan los niños y las niñas ante las visitas con el progenitor paterno tras la separación.

Se expondrán las preocupaciones y los miedos que los hijos e hijas que estas mujeres atraviesan antes, durante y después de los encuentros con su padre. Se abordará la sintomatología más frecuente, regresiones a etapas anteriores (hacerse pipí, perder autonomía, marcha atrás del aprendizaje adquirido hasta ese momento, ...), miedos, pesadillas, terrores, ansiedad, desánimo y tensión constante.

Nos adentraremos en el tema de las manipulaciones hacia los niños/as y la manera en la cual las viven.

Debate sobre experiencias personales.

B.2) Recomendaciones ante las visitas.

Trabajaremos sobre el antes, el durante y el después de las visitas de estos niños y niñas con su padre.

De manera previa es necesario aclarar que estos y estas menores, con frecuencia no externalizan las emociones que sienten, en primer lugar porque es lo que han aprendido en el hogar (a callar, a mirar hacia otro lado, a taparse los oídos, ...) y, en segundo lugar, porque expresando sus sentimientos saben que pueden entristecer a la madre y/o enfadar al padre (piensan que si le dicen a mamá lo que sienten, ésta se pondrá más triste todavía o bien se enfrentará a papá por ellos/as, y si es al revés, igual papá arremete contra mamá). Asimismo, tienden a no verbalizar sus experiencias con personas externas (amigos/as, otros/as familiares) por la vergüenza que supone para ellos y

ellas el vivir estas situaciones en su hogar. Cuando los y las menores se quejan a su padre sobre alguna de sus conductas, suelen encontrarse con respuestas del estilo: «¡Esto es cosa de tu madre, ¿verdad?!», «Ella te ha dicho todo esto, ¡pues se va a enterar!». Así pues, con mucha frecuencia y tras la separación de los padres, se contienen en casa del agresor para luego hacer estallar todas, o gran parte de sus emociones en su hogar habitual, que es el de la madre. No externalizan pensamientos ni emociones a su debido momento, con lo que es fácil encontrarnos con las explosiones de rabia derivadas de estas actitudes.

Recomendaciones antes de las visitas: Plantear lo expuesto en la parte teórica. A partir de esta explicación y de lo comentado anteriormente sobre sus inhibiciones en cuanto a la verbalización de miedos, la madre tendrá un papel fundamental en estos momentos. Con una comunicación empática y buscando un momento tranquilo, se le aconsejará que aborde las preocupaciones de su hijo/a. Si éste/a no es capaz de verbalizarlas, sería recomendable que la madre sugiera las inquietudes que sospeche pueda tener, que las exponga con naturalidad tratando de dar normalidad a dichos pensamientos. A modo de ejemplo, «es normal que pienses que papá pueda estar enfadado», «llevas mucho tiempo sin verlo, así que es natural que se te pasen ciertos miedos por la cabeza, como que igual no te quiere tanto como antes», «entiendo que sientas injusticia por el hecho de tener que ir a visitar a papá cuando estás dolido/a por cómo se ha comportado».

Se darán pautas para trabajar estas cuestiones con las mujeres. A su vez, se fomentará el transmitir tranquilidad en el hijo/a, pero siempre con una adecuada información necesaria en cuanto a medidas de precaución/prevenición ante situaciones que puedan producirse con su padre y que podrían resultar de riesgo.

Recomendaciones durante las visitas: Tras exponer la parte teórica se analizarán las posibles situaciones que se generan durante las visitas, las cuales suelen estar centradas en las llamadas telefónicas con los hijos e hijas en el caso de que existan. Estas llamadas se suelen realizar con el padre delante, lo que supone que el/la menor se sienta coaccionado en la conversación con la madre. En ocasiones, ésta pregunta muchas cosas y las respuestas suelen ser por lo general muy cortantes. Es importante que la madre

comprenda las circunstancias, ya que en ocasiones se sienten dolidas y perciben el desarrollo de las citadas llamadas como un rechazo hacia ellas. Una manera de evitar esta situación y no comprometer al niño/a, puede ser pactar de antemano unas pocas contraseñas mediante palabras clave. A través de éstas, el niño/a le podrá hacer ver a su mamá si se encuentra bien, si no puede hablar, o bien si se puede encontrar en peligro.

Después de las visitas: Cuando el/la menor regresa de la casa del padre, lo recomendable es no interrogar. Es preferible dejarle su espacio y, a su vez, expresarle que cuando le apetezca hablar su madre estará ahí para escucharlo/a. Llegados a este punto, las preguntas que se les pueda hacer se recomienda que estén más orientadas hacia ellos y ellas mismos/as más que hacia su padre, por ejemplo, «¿cómo lo has pasado?», «¿has terminado las tareas?», «¿has quedado con los/las primos/as?». A su vez, también se debe intentar evitar este tipo de preguntas, «¿tu padre te ha tratado bien?», «¿te ha dicho algo feo?», «¿la tía y papá te han hablado mal de mí?», «¿te ha dejado solo en casa?», «¿has jugado muchas horas a los videojuegos?».

Cuando vuelven contando situaciones que no les han gustado e incluso asustado, es importante que en esos momentos la madre no pierda el control delante de su hijo/a, es preferible escuchar y decirle que va a pensar en la manera de ayudarle para así tratar de resolver las cosas de la mejor forma posible. Por supuesto que, dependiendo de los hechos, se habrá de consultar con el abogado/a o con el/la profesional que esté acompañando el caso, pero todo esto a posteriori. Si la madre reacciona alarmándose ante lo que el niño/a le cuenta, este/a dejará de hablar, le entrarán los miedos a que se lo pueda contar al padre y le repercuta cuando tenga que ir de nuevo con él, callándose así las cosas tras las futuras visitas.

B.3) Gestión de la madre ante el posible rechazo y la preferencia de los hijos e hijas de la custodia paterna.

Los y las menores pasan por distintas etapas a lo largo del proceso de separación y cada caso siempre es distinto. No es raro encontrarnos con hijos e hijas que han sufrido violencia machista en el hogar y que, rechazando al padre en multitud de ocasiones y a lo largo de años, de pronto un día dicen que prefieren irse a vivir con él o bien piden la custodia compartida a partes iguales con cada uno de los progenitores. Las causas

pueden ser muy variadas y cada caso es particular, siendo motivadas en muchas ocasiones como consecuencia de artimañas y manipulaciones por parte del padre, la ausencia de límites en la residencia de éste, la sensación de que deben protegerlo, el considerarlo lo más justo ya que han vivido mucho tiempo con mamá, posibles desacuerdos en relación a las normas en el hogar materno, mayor cercanía al padre con los años, etc. Sea como fuere, esta situación genera en la madre un torbellino de sentimientos y emociones, los hijos e hijas por los que tanto ha luchado, quizás aguantando el matrimonio por ellos/as, quizás también defendiéndoles ante juzgados para que prevaleciera el derecho de ser escuchados/as cuando no querían ir con el padre, consolándoles antes y después de las visitas con él, haciendo todo lo posible para alejarles de una convivencia con un modelo machista, protegiéndoles de manipulaciones, violencia... ahora quieren ir a vivir con su padre. Algunas madres experimentan reacciones de rechazo hacia sus hijos/as ante estas situaciones, sentimientos de traición a la vez que los tachan de egoístas por no valorar todo lo que han hecho por ellos/as. Sienten que la lucha ha sido en vano, que acaba ganando la manipulación, el engaño, el odio y la violencia.

Trabajar y orientar en estos momentos es crucial, ya que se podría correr el riesgo de alejarse aún más de sus hijos/as. En primer lugar hay entender que estos/as niños/as pasan por etapas distintas propias de la situación vivida e intensificadas por las fases de su propio desarrollo (pubertad, adolescencia, etc.), que en ocasiones generan rabietas descontroladas y, conductas desafiantes y egoístas propias de la edad. Si la madre lo toma como personal y no logra comunicarse con ellos/as de una manera asertiva y con afecto, la situación no hará más que empeorar.

B.4) Manejo de los y las menores ante las visitas.

Explicación de las diferentes situaciones más frecuentes ante las visitas (parte teórica), rechazo absoluto, preferencia paterna y/o ambivalencia, etc.

Aun viviendo todo lo que han vivido, los niños/as suelen guardar lealtad hacia su padre. En ocasiones lo pueden llegar incluso a defender, ya que sus cabezas no están preparadas para evaluar todo el daño que ha podido llegar a causar uno de los principales referentes en sus vidas.

Aparecen los sentimientos contradictorios hacia la figura paterna, los cuales les generan culpabilidad. Ambivalencia entre el amor y el odio en distintos momentos, «a veces me trata bien, otras no», «a mí me trata bien pero a mi madre no», «lo quiero pero, ¿debería odiarlo?» o, «le odio pero, ¿debería quererlo porque es mi padre?».

Se generan conflictos de lealtad por ambas partes y miedo a las reacciones de ambos si hablan, como el miedo a que su padre vaya a la cárcel (argumento que los padres suelen utilizar para ponerles en contra de sus madres) o el pánico a que arremetan contra sus madres. A veces no quieren expresar a mamá que han estado bien con papá por si pueden pensar que no están de su parte.

La victimización por parte del padre ante sus hijos e hijas es una situación muy frecuente durante las visitas. «No tengo dinero», «no puedo permitirme vivir en una casa en condiciones», «apenas dispongo de recursos porque mamá quiso separarse de mí», «no puedo veros todo lo que a mí me gustaría porque tu madre no lo permite» son mensajes típicos que el agresor suele intentar que calen en los y las menores, lo que en algunos casos hace que éstos/as sientan rabia hacia la madre y, tristeza y angustia por pensar en lo mal que lo puede estar pasando su padre. En ciertas ocasiones llegan a culpar a mamá por todo esto, en otras le piden ayuda para que papá no se encuentre tan mal, como por ejemplo, poder llevarle comida o cualquier otro producto de necesidad.

En muchos casos, los hijos e hijas de estas mujeres están tan acostumbrados/as a estar permanentemente pendientes de ellas que les sigue aflorando el rol protector cada vez que se tienen que separar.

Por último, otra situación frecuente ante las visitas de los hijos/as con el padre, es la de culpar a su madre por tener la obligación de acudir y no hacer nada para poder impedirlo, llegando incluso a sentirse desprotegidos/as y/o abandonados/as.

B.5) Menores sin visitas.

Existen diferentes circunstancias que pueden alterar los sistemas de visitas, siendo las más frecuentes cuando se dan las siguientes circunstancias:

Desde la separación y/o denuncia, el padre no ha solicitado régimen de visitas y no se pone en contacto con su hijo/a por medio de ninguna vía.

Los niños/as viven en constante incertidumbre sobre cuándo se producirán las visitas y cómo serán. Es importante trasladarles al presente, no mentirles y no falsear situaciones que pueden estar pasando para evitar el dolor que pueden sentir, ya sea por querer ver a su padre como por no querer hacerlo. Transmitirles que tendrán tiempo suficiente como para pensar sobre ello cuando se les avise que van a empezar las visitas con papá, les será de ayuda. Asimismo, es adecuado permitirles hablar de su padre, preguntarles por las dudas que les puedan surgir, que le escriban si les apetece y que guarden las cartas para entregárselas cuando lo vean. Si el niño/a no pregunta nunca sobre su padre, es conveniente animarles a que lo hagan y se expresen. Es fundamental conocer si existen pensamientos dentro de ellos/as que les puedan generar culpabilidad por no poder verlo.

El padre renuncia a las visitas.

En función de la relación que existiese con el padre antes de la separación, la reacción de los hijos e hijas variará. Si estos niños/as vivían con miedo, angustia y en continua tensión con la figura paterna, la renuncia de visitas por parte de ésta se vivirá con un gran alivio. Sin embargo, en esos casos resultará interesante y beneficioso buscar figuras masculinas adecuadas como la de un abuelo, un tío, etc., que ayuden a los y las menores a no estigmatizar la imagen masculina y/o del padre, ya que de lo contrario se corre el riesgo de que asocien y generalicen los malos comportamientos hacia tales figuras.

Si los niños y niñas tenían sentimientos buenos o ambivalentes hacia su progenitor paterno, probablemente surgirán sentimientos de culpabilidad y abandono y, resultará necesario ayudarles en este proceso de duelo.

El padre tiene visitas pero no suele acudir.

La frustración de estos y estas menores ante la ausencia del padre después de acudir al sitio en el cual se ha concertado la recogida es muy intensa. Suele ser así incluso en aquellos casos en los cuales los/las menores acuden a la visita a regañadientes, ya que no es lo mismo que sean ellos/as mismos/as los/las que rechacen a que sea su padre quien lo haga. Estas situaciones les provocan una ruptura con su sistema de creencias en el que su padre siempre cuidará de ellos/as y, con frecuencia, les generará sentimientos de abandono.

Por lo general, tales sentimientos no serán reconocidos hasta que los síntomas comiencen a aparecer en la edad adulta.

Menores con visitas pero con negligencia emocional.

Estos niños/as visitan a su padre regularmente pero, si éste no escucha a sus hijos/as, no sintoniza emocionalmente con ellos/as, no les genera un adecuado apoyo afectivo que dé importancia a sus sentimientos, invalida sus experiencias emocionales, no comparte momentos positivos con ellos/as, no está pendiente de sus necesidades físicas, anímicas y de cariño. Estos y estas niños/as se sentirán abandonados/as emocionalmente y percibirán a su padre como ausente en el sentido metafórico de la palabra.

B.6) Posibles pautas ante la manipulación del progenitor paterno.

La manipulación que ejerce el agresor hacia los/as niños/as no suele estar basada en castigos y agresiones (en algunos casos sí), pero normalmente se manifiesta con la ausencia de normas y límites que posteriormente provoca un conflicto en el hogar materno, ya que en casa del padre pueden no hacer los deberes, no lavarse los dientes, acostarse cuando quieran, etc. Otra manera de dañar haciendo uso de la manipulación, es la conducta de seguir controlando a la madre, amenazarla e insultarla a través de los/as hijos/as. Este hecho provoca malestar en estos niños y niñas, confusión, conflictos de lealtad que suelen guardar en secreto para no generar más angustia en la madre. En ocasiones, cuando regresan al hogar materno verbalizan alguna expresión que han escuchado de su padre, como vejaciones hacia la madre. En estos casos es importante no entrar en la dinámica de responder con expresiones cargadas de rencor y odio para no seguir alimentando el dolor en los niños y niñas. Como posibles contestaciones se hayan posibles preguntas encaminadas a que el niño o la niña piensen por sí mismos/as en todo ello: «¿y tú qué opinas sobre eso?», «¿crees que mamá se comporta cómo dices?», «¿sabes lo que significa?». En definitiva, conviene orientarlos/las a pensar por ellos/as mismos/as con sus propias experiencias ante las manipulaciones del padre. Si él o la menor es muy insistente, se ignorarán partes de la conversación y se le trasladará la intención de que prefieres centrarte en cosas bonitas y que les hagan estar contentos y contentas.

Taller dirigido a ruegos y preguntas

Esta última sesión consistirá en responder a todas aquellas dudas e inquietudes que las mujeres participantes puedan formular al terapeuta.

Bibliografía

Ainsworth, M. D. S. & Bowlby, J. (1991). An Ethological approach to Personality Development. *American Psychologist*, 46, 333-341.

Asamblea General de la ONU. (1989). Convención sobre los Derechos del Niño. Recuperado el 10 de noviembre de 2020, de <https://www.ohchr.org/SP/ProfessionalInterest/Pages/CRC.aspx>

Barudy J. & Marquebreuca, A. P. (2006). *Hijos e hijas de madres resilientes*. Barcelona: Gedisa.

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

Bielsa, V. (2019). *Quiero vivir sin violencia*. Zaragoza: Instituto Aragonés de la Mujer

Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss. vol III. Loss, sadness and depression*. New York: Basic Books.

Bucay, J. (2015). *El elefante encadenado*. Océano Travesía.

Calhoun, L. G. & Tedeschi, R. G. (1999). *Facilitating posttraumatic growth: A clinician's guide*. Carolina del Norte: Routledge.

Czalbowski, S. (2018). *Detrás de la pared: una mirada multidisciplinar acerca de los niños, niñas y adolescentes expuestos a violencia de género*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Czalbowski, S. (2009). *La historia de Laura*. Ayuntamiento de Alcorcón. Concejalía de la Mujer.

Diez Fernández, C. (2015). *Impacto de la violencia de género en los hijos e hijas adolescentes en grave riesgo psicosocial: apego, estilos de crianza y disfunciones psíquicas*. [Tesis de doctorado, Universidad de Oviedo]. Google scholar.

Escudero, V. (2009). *Guía práctica para la intervención familiar*. Junta de Castilla y León, Gerencia de Servicios Sociales.

Escuela de padres. (2016). *La crítica negativa*. Recuperado el 16 de diciembre de 2020, de <https://escuelaserpadres.wordpress.com/category/dinamicas/>

Faber, A. & Mazlish, E. (2015). *Cómo hablar para que los niños escuchen. Nueva edición actualizada: Y cómo escuchar para que los niños hablen*. Grupo Planeta: España.

García, J. C., Font, M. B., Sierra, C. M., Bret, J. M. & López, C. T. (2015). Percepción del vínculo parental y violencia de género: estudio sobre la percepción del vínculo materno-filial en familias que han sufrido situaciones de violencia de género. *Documentos de trabajo social: Revista de trabajo y acción social*, (55), 118-143.

Grotberg, E. (2006). *La resiliencia en el mundo de hoy. Cómo superar las adversidades*. Barcelona: Gedisa, 216.

Hernández Palacios, S. (2017). *Paternidad y competencias parentales percibidas por hombres penados por violencia de género: un estudio cualitativo*.

Kotliarenko, M. A., Santos, H., Munist, M., Suárez Ojeda, N., Infante, F. & Grotberg, E. (1998). *Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes*. Washington, D: Fundación Kellogg, ASDI.

Lafuente Bolufer, E. (2015). *Intervención grupal con mujeres víctimas con violencia de género: taller «creciendo juntas»* (Trabajo fin de master). Universidad Jaime I de Castellón, Castellón.

Ley 13/2007, de 26 de noviembre. Medidas de Prevención y Protección Integral contra la Violencia de Género. BOE núm. 38, de 13 de febrero de 2008.

Ley 4/2007, de 22 de marzo. Prevención y Protección Integral a las Mujeres Víctimas de Violencia en Aragón. BOA núm. 41, de 9 de abril de 2007.

Ley Orgánica 8/2015, de 22 de julio. Por la cual se modifica el sistema de protección a la infancia y a la adolescencia. BOE núm. 175, de 23 de julio de 2015.

Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo. Para la igualdad efectiva de mujeres y hombres. BOE núm. 71, de 24 de marzo de 2007.

Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre. Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género. BOE núm. 313, de 29 de diciembre de 2004.

Martínez Ten, L. (s.f.). *La repercusión de la violencia de género en las hijas y los hijos*. Secretaría de Mujer y Políticas Sociales FeSP UGT.

Ministerio de Igualdad. 2020. *Menores y Violencia de Género*. Recuperado el 3 de noviembre de 2020, de https://violenciagenero.igualdad.gob.es/violenciaEnCifras/estudios/investigaciones/2020/pdfs/Estudio_menores_final.pdf - page=17

Naciones Unidas. 1993. Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer. Recuperado el 5 de noviembre de 2020, de <https://www.ohchr.org/SP/Issues/Women/WRGS/Pages/VAW.aspx>

Observatorio contra la Violencia Doméstica y de Género. (21-23 de octubre de 2009). *La valoración del riesgo de las víctimas*. Madrid, España.

Orjuela López, L., Perdices, A. J., Plaza, M. & Tovar, M. (2008). *Manual de atención para los niños y niñas de mujeres víctimas de violencia de género en el ámbito familiar*. Madrid: Save the Children España.

ONU: Organización de las Naciones Unidas. (1989). *Convención sobre los Derechos del Niño*.

Pacto de Estado de 2017 [Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género]. Por el cual se establecen medidas y actuaciones contra la violencia de género. Diciembre de 2017.

II Plan Integral para la Prevención y Erradicación de la Violencia contra las Mujeres en Aragón 2009-2012 [Servicios Sociales e Instituto Aragonés de la Mujer]. Por el cual se mejora la coordinación entre los diferentes agentes que intervienen en la protección de las mujeres en el territorio. 18 de noviembre de 2009.

Programa Clara [Instituto de la Mujer y para la Igualdad de Oportunidades]. Programa dirigido a mujeres en proceso de integración social y laboral, módulo para la motivación. 2009.

Ramos Torres, E. & García Martínez, J. (2011). Violencia de género y su efecto en menores: el estado de la cuestión, análisis de programas de intervención y propuesta de un modelo de intervención grupal. In Investigación y género, logros y retos: III Congreso Universitario Nacional Investigación y Género, [libro de actas]. Facultad de Ciencias del Trabajo de la Universidad de Sevilla, 16 y 17 de junio de 2011. (Coord.) Isabel Vázquez Bermúdez; (Com. cient.) Consuelo Flecha García...[et al.](pp. 1605-1631). Sevilla: Unidad para la Igualdad, Universidad de Sevilla. Universidad de Sevilla.

Roca, N. & Masip, J. (2011). *Intervención grupal en violencia sexista. Experiencia, investigación y evaluación*. Barcelona: Herder.

Tortajada, S., Del Castillo, M^a. & Mesa, C. (2013). *Nuestra relación*. Zaragoza: Instituto Aragonés de la Mujer. Departamento de Sanidad, Bienestar Social y Familia. Gobierno de Aragón.

