

SISTEMATIZACIÓN DE UN PROYECTO GRUPAL PARA EL EMPODERAMIENTO DE MUJERES EN LOS SERVICIOS SOCIALES BÁSICOS DEL AYUNTAMIENTO DE LOGROÑO

Sara Gómez Nuñez/ Natalia Rodríguez Valladolid

Universidad de La Rioja/ Ayuntamiento de Logroño

sara_iskan@hotmail.com/ alitana@ono.com

RESUMEN

Esta comunicación explica la implementación de un proyecto grupal denominado EMPODERA-T, dirigido al empoderamiento de mujeres, realizado dentro del marco de la metodología de prácticas de Aprendizaje y Servicio de la UR y los Servicios Sociales de Atención Primaria del Ayuntamiento de Logroño, durante 6 meses, abarcando los años 2014 y 2015.

Para ello, se realizó siguiendo una rigurosa metodología y utilizando técnicas propias de la disciplina del Trabajo Social.

Resultó muy beneficioso para todas las mujeres participantes, consiguiendo grandes avances en las áreas: personal, formativa, laboral y social. Además, esta experiencia deja un gran aprendizaje, que es la toma de conciencia de que el empoderamiento es una herramienta eficaz en la prevención e intervención de la violencia de género.

This article explains the implementation of a team project called EMPODERA-T, which is focused on the empowerment of women. It was executed while participating in the learning and services internship, provided by the Primary Care Social Services of the City of Logroño at the UR during 6 months between 2014 and 2015.

It was carried out by following a rigorous methodology and using specific techniques associated with Social Services. This project resulted very beneficial for all of the participating women, achieving breakthroughs in personal, professional and social areas. Moreover, this leaves a great learning experience, which is the awareness that empowerment is an effective tool in the prevention and intervention of gender violence.

PALABRAS CLAVE: sistematización, intervención grupal, empoderamiento, violencia de género y perspectiva de género.

DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA EXPERIENCIA

Se entiende por empoderamiento el “proceso por el cual las personas fortalecen sus capacidades, confianza, visión y protagonismo como grupo social para impulsar cambios positivos de las situaciones que viven”. (Diccionario de Acción Humanitaria y Cooperación al Desarrollo).

La finalidad del proyecto grupal fue empoderar a nivel individual a las participantes y para ello se marcaron tres objetivos:

- 1) Empoderar a las usuarias para que adquieran fortaleza, autoconfianza y autodeterminación para mejorar su estado psíquico, físico y social a través de un proceso de empoderamiento
- 2) Establecer una relación de ayuda positiva y sana entre las participantes y las trabajadoras sociales para agilizar la intervención y facilitar la consecución de los objetivos.
- 3) Crear vida grupal basada en el respeto, aprendizaje y cooperación para promover la integración y cohesión grupal.

El proyecto EMPODERA-T comenzó el 6 de Noviembre de 2014 y finalizó el 24 de Abril de 2015, con una duración total de 6 meses de intervención directa.

Se enmarcó bajo la metodología de intervención grupal donde las sesiones de grupo fueron la principal herramienta para trabajar los temas propuestos. Tuvieron lugar todos los viernes de la semana durante una hora y media en un aula de un centro de servicios sociales. El horario fue de mañana, comenzando la sesión a las 11.30 h a.m. y finalizando a la 13.00 h a.m.

El proyecto englobó un total de 21 sesiones más la excursión a un Balneario municipal de Logroño para potenciar la importancia del autocuidado como broche final del proyecto.

ETAPAS DE LA IMPLEMENTACIÓN DEL PROYECTO

Se destacan cinco fases:

1. Análisis de necesidades: desde Noviembre de 2013 a Mayo de 2014, se realizó un Proyecto de Estudio- Diagnóstico donde se analizaron 9 expedientes de la “UTS Casco Antiguo” y se realizaron 5 entrevistas en profundidad a mujeres en situación de monoparentalidad, que era el público objetivo del proyecto.

De dichas fuentes de información se extrajo que estas mujeres necesitaban lo siguiente:

- Encontrar un empleo. “Pues mi sueño encontrar un trabajo, lo primero”. E1.

- Adquirir pautas o conocimientos para educar a sus hijos/as y poder tener una buena relación materno-filial. “Eso sí, para manejarlo bien y todas esas cosas. Cuando uno no sabe manejarlo, viene bien”. E3
- Hablar de ellas mismas sin ruborizarse. “Me veo gorda y no me gusta”. E2
- Recuperar la ilusión y la motivación por vivir. “Son muchos los problemas los que tengo”. E1
- Aumentar el autoconocimiento. “No, qué me voy a conocer, yo, yo soy una persona, no sé cómo soy y...no sé si soy buena o soy mala”. E4.
- Desmitificar los roles tradicionales de la mujer. “Somos al final las que hacemos todo, la comida, las tareas de casa, la que limpia... ¿sabes?”. E 5.
- Trabajar cómo debe ser una relación de pareja sana. “Es más, yo he dominado”. E3
- Aumentar las redes sociales. “No tengo amigas. Estamos aquí mi hermana y yo, entre las dos nos apoyamos” .E2.
- Estudiar para tener formación académica que les facilite encontrar un empleo digno. “Se nota cuando uno tiene estudios. Te expresas de otra manera y cuando no tienes estudios, se nota”. E4.

2. Captación: se les brindó la información del proyecto vía telefónica o presencial a mujeres con este perfil: con hijos/as con o sin pareja sentimental, entre 18 y 55 años, empadronadas y residentes en Logroño y con expediente abierto en la UTS.

3. Intervención: una vez con las necesidades detectadas y con el grupo creado, llegó el momento de la implementación de la intervención grupal explicada anteriormente.

4. Evaluación: la evaluación fue continua, realizándose en el inicio, durante el proceso de ejecución y al final tomando como herramientas cuestionarios, ronda de evaluación y cuaderno de registro

5. Sistematización: se sistematizó la experiencia en el mes de Junio de 2015 con la finalidad de registrar el procedimiento y los resultados obtenidos para generar aprendizajes así como compartir la experiencia.

MARCO TEÓRICO- CONCEPTUAL EN EL QUE SE INSCRIBE LA EXPERIENCIA

En este apartado se abordarán dos temas importantes que enmarcan el proyecto de intervención: el Trabajo Social de Grupo y el empoderamiento.

En primer lugar, el proyecto se implementó bajo la metodología de intervención grupal.

En base a Yolanda Contreras (2003) el Trabajo Social de Grupo es un método de educación socializante en el que se refuerzan los valores del individuo, ubicándolo en la realidad social que lo

rodea para promover su cooperación y responsabilidad en una acción integradora en el proceso de desarrollo.

Relacionando esta afirmación con el proyecto, se decidió desarrollar Trabajo Social Grupal porque se quería ofrecer a las participantes un espacio donde pudieran desahogar sus problemas, compartir sus sentimientos y experiencias así como sentirse identificadas las unas con las otras. A través de estos sentimientos de identificación y unión grupal se consideró que era más fácil conseguir el empoderamiento de las participantes.

En este sentido, esta intervención grupal incrementa las expectativas de cada mujer ante el problema y le da fuerza al ver que no está sola ya que ven en primera persona que otras mujeres también enfrentan un problema similar.

Las técnicas que se utilizaron en la implementación del proyecto fueron las que se citan en los siguientes párrafos:

TÉCNICAS DE OBTENCIÓN DE INFORMACIÓN: entrevista semi-estructurada, y lectura de expediente social.

TÉCNICAS DE GRUPO: rueda de presentación, de experiencias y de evaluación, debate, video-fórum, role-playing, de trabajo grupal para trabajar la violencia de género, el autoconocimiento, la relajación y técnicas de aumento de la autoestima.

TÉCNICAS DOCUMENTALES: crónica grupal, ficha social, ficha técnica de cada sesión, cuaderno de notas, registro de actividades, registro de asistencia, certificados, evaluación de las sesiones, evaluaciones finales y crónica grupal.

En segundo lugar y para avanzar con el marco teórico a continuación se explica el por qué se realizó un proyecto de empoderamiento.

Se parte de la base de que la mujer se encuentra en una posición inferior y desigual en comparación con el género masculino en la sociedad patriarcal en la que estamos inmersos. Esto trae consigo una mayor vulnerabilidad de la mujer, provocándole desprotección y sufrimiento.

En España, remontándonos en la época franquista (1939-1975), la mujer era relegada en un segundo plano teniendo reservado el espacio privado realizando las tareas domésticas, cuidando y criando a los hijos y haciendo que su esposo o los hombres de su casa se sintieran cómodos siendo una auténtica sumisa ante ellos.

Cierto es que esta realidad ha ido cambiando pero es innegable que todavía este rol tradicional de la mujer sigue constante en el tiempo y provoca que la mujer pueda ser dominada y controlada,

acarreando consecuencias negativas tales como situaciones de violencia de género de diferentes tipos, culpabilización y victimización atroz, baja autoestima, inexistente poder y conformismo.

La palabra empoderamiento viene del inglés *empowerment* y significa facultarse, habilitarse, autorizarse.

El concepto de empoderamiento es un término complejo que no tiene una definición universal, lo que permite que tenga un sin fin de interpretaciones según el contexto sociocultural y político. Por ello, se puede entender como un proceso, como un producto, como un enfoque o como un fin.

Desde el proyecto EMPODERA-T se ha concebido y se ha trabajado el empoderamiento entendiéndolo como un proceso personal a través del cual el individuo toma control sobre su vida.

Aplicando este concepto desde el feminismo a la condición y a la situación de las mujeres, el empoderamiento es el proceso a través del cual cada mujer: se faculta (sentirse capaz de-), se habilita (sentirse capaz y ser capaz de-) y se autoriza (ser valorada y reconocida por-).

Empoderarse de manera individual se concreta en la transformación personal en un ser individual, único e independiente, con personalidad e ideas propias, con capacidad de decidir y de actuar por cuenta propia, con movilidad y autodeterminación.

CONTEXTO DE LA EXPERIENCIA

Para centrar el contexto en el que se desarrolló el proyecto se reflejan sus tres conceptos clave: Prácticas de Aprendizaje-Servicio, Unidad de Trabajo Social “Casco Antiguo” y el Barrio del Casco Antiguo.

El proyecto forma parte de las prácticas de Aprendizaje-Servicio (APS) de la Universidad de La Rioja durante los años 2014 y 2015 correspondientes al Grado en Trabajo Social “Casco Antiguo” del Ayuntamiento de Logroño.

El método de APS es pedagógico y vincula estrechamente servicio y aprendizaje en una sola actividad educativa bien articulada y coherente.

Para continuar describiendo el contexto del proyecto es necesario conocer el marco institucional donde se desarrolla.

El Centro de Servicios Sociales “Casco Antiguo” pertenece a la Administración Pública Autónoma de La Rioja y se incluye dentro de los Servicios Sociales de Primer Nivel porque ofrece servicios generales y comunitarios.

El objetivo principal de este Centro es acercar a la población de la zona las Prestaciones Básicas de Servicios Sociales que ofrece el Ayuntamiento de Logroño.

Posee un carácter integral y polivalente como primer nivel de atención porque está orientado al conjunto de población que habita en el Casco Antiguo de la ciudad y en el barrio de San Antonio, asegurando de esta manera, la universalidad de los programas de bienestar social a todos los ciudadanos así como sus derechos sociales de acuerdo con los principios constitucionales.

Se caracteriza por la gran diversidad de situaciones personales, familiares y sociales que deben atender tales como exclusión social, violencia de género, toxicomanías, salud mental, familias desestructuradas y situaciones de riesgo de menores y desamparos, entre otros.

con progenitores en edad adolescente y personas desempleadas de larga duración y sin cualificación.

El barrio del Casco Antiguo cuenta con las instituciones básicas de Centros Escolares, Centro de Salud, Centro de Servicios Sociales, comercios de primera y segunda necesidad, cine, bares de tapas y restaurantes además de contar con los principales lugares de turismo de la ciudad.

Este barrio, además de contar con mayor entrada de personas jóvenes habitando en él en los últimos años, cuenta con colectivos de población de diversa índole que su mayoría, requiere de apoyo social. Por ello, es muy habitual ver en este entorno recursos sociales dirigidos a la población más vulnerable.

PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO DE LAS PARTICIPANTES

El proyecto se dirigió a mujeres con hijos/as a cargo con las siguientes características:

- Edad: de 30 a 50 años de edad
- Estado Civil: divorciadas o separadas por causa de violencia de género en sus diferentes tipologías. En situación de monoparentalidad o con nueva pareja sentimental.
- Número de hijos/as: 3 o menos. En su mayoría son menores de edad
- Ocupación: situación de desempleo o con empleos precarios de trabajo sumergido.
- Cualificación profesional: la mayoría sin formación ni cualificación profesional

MOTIVACIONES PARA IMPLEMENTAR LA EXPERIENCIA

1) En primer lugar, la necesidad de apoyar la promoción social de las mujeres.

Todo el esfuerzo fue dirigido a que las participantes adquirieran fortaleza, autoconfianza y autodeterminación para mejorar su estado psíquico, físico y social.

El proyecto supuso para las participantes el inicio de un proceso de empoderamiento y la capacitación para seguir trabajándolo de manera autónoma al finalizar el proyecto.

Se insistió en que transmitieran sus conocimientos y experiencias a otras mujeres de su entorno para iniciaran también un proceso de empoderamiento con el ánimo de que todas las mujeres que sean posibles se beneficien de este proceso. Creando sororidad real y efectiva.

2) En segundo lugar, la necesidad de hacer visible y factible la intervención grupal en los servicios sociales de Atención Primaria.

La UTS y la Unidad de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Logroño aportaron al proyecto las ganas de evolucionar e innovar dentro de la disciplina científica del Trabajo Social, no quedándose estancado en los niveles de intervención individual y familiar. Además colaboraron para que el desarrollo del proyecto fuera posible y viable, cediendo sus instalaciones y afrontando los gastos económicos que se derivaron del mismo.

METODOLOGÍA UTILIZADA

El método que orientó el proyecto contiene 5 etapas:

I. Estudio de la situación: años 2013-2014. Proyecto Estudio-Diagnóstico para saber necesidades a través de análisis de 9 expedientes de la UTS “Casco Antiguo” y realización de 5 entrevistas en profundidad a mujeres en situación de monoparentalidad.

II. Diagnóstico: grupo de diez mujeres que componen junto con sus hijos/as familias monoparentales, de edades comprendidas entre 30-50 años, de diferentes nacionalidades como española, portuguesa, ecuatoriana, rusa y marroquí, residentes en el municipio de Logroño y usuarias de Servicios Sociales con expediente abierto en la Unidad de Trabajo Social “Casco Antiguo”.

Se detectaron hándicaps en cuatro áreas: personal, educativa, social y formativo-laboral.

Se realizó el pronóstico estimado para las cuatro áreas y se enumeraron las necesidades a cubrir.

III. Diseño del proyecto tuvo lugar durante los meses de Agosto, Septiembre y Octubre de 2014. Se siguió la estructura base de la realización de proyectos.

IV. Implementación de la intervención: durante 6 meses, desde el 7 de Noviembre de 2014 al 24 de Abril de 2015.

<i>Actividades</i>	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero	Marzo	Abril
<u>7 NOV 14</u> SESIÓN 1: PRESENTA-T						

<u>14 NOV 14</u> SESIÓN 2: HABILITA-T I						
<u>21 NOV 14</u> SESIÓN 3: ENRIQUECE-T						
<u>28 NOV 14</u> SESIÓN 4: CONCIENCIA-T						
<u>5 DIC 14</u> SESIÓN 5: CUIDA-T						
<u>12 DIC 14</u> SESIÓN 6: REFUERZA-T						
<u>19 DIC 14</u> SESIÓN 7: CONOCE-T						
<u>9 ENE 15</u> SESIÓN 8: QUIÉRE-T						
<u>16 ENE 15</u> SESIÓN 9: RELAJA-T						
<u>23 ENE 15</u> SESIÓN 10: FORMA-T						
<u>30 ENE 15</u> SESIÓN 11: HABILITA-T II						
<u>6 FEB 15</u> SESIÓN 12: ILUSIÓNA-T						
<u>13 FEB 15</u> SESIÓN 13: SEXUALÍZA-T						

<u>27 FEB 15</u> SESIÓN 14: AUTO ORGANIZA-T						
<u>6 MAR 15</u> SESIÓN 15: INFORMA-T						
<u>13 MAR 15</u> SESIÓN 16: MUESTRA-T						
<u>12 MAR 15</u> SESIÓN 17: SEXUALÍZA-T						
<u>20 MAR 15</u> SESIÓN 18: CINEA-T						
<u>27 MAR 15</u> SESIÓN 19: HABILITA-T III						
<u>17 ABRIL 15:</u> SESIÓN 20: DESPÍDE-T						
<u>24 ABRIL 15</u> SESIÓN 21: CUIDA-T II						

*Fuente: elaboración propia

V. Evaluación: se siguieron las siguientes fases:

1. Planteamiento de la evaluación: aquí se reflejó lo que se quería evaluar, las dificultades que se podrían encontrar y se contabilizaron los recursos materiales y humanos que hacían falta.
2. Determinación del tipo de evaluación: de la eficacia (efectos producidos por el programa) y de la calidad de la atención (nivel de satisfacción de las usuarias).
3. Elaboración del diseño de evaluación: en esta fase se establecieron los objetivos de los dos tipos de evaluaciones, que fueron medir los efectos que el proyecto ha producido en las participantes y evaluar el nivel de satisfacción de las usuarias en lo relativo al proyecto.

También se especificaron las variables a medir con sus respectivas dimensiones e indicadores.

4. Selección de las unidades de evaluación, que fueron las participantes del proyecto. En esta fase también se determinó la periodicidad de los momentos evaluativos, que fueron tres: en el inicio, durante el proceso de ejecución y al final.

5. Elección de los instrumentos para la recogida de información para la evaluación, que fueron:

- Cuestionarios: tipo cerrado para medir el grado de empoderamiento cerrados y tipo semi-abierto para saber las expectativas y evaluar la calidad de la atención.

- Rueda de evaluación: al final de cada sesión. Consistió en que cada mujer dijera en voz alta su percepción y sentimientos experimentados durante la sesión.

- Cuaderno de registro: se registraron las observaciones directas en cada sesión, las apreciaciones del comportamiento y actitud de cada participante, el número de asistentes y comentarios destacables de la rueda de evaluación final.

COMPLEMENTARIEDAD NIVELES DE INTERVENCIÓN: GRUPAL E INDIVIDUAL

Se debe destacar la complementariedad de los niveles de intervención grupal e individual, que le dotaron al proyecto de mayor riqueza y calidad en sus acciones.

También se realizaron las coordinaciones oportunas, tanto interinstitucionales como intrainstitucionales con los profesionales implicados en el plan de intervención individual-familiar de las participantes: trabajadores sociales o profesionales de Servicios Sociales Especializados.

Por último, la intervención y las acciones profesionales fueron guiadas por el Código Deontológico de Trabajo Social y en su transcurso se pusieron en práctica los principios básicos de actuación en el grupo de Gisela Konopka (1963).

RESULTADOS

Como primer resultado, se refleja eficacia del proyecto porque se han logrado los objetivos del proyecto: empoderar a las participantes (aunque ya hemos mencionado que se trata de un proceso que será necesario que lo continúen realizándolo), lograr una relación de ayuda positiva y sana entre las participantes y las trabajadoras sociales y crear vida grupal basada en el respeto, aprendizaje y cooperación.

Todas reflejaron que poseen más confianza en sí mismas, se ven más seguras en sus acciones y decisiones así como también se describen como mujeres más fuertes y empoderadas. Así mismo valoran más su cuidado propio y el fomento de su bienestar. También ha sido excelente observar

cómo han ido construyendo vínculo entre ellas, aumentando así, sus redes sociales. Por todo esto, es innegable que han mejorado su estado psíquico, físico y social.

En segundo lugar, se logró establecer una relación de ayuda positiva y sana entre las participantes y las trabajadoras sociales porque la confianza que las participantes depositaron en las profesionales fue máxima, dejándolo ver en las demandas que se recibían para atenderlas de manera individual y la naturaleza de los temas en los que planteaban dudas.

En tercer lugar, se creó vida grupal basada en el respeto, aprendizaje y cooperación que fortaleció la cohesión y la unión de vínculos personales entre las participantes. Esto se dejó ver en que ninguna de las participantes se sintió discriminada por razón de raza, edad, etnia, idioma o nacionalidad. Todas han manifestado su buena integración en el grupo y refirieron sentirse cómodas dentro de él ya que se sintieron escuchadas y apoyadas por todas las compañeras. Se valoran entre ellas y sienten mucha admiración y cariño por las demás, así lo manifestaron el último día de proyecto.

Como segundo resultado, también se resalta la eficiencia del proyecto porque se optimizaron muy bien los recursos, haciendo que el proyecto no tenga un coste alto y sea muy beneficioso para las participantes. Esto se traduce en que se destinaron alrededor de 220 € para 6 meses de proyecto. Se costeó la salida al balneario municipal “Lobete”, material fungible de oficina y comestibles.

Como tercer resultado, se fue consciente de que el proceso de empoderamiento es una buena herramienta para prevenir e intervenir en violencia de género ya que posibilita que las mujeres entiendan las desigualdades de género desde su raíz, lo que hace que sean menos vulnerables a sufrir violencia. Formarse es adquirir poder.

Como cuarto resultado, se refleja que el proyecto ha tenido impacto en las participantes, en las profesionales y en el propio entorno social. En relación con las participantes el impacto fue muy positivo ya que la mayoría no habían asistido nunca a un grupo de estas características y estaban sorprendidas de lo bien que les venía asistir al grupo. En relación con las profesionales el impacto también fue muy óptimo al experimentar que un grupo de empoderamiento puede ser tan beneficioso y por saber que las participantes habían estado cómodas a lo largo de todo el proceso. En relación con el entorno social también tuvo impacto ya que no es habitual que en una UTS se implementen proyectos grupales organizados e impartidos por profesionales del Trabajo Social ya que lo suelen hacer profesionales de la Psicología.

Como quinto resultado, se apreció, tanto por parte de la mayoría de las participantes como por las profesionales, que la duración de las sesiones de una hora y media era escasa ya que en algunos temas, como violencia de género, se hubiera deseado dedicarle más tiempo por su vital importancia dentro de la temática del proyecto. No obstante, esto no se pudo corregir por las dificultades de las

profesionales para conciliar el nivel de intervención individual en la Unidad de Trabajo Social con el grupal, desarrollado en el proyecto.

CONCLUSIONES

Conclusiones sobre el GRADO DE EMPODERAMIENTO adquirido:

1. El proyecto ha supuesto el inicio de un proceso de empoderamiento que se cree esencial seguir trabajando. Se han conseguido pequeñas mejoras o avances en pilares que forman el empoderamiento y capacitan para conseguirlo.

2. Los avances más significativos se han conseguido en las siguientes áreas:

Pensamiento optimista: se ha conseguido que la mayoría de las participantes sean más optimistas en sus vidas, aspecto que han verbalizado ellas mismas y lo han dejado ver en acciones o discursos que han realizado a lo largo del proyecto.

Control de impulsos: gran avance para controlar sus impulsos, saber relajarse en situaciones de estrés y mantener la calma en la resolución de un conflicto

Autoconocimiento y conexión con las emociones: a través del proyecto han entendido la importancia de dedicar un tiempo a conectar con una misma, con las emociones y pensamientos, que les lleva a un autoconocimiento más detallado de sí, que es clave para poder empoderarse. Este es un aspecto que desde el proyecto se ha alcanzado y tiene gran relevancia.

Hablar en público: también se ha logrado que sean capaces de hablar en público con menos vergüenza y que se expresen en voz alta cuando ellas lo crean oportuno, independientemente del género del receptor. Pero este avance no se observa en igual intensidad en todas las participantes.

Defensa de creencias: en relación con la defensa de las creencias también se ha logrado un avance respecto al inicio del proyecto. Ahora todas en diferentes intensidades defienden o están a favor de defender sus creencias y pensamientos aunque no esté bien visto por los demás.

Concienciación acerca del machismo: se ha conseguido dicha sensibilización porque todas menos una participante (de origen pakistaní, cultura árabe) rechazan y están totalmente en contra de afirmaciones machistas. Esto es un gran avance y se ha conseguido uno de los principales objetivos que es la prevención de la violencia de género ya que si saben identificar actitudes y valores machistas es más difícil que sufran violencia en cualquiera de sus modalidades y esto lo puedan transmitir a sus hijas.

Habilidades parentales y educativas: ahora, las mujeres se sienten más preparadas para educar solas a sus hijos/as ya que no demandan tanto apoyo. A través del proyecto han interiorizado y

aprendido pautas educativas que les han proporcionado seguridad para cumplir con dicha tarea. En esta línea también se ha cubierto una de las principales demandas del proyecto, que era apoyar habilidades parentales y educativas.

3. Los aspectos que se deben seguir trabajando en mayor medida son los siguientes:

Autoestima: se ha logrado incrementar de forma más positiva la visión global que las participantes tienen de ellas mismas ya que la mitad de las participantes, al finalizar el proyecto, se sentían dignas para ser admiradas por los demás, avance conseguido ya que en el cuestionario inicial la mayoría no tenían ese sentimiento.

Pero aun así, se concluye que se debe seguir trabajando la autoestima porque hay aspectos relacionados como el sentir más aprecio por una misma que no se han conseguido totalmente.

Autoeficacia: lo relacionado con la autoeficacia se debe seguir trabajando ya que la mitad de las participantes se sienten débiles para manejar o resolver situaciones difíciles.

Hablar en público: como el avance para hablar en público no se observa de igual modo en todas las participantes se considera que se debe seguir trabajando y puliendo.

Formación en género: manifestaciones de las desigualdades de género en la sociedad actual.

4. Muy difícil modificar los pensamientos que integran una cultura. Es muy complicado erradicar pensamientos arraigados a una cultura machista.

Conclusiones sobre la CALIDAD DE LA ATENCIÓN del proyecto:

1. Los temas trabajados en el proyecto han sido acertados ya que las participantes, en su mayoría, no añadirían ni quitarían ningún tema.

2. Utilidad de la teoría impartida y las dinámicas prácticas. En general han sido calificadas como excelentes. Se resalta el aprendizaje de las participantes de los temas trabajados y su utilidad en la vida diaria de las mismas.

3. Las dinámicas prácticas de grupo que más gustaron y que más eficacia surtieron fueron las siguientes: rueda de evaluación, técnica lectura-debate de identificación de violencia de género, debate, técnicas de autoconocimiento y video fórum.

4. Como aspecto a mejorar se extrajo que se tendría que haber realizado más hincapié en el concepto teórico de empoderamiento porque no consiguió la puntuación de excelencia por parte de todas las participantes ya que dos calificaron este concepto como bueno. Hubiera sido deseado conseguir la excelencia en este concepto ya que el empoderamiento es el tema principal que justifica

la realización del proyecto. Una razón que puede argumentar la no excelencia es la abstracción y complejidad del concepto, para la mayoría, nuevo.

5. La duración de tiempo de una hora y media de las sesiones ha resultado escasa. Lo deseable hubieran sido dos horas.

6. En relación con el horario de las sesiones, de 11.30h a 13.00h fue el adecuado.

7. La aptitud y la capacidad resolutive de las coordinadoras y ejecutoras del proyecto fue muy buena. Por ello, se debe seguir trabajando en esta línea que tan buenos resultados crea.

8. El proyecto fue beneficioso para todas las mujeres involucradas en él ya que ha ofrecido un espacio semanal para centrarnos en nosotras mismas y capacitarnos para adquirir poder sobre nosotras, nuestro entorno y nuestra vida. También, brindó la oportunidad de crear lazos de unión dentro del grupo y de desarrollar la identidad grupal que tan satisfactoria es.

9. Deseo, tanto de las participantes como de las profesionales que ejecutaron el proyecto, de que haya una segunda parte y continuación de este proyecto de empoderamiento. El empoderamiento personal es un proceso individual que requiere tiempo.

Conclusiones de la implementación del nivel de INTERVENCIÓN GRUPAL

1. El nivel de intervención grupal es óptimo para trabajar el empoderamiento en mujeres porque ayuda a crear redes y genera relaciones positivas entre las mismas, lo que permite el apoyo mutuo entre las personas de género femenino para lograr el empoderamiento vital de cada mujer. Se trata de sumar y crear vínculos y al actuar así, las mujeres potencian sus fuerzas para reivindicar sus deseos en el mundo.

2. Gran importancia de la cohesión y vínculo positivo grupal para trabajar temas tan profundos como son los que engloba el empoderamiento. Dicha cohesión de grupo permite el desahogo emocional individual a través de compartir sus experiencias vitales o dificultades. De esta manera se capacitan para cerrar su pasado y centrarse en su presente y futuro, clave para el comienzo de un proceso de empoderamiento.

3. Identificación entre las participantes. Todas las participantes se han sentido identificadas con sus compañeras por algún motivo, lo que ha hecho posible el aprendizaje recíproco entre ellas y les ha reforzado para seguir hacia adelante con sus vidas.

Conclusiones generales del PROYECTO EMPODERA-T:

1. En general, el balance del proyecto es muy bueno porque se han cumplido los tres objetivos propuestos y porque todas las participantes verbalizaron su satisfacción con el proyecto así como el deseo de todas de tener una segunda parte del proyecto.

2. Se afirma que en el proyecto se generó un proceso educativo eficaz porque se trabajaron muchos temas, todos de interés para las participantes, y se brindaron las herramientas para que se sigan formando en ellos. También resultó muy positivo porque en todas las sesiones ellas fueron las protagonistas.

Para finalizar con la comunicación, se quiere señalar que se ofertó a las participantes la posibilidad de realizar un documental audiovisual del proyecto con sus testimonios y el de las profesionales, como herramienta más eficaz a la hora de su difusión.

BIBLIOGRAFÍA

Almeda Samaranch, E. (2008). Pensiones de supervivencia y familias monoparentales encabezadas por mujeres: perfiles, dinámicas e impactos. Un estudio teórico-empírico comparado en el marco de la UE.

Recuperado el 16 de Diciembre de 2013 de www.seg-social.es/prdi00/groups/public/documents/binario/113295.pdf

AmecoPress (2014). Las mujeres responsables de familias monoparentales sufren mayor riesgo de exclusión social.

Recuperado el 16 de Diciembre de 2014 de amecopress.net/spip.php?article7103

Araiza, A. Empoderamiento Femenino: El caso de la comunidad zapatista de Roberto Barrios, *Feminismo/s*, 3, junio (2004), pp. 135-148. Escuela Nacional de Antropología e Historia (México).

Arroyo Morcillo, A. (2002). Las familias monoparentales en España: ¿una desviación u otra forma de organización social? Tesis doctoral. Universidad Complutense de Madrid

Barrón López, S. Familias monoparentales: un ejercicio de clarificación conceptual y sociológica. *Revista del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales*

Nogueiras García, B., Blanc Prieto, P. y Pliego Cid, P. Los talleres y grupos de reflexión entre mujeres como prevención de la violencia. (2005) *Cuadernos de Trabajo Social* Vol. 18 (2005): 351-360. Concejalía de Mujer. Ayuntamiento Rivas Vaciamadrid.

- Branden, N. (2011). *El poder de la autoestima*. Barcelona: Paidós, pp. 27-43

- Collet, M., Ferrer, R. y Pla, F. (1989). *Mujeres en busca de una nueva identidad*. Barcelona. Edicions de les dones S.A.

Contreras Varela, Y. (2003). *Trabajo Social de Grupos*. Ed: Pax México

- Eizaguirre, M., Urrutia, G. y Askunze, C. (2004). *La sistematización, una nueva mirada a nuestras prácticas*. Bilbao, España. Universidad de Deusto
- Elvira S. Muliterno. ¿Qué es el empoderamiento femenino?
Recuperado el 2 de Diciembre de 2014 de <http://www.elvirasmuliterno.com/que-es-el-empoderamiento-femenino>.
- Furco, A., «Is Service-Learning Really Better than Community Service?» en Furco, A. y Shelley, H. Billing (Eds), *Service-Learning: The Essence of the Pedagogic*, Greenwich, Information Age Publishing, 2002, p. 25.
- Guajardo, H. y Kushner, D. (2006). Manual terapéutico para la rehabilitación de los trastornos adictivos. Buenos Aires: AKADIA, pp. 33-38, 57-60, 135-138, 165- 170
- Gómez, S. (2015). Trabajo Fin de Grado: Sistematización Proyecto EMPODERA-T. Universidad de La Rioja.
- Irazu, A. y Arnos, M. Guía para el empoderamiento de la mujer inmigrante frente a la violencia de género. Guipúzcoa.
- Kisnerman, N. (1990). *Servicio Social de Grupo*. Buenos Aires, Argentina. 7ªed: Humanitas
- Marcela Lagarde y de los Ríos (2004). Guía para el empoderamiento de las mujeres. Proyecto EQUAL I.O. METAL ACCIÓN 3.
- Ministerio de Asuntos Sociales. (2013). Parentalidad positiva, pp. 9, 46-56, 57-65, 66-73
- Murguialday, C., Pérez de Armiño, K., y Eizaguirre, M. Diccionario de Acción Humanitaria y Cooperación al Desarrollo. Universidad del País Vasco.
- Navarro, S. (2004). Redes sociales y construcción comunitaria. Madrid: CCS, pp. 47, 49, 135-156
- Pastor- Seller, E., y Juárez Sánchez, M.D. Trabajo Social y Agente de Igualdad: Análisis de competencias, sinergias, potencialidades y oportunidades laborales y profesionales. Murcia. Portularia Vol. XIV, N° 1, pp 35-47
- Principios para el empoderamiento de las mujeres. ONU Mujeres, entidad para la igualdad.
- Rodrigo, M.J. Educación parental para promover la competencia y resiliencia en las familias en riesgo psicosocial. Universidad de La Laguna, Islas Canarias.