

“LLUVIA DE CH’ASKAS” (1)

El psicodrama en el contexto de violencia hacia las mujeres



**Karin de Fries
Carceller**

Karin de Fries: Lic. Phil.I, Etnóloga de la Universidad de Zürich, Suiza, Directora de Psicodrama titulada por Dra. Ursula Hauser, IAGP y por la Escuela Mexicana de Psicodrama y Sociometría (EMPS, Jaime Winkler y María Carmen Bello). Psicodramatista, Etnóloga y Pedagoga en diferentes contextos socio-culturales tanto en América Latina como en Suiza, siempre desde un enfoque etno-psicológico y feminista. De 2017 a 2020 terapeuta con Psicodrama en el Centro de Mujeres Juana Azurduy y Docente en la Universidad San Francisco Xavier en Sucre, Bolivia.

RESUMEN

Este artículo realiza una aproximación de cómo el Psicodrama en procesos terapéuticos cortos, con grupos de mujeres, víctimas de violencia de pareja, posibilitó transformaciones en las referencias intrapsíquicas y roles interpersonales de las mujeres. Describe y concluye las mejoras en las vidas de las mujeres en terapia logrando pasos importantes en sus procesos de sanación y de salidas de ciclos de violencia.

ABSTRACT

This article makes an approximation of how Psychodrama in short therapeutic processes, with groups of women, victims of intimate partner violence, enabled transformations in intra-psychoic references and interpersonal roles of women. It describes and concludes the improvements in the lives of women in therapy achieving important steps in their healing processes and exits from cycles of violence.

PALABRAS CLAVE:

psicodrama, género, psicodrama feminista, violencia de pareja, intervención, transformación, eficacia

KEY WORDS:

psychodrama, gender, feminist psychodrama, intimate partner violence, intervention, transformation, efficacy.



“LLUVIA DE CH’ASKAS”
De Fries Carceller, K.

Fecha de recepción: 23/03/2020.
Fecha de aprobación: 16/03/2021.

LA HOJA DE PSICODRAMA N° 72 (33-41)

(1) ‘Lluvia de Ch’aska’ es el nombre que un grupo de mujeres dio a una técnica de cierre creada por Karin de Fries. Ch’aska es una palabra quechua y significa ‘estrella’.

Introducción

Este artículo resume una sistematización sobre los procesos grupales de terapia psicodramática con mujeres en situación de violencia de pareja. Los procesos terapéuticos se dieron en Centro de mujeres Juana Azurduy, CJA, en Sucre Bolivia. El núcleo de la sistematización son los dos grupos del 2018, pero las conclusiones se alimentan también de las experiencias pioneras de terapia con Psicodrama en los años 2017 y 2019.

La sistematización es entendida como una aproximación a los procesos transformadores vividos por mujeres en situación de violencia de pareja durante una corta psicoterapia con Psicodrama. A la vez busca alimentar futuras experiencias similares a través de la descripción de los resultados alcanzados y conclusiones elaboradas. Dar voz a las mujeres que viven en situación de violencia era uno de los objetivos centrales, así como definir las resignificaciones y transformaciones vividas por las mujeres y visibilizar el aporte del enfoque feminista para la comprensión de la violencia genérica. En otro artículo (De Fries, 2020) desarrollé las referencias conceptuales, el contexto socio-cultural y la composición de los grupos de mujeres de esta experiencia pionera en Bolivia, así como la sistematización de los procesos grupales de terapia con Psicodrama con mujeres en situación de violencia desde sus propias palabras. Describí los resultados alcanzados a través del primer indicador que fueron los 'temas emergentes'.

En este trabajo presento un resumen de los impactos de las terapias grupales con Psicodrama en cuanto a las 'resignificaciones de referentes intrapsíquicos' y 'transformaciones de vínculos' de las mujeres participantes.

La base de los resultados alcanzados han sido la creación del grupo, un espacio seguro con acuerdos establecidos en cada

grupo, así como un encuadre seguro desde la dirección de los procesos. La implementación de técnicas rituales fortaleció sentir el espacio seguro: iniciamos siempre con la percepción del propio cuerpo, un trabajo corporal-imaginario para terminar de llegar aquí y ahora, así como la introducción de la amiga curiosa (objeto inter- e intramediario) y una técnica de cierre con flores, portadoras de las palabras de mujeres como síntesis de lo subjetivamente vivido en el encuentro y a la vez como objeto-puente entre un encuentro y otro.

Los resultados obtenidos en las terapias grupales con psicodrama.

Con el Psicodrama las mujeres lograron resignificar referencias psíquicas creadas por diferentes formas de violencia.

En este capítulo recuperamos las palabras de las mujeres a través de '*frases emergentes*', que son frases que representan el pensar-sentir-desear grupal, más que de una sola mujer. Estas frases fueron expresadas en la sesión de cierre o en la entrevista pos-terapia. En la sesión de cierre participaron quince mujeres, 83.3%, y las entrevistas pos-psicodrama se realizaron con las diecisiete mujeres participantes (100%) resultando respuestas significativas para las conclusiones.

Las frases emergentes de las resignificaciones en relación al 'yo-intrapsíquico':

"El psicodrama me posibilitó encontrarme conmigo misma, perder todo el miedo." "El miedo es la razón porque he dejado de hacer muchas cosas." "Yo antes solamente decía por mi culpa es así, pero ahora no, ahora no tengo ninguna necesidad de echarme la culpa." "Ahora tengo decisión." "Siempre hay piedras en el camino, pero ahora tengo la fuerza y la lucha."

Las frases emergentes de las resignificaciones en relación al “yo-interpersonal”:

“Nunca esperaba algo así y la confianza entre mujeres que podemos tener.”

“Ahora puedo sentir el cariño, tengo comprensión con otras personas.” “Antes era pendiente de lo que hacía él, ahora siento que no tengo que ir mendigando que no se vaya, yo me siento así ahora, estoy más fuerte y esto me gusta.” “Él anda llorando, se porta un poco mejor, pero a mí ahora me da rabia, porque siempre antes era así, él lloraba y yo le perdonaba y él no cumplía con lo que decía. Pero yo no puedo seguir así. Quiero una familia, pero no así, de otra manera.” “Antes no tenía límites, ya no tengo miedo al padre de mi hija.” “Ahora puedo darme cuenta en la situación que estoy, recordar que podemos desenvolvernos las mujeres, reunirme con otras mujeres para mejorar nuestras vidas.”

A través de la terapia con Psicodrama fueron posibles cambios y transformaciones en el actuar frente a conflictos conocidos o crear respuestas adecuadas a nuevas situaciones. Las reflexiones y afirmaciones de las mujeres son impactantes, surgieron en la última sesión y durante la entrevista pos-terapia. Hasta dónde llega esta energía-valentía y si estos cambios son duraderos o no, no podemos afirmar en este momento, para ello habría que hacer una investigación futura con la participación de las mismas mujeres. Sin embargo, podemos afirmar que los cambios que se leen a través de las frases emergentes son expresiones de una energía vital y transformadora creada por y entre ellas.

Frases emergentes de los cambios y transformaciones vividos a través del Psicodrama:

“El primer y segundo paso ya he dado, me he separado, mi tercer paso es

aprender a perdonarme y estar feliz con mis hijas.” “El psicodrama me permitió luchar por mi hijo y ver a las personas que me apoyan, antes no las veía.”

Cambios vividos con relación a si misma:

“Antes tenía mucho miedo, miedo a salir, hablar, pensar, el miedo lo vencí, gracias a los talleres de Psicodrama.”

“El psicodrama me permitió buscar metas para mí, dejé de estudiar por las violaciones, ahora voy.” “Antes no me cambiaba, no me arreglaba, aburrida era, con los psicodramas y las amigas (el grupo) me ayudaron a abrirme, a cambiar, ya me visto bien, me arreglo, me cuido.” “Estoy eliminando el sentimiento de culpa, porque siempre he vivido con el sentimiento de culpa, desde pequeña. El Psicodrama me ha ayudado mucho sacar este problema: me encargaron de culpa por todo, ahora sé cómo lidiar con estas acusaciones. Ya sé que no son reales, sé cómo reaccionar, ya no me deprimó.” “Sin el Psicodrama no hubiera podido buscar trabajo e ir a una entrevista, aceptar el trabajo. Ahora estoy trabajando en mi profesión.” “Salgo de mi casa más segura.”

Cambios en relación a los vínculos importantes de las mujeres:

“Hablamos con mi hija de mi historia, ella sabe mi historia, sabe que sí se puede.” “Antes no, ahora sí salgo el domingo, llevo a mi hija al parque.”

“Ahora estoy más feliz con mis hijos, estoy más tranquila y estoy menos renegando, reímos y jugamos, más que antes. Me gusta jugar.” “Ahora he hablado con mi familia de las inquietudes que tenía, de las decisiones que tengo que tomar ahora. Siempre he tenido ese temor de hablar con mi mamá, de cosas muy personales que he vivido en mi matrimonio. Con el psicodrama me he abierto más con mi mamá. Me ha ayudado bastante.”

“Aprendí a compartir, antes no tenía amigas.” “He cambiado porque ya no me dejo humillar, aunque me traten mal, tampoco en el trabajo.” “He tenido una paz, creo que eso ha venido cuando empecé hablar con mi mamá, con mis hermanos.”

Cambios en la relación con la (ex)pareja violenta:

“Estoy asumiendo la situación, por supuesto me duele, pero estoy asumiendo la situación.” “Antes cuando él tomaba, me tomaba a la fuerza, hoy ya no, no lo permito, ahora ya no.” “Estoy bien libre, ya no tengo ocupación de que mi marido, qué estará haciendo, si me está engañando o no, llegando a casa si me va reñir o no, si me va decir que esto no lo has hecho, que cómo, que esto o lo otro, ya no me va a botar la comida, estoy más tranquila.” “Antes cuando me decía algo, me daba miedo, pensaba que mi iba a pegar y hacer cualquier cosa - ahora no, en ese rato le respondo, no me quedo callada. Porque después, cuando no le dices nada, está aquí adentro, pero con un dolor que queda adentro.” “Vi a dos de mis agresores, no me dio miedo, les miré de frente, ya no bajé la cabeza.” “Después de este trabajo (protagonización) la situación de que él (el agresor) está prófugo ya no me afecta fuertemente.” “Más antes cuando me separé, mi pareja me insultaba y yo no sabía dónde meterme. Ahora no, me choqué con él, solo le miré y me miró, agachó él la cabeza yo no, le seguí mirando y se dio la vuelta y yo le seguí viendo. No sentí ese dolor que tenía antes, él era como una persona ajena. Antes temblaba al mirarlo. Aprendí aquí perder el miedo de enfrentar eso.” “El miedo te domina. Miedo era poco lo que sentía con mi esposo, terror sentía, solo saber que el viernes llegaba, temblaba. Ahora no, cualquier cosa que quiero decir, digo. Tomé mi decisión y no vuelvo atrás.”

A través de las frases emergentes de las mujeres podemos concluir que sí hubo resignificaciones y transformaciones en las vidas, vínculos y sueños de las mujeres.

Resignificaciones creadas: *la culpa, el miedo y la vergüenza* fueron sustituido por responsabilidad, por búsqueda de apoyos y metas propias; *la depresión* se curó al comprender la historia de una y perdonarse a sí misma; minimizar la violencia o delegar *el actuar* fueron sustituidos por asumir la situación; *la identidad ‘de ser incompleta’* fue sustituida por una tranquilidad interna, por una mejor autoestima y por una proyección posible de vida sin él; *la norma de envidia y competencia entre mujeres* fueron sustituidas por el deseo de apoyo, de escucha y empatía entre mujeres; *el aislamiento* pasó a una valoración y un deseo de contar con un espacio entre mujeres.

Transformaciones de vínculos realizados en una corta terapia con Psicodrama: del llanto al hablar, articulando palabras propias; cuidarse, escuchar y percibir el cuerpo, hacer ejercicios físicos y de respiraciones; no estar dependiente de él; otras formas de afrontar problemas (pararse, hablar, la silla vacía, buscar ayuda); educar con más escucha a las y los niños (*“ya no saco el chicote”, un tipo de látigo*); no reproducir con mis hijas, lo que viví de niña; salir, juntarse con amigas; metas propias en marcha; buscar soluciones económicas autónomamente.

En resumen, podemos afirmar que la terapia con Psicodrama significó ‘un antes y un después’ para cada una de las mujeres, por los cambios o transformaciones vividas en el proceso grupal.

Este resumen y las conclusiones abajo descritas son reafirmadas y ampliadas por las experiencias en grupos similares en el año 2017 y 2019 realizado por la misma Directora de Psicodrama en el mismo Centro de Mujeres CJA.

1) El Psicodrama responde

terapéuticamente a las consecuencias negativas de la violencia. Las consecuencias psíquicas negativas más frecuentes son sentimientos de vergüenza y culpabilidad, baja autoestima, depresión, insomnio, pesadillas y auto-agresión. En las palabras de las mujeres el psicodrama les ayudó en su proceso de sanación:

“Antes me deprimía constantemente, incluso muchas veces intenté lastimarme, pero ahora ya no. He podido superar el sentimiento más negativo mío que ha sido la culpa.”
“Ahora puedo dormir bien, antes no podía dormir.” “Antes de venir, antes de los Psicodramas pensaba quitarme la vida.” “Mi autoestima la tenía por abajo, aquí me han ayudado a darme cuenta que las cosas no son de esta forma. Siento que mi autoestima es más estable.” Sobre la vergüenza una frase emergente: “A veces no hay valor de dejar hablar el corazón. Aquí me sentía liberada, aquí lo dije libremente, pude decir lo que a nadie podía decir.”

Por supuesto, no todas las mujeres tienen avances sanadores tan rápidos y marcados, pero las mujeres han logrado transformaciones importantes. El psicodrama permite vivir otros vínculos, sanos y vitales, entre mujeres y promueve la transferencia de estos nuevos aprendizajes y herramientas a otras relaciones interpersonales. Escuchando las voces de las mujeres se confirma lo que nos ilustró la metáfora de la ‘Pachamama’ (ver parte I del artículo): hay salidas de ciclos de violencia, hay esperanza, hay transformaciones.

2) El Psicodrama disminuye y rompe los mecanismos de dominación patriarcal que mantienen a las mujeres en ciclos de violencia: aislamiento – miedo – culpa – vergüenza. El psicodrama feminista

refuerza los procesos de desarrollo personal, autonomía y autogestión de las mujeres como elemento de la sanación, porque ofrece un espacio y un tiempo para poder romper el silencio (naturalización de la violencia), la manipulación (desde el poder masculino-genérico) y el aislamiento (culpa, vergüenza) siendo mecanismos de la sumisión patriarcal y de la violencia genérica. Podemos concluir que, a pesar de la corta duración de la terapia, el Psicodrama posibilitó a las mujeres reelaborar conflictos y situaciones traumáticas posibilitando transformaciones sanadoras.

3) Constatamos la existencia de una relación dialéctica entre las resignificaciones y transformaciones posibles con Psicodrama y los factores influyentes en la mujer fuera del encuadre psicodramático:

1. *factores a nivel individual:* recursos mentales propios, nivel de resiliencia, así como la existencia o no de experiencias traumáticas en la vida de la mujer (sean de índole genérica, de un Estado represivo, de bandas criminales o de catástrofes naturales);
2. *factores en positivo:* vínculos sanos a disposición, posibilidad de una terapia individual, otros espacios de desarrollo personal o grupos de mujeres;
3. *factores en negativo:* mandatos patriarcales y valores conservadores en la familia, iglesia o en otras instituciones de autoridad para la mujer.

4) Es necesario trabajar e investigar la transmisión transgeneracional de los traumas vividos por la violencia a la siguiente generación, específicamente de madre a hija, a nieta. La violencia genérica vivida por una mujer no solo afecta a ella, sino también al grupo

familiar. Las frases emergentes de esta sistematización nos muestran lo que es el ‘pico del iceberg’ de las consecuencias negativas de la violencia a la mujer y la transmisión transgeneracional de los traumas vividos. Además, para las y los hijos ser testigos de la violencia en casa, les puede ser igual traumático como vivirla, ya que el vínculo con la madre es de carácter vital y dependiente. Otro aspecto: las consecuencias negativas de la violencia genérica implican que la madre tiene menos tranquilidad, paciencia y empatía para acompañar a las y los niños pequeños o adolescentes, lo cual disminuye la posibilidad de una comunicación que acompañe un buen desarrollo emocional de las y los niños o adolescentes. En los dos primeros grupos de Psicodrama 2019 el hilo rojo del proceso era la transformación de sus vínculos, su comunicación, acompañamiento y convivencia con sus hijos/as, lo cual pasó por reelaborar otros vínculos masculinos y femeninos impregnados de violencia psicológica, física y sexualizada. En las palabras de las mujeres: “Antes era áspera con mi hija, ahora soy más atenta.” “Es como si volvieras a recordar lo que antes habías vivido. Por ejemplo, recordar mi niñez, la falta de cariño, solo era de gritarme, (...) Me di cuenta que a mi hija, la mayor, casi traté igual como a mí me trataron. Ahora tiene 20 años. Es bueno hablar, es bueno el psicodrama porque si vuelve a repetir así te criaste, así te criaron, se vuelva a repetir lo mismo. No es bueno para la sociedad.” “Yo sin darme cuenta, lo estaba repitiendo con mi hija lo mismo.”

5) La terapia grupal con Psicodrama para mujeres en situación de violencia tiene mayor impacto por contar con el grupo. El grupo, en el entender

psicodramático, es la creación corporal de confianza y contención colectiva, es el espacio de reelaboración y de resonancias sanadoras en el encuadre psicodramático y tiene un valor terapéutico muy específico en las terapias con mujeres en situación de violencia. En el grupo escuchando a otras mujeres, la mujer se da cuenta que no es la única a la que le pasa y eso le anima a que hable de lo que nunca pudo hablar – *romper el silencio*. El encontrarse con el grupo, en el sentido moreniano, quiere decir implicarse, ser auténtica y comprensiva, es romper el silencio físico - *romper el aislamiento*. Vivir vínculos sanos entre mujeres es desafiar el mandato histórico patriarcal de la envidia y competencia entre mujeres para dividir y aislarlas para someterlas con más facilidad. Vivir la experiencia de terapia grupal con Psicodrama implica priorizar tiempo y espacios para una misma y esta decisión fortalece la autoestima y empodera a la mujer. Este fortalecimiento se da en primer lugar desde la acción y posteriormente desde lo verbal. Los diferentes elementos del Psicodrama, incluyendo una dirección con enfoque feminista, sus recursos y técnicas permiten a las mujeres dar los pasos a su ritmo y con la profundidad posible en el ‘aquí y ahora’ sobrepasando las resistencias que surgen en todo proceso transformador.

En las palabras de las mujeres: “El grupo me ha ayudado bastante, al darme cuenta que no era la única que estaba pasando por esos momentos y por el grupo me sentí apoyada y escuchada.” “Hablar de las experiencias en el grupo, entonces me surgieron deseos de luchar, de vivir, volver a brillar, como dijo una compañera.” “Antes de venir solo sabía llorar, no sabía a quién avisar. Aquí sí, he contado lo que sentí, cuando vine aquí, tenía un corazón que parece

que estaba sangrando. Después de los Psicodramas el corazón está sanando, ya se ríe feliz.” “Antes pensaba que era la única. Veía a las personas felices y yo agachaba la cabeza. Sentí mucha vergüenza y por eso no podía hablar.” “Estaba muy aterrorizada cuando llegué al Psicodrama, recibí contención, estaba temblando ese día. Darme el grupo un abrazo ha sido muy valioso para mí.”

6) Los recursos y las técnicas psicodramáticas son apropiadas para grupos de mujeres en situación de violencia y para grupos interculturales. En todos los grupos desde el 2017 hubo mujeres del campo que apenas podían comprender y expresarse en español, lo cual no fue un impedimento para su proceso terapéutico.

La incorporación de técnicas ritualizadas ayudó a transmitir a las mujeres un encuadre y un espacio seguro. Introduje tres técnicas cortas que no faltaron en ninguna sesión en todos los grupos: 1. El caminar en el salón percibiendo el cuerpo y depositando simbólicamente todas las tensiones y pensamientos pesados en una bolsa puesto en el centro del salón y así ayudar a terminar de llegar en el ‘aquí y ahora’. 2. En el círculo de bienvenida estaba con nosotras “la amiga curiosa”, un objeto intra- e intermediario que ayudó a la verbalización del ‘pensar-sentir-desear’. 3. Como un momento de mentalización y de puente entre una y otra sesión introduje en el cierre ‘las flores’. Con cada flor las mujeres compartían alguna resonancia, aprendizaje o reflexión pos-acción que se llevaron a casa. En todas las entrevistas las flores fueron mencionadas como un apoyo durante el proceso.

El trabajo corporal en los procesos de

Psicodrama consistía en la percepción del propio cuerpo, sus músculos, huesos y la propia existencia de él. Los ejercicios y juegos eran para entrenar la coordinación mente-cuerpo y la concentración. El trabajo corporal abarca también el volver a aprender cómo expresar nuestro sentir y pensar a través del cuerpo, crear imágenes con el cuerpo individual- o colectivamente, volver a aprender a escuchar al cuerpo fortaleciendo la conexión mente-cuerpo. En este sentido, ciertos juegos psicodramáticos, del teatro espontáneo y de la sociometría también son parte del trabajo corporal sanador.

Este trabajo corporal ayudó a las mujeres a disminuir o hacer desaparecer consecuencias negativas, físicas y psíquicas, de la violencia genérica. Frases emergentes: *“Al principio pensé que raro esa terapia, no entendí muy bien, después me sentí más cómoda, libre de poder expresarme (...) con la respiración, me sentí más relajada, venía bien cansada, bien adolorida, el día que aprendimos a relajarnos con la respiración, me sentí tan libre después y todo el dolor desapareció.”* *“Siempre estaba muy estresada en casa, las terapias de relajamiento me han ayudado mucho.”* *“Todas las mañanas hago respiraciones.”* *“Con el psicodrama me sentía bien, tranquila, más liviana me siento, mi respiración funciona mejor, a veces me he tranquilizado con los ejercicios, nos da alegría, para ponernos guapa, fuerte, con coraje, valiente.”*

Conclusiones y sugerencias de cara al futuro

1. Analizando la violencia patriarcal genérica hacia las mujeres encontramos los mecanismos de como lograr mantener a las mujeres en ciclos de violencias: aislamiento de la mujer, provocar miedo, culpa, vergüenza y control, para así reproducir

la dependencia emocional al agresor. Desde esta experiencia psicodramática, desde las vivencias de las mujeres destapamos no solamente los mecanismos de sumisión, dominación y explotación de las mujeres, sino también su validez para el análisis de otros poderes violentos (Herrschaften), como son los poderes coloniales racistas, capitalistas explotadores u otras relaciones de poder en los espacios públicos y privados, porque son los mismos mecanismos: dividir-aislar, manipular sentires, pensares y hasta deseos de una población, así como promover miedos y odio ofreciendo chivos expiatorios para la proyección subjetiva del «mal» y descargar las frustraciones que produce el mismo sistema y los sujetos en ello. En el caso de las mujeres, en el sentido genérico, el sistema patriarcal capitalista sustituye el factor odio con los factores de tristeza, culpa y vergüenza como mecanismos de dominación.

2. En terapia o trabajo psicosocial educativo con mujeres en ciclos de violencia o con mujeres que han vivido situaciones traumáticas es importante trabajar con el cuerpo e incorporar espacios psicoeducativos: tanto desde lo psicosocial, de la sensibilidad al trauma, como sobre los ciclos de violencia, la socialización y el sistema patriarcal (sensibilidad al poder).

3. El Psicodrama feminista aporta desde lo conceptual, desde lo metodológico y desde como técnicamente se llevan los recursos del Psicodrama. El Psicodrama feminista se rige desde la visión/comprensión sobre la construcción social patriarcal de como ser hombre, ser mujer y sobre las discriminaciones de las diversidades existentes por este dualismo en el “género”, así como sobre los mandatos patriarcales históricos que junto tienen la función, a través de diferentes formas de violencia (incluyendo la simbólica, la mediática etc.) reproducir este sistema patriarcal que ejerce sumisión y dominación.

4. El Psicodrama feminista dice: no estás sola, rompe el silencio, el aislamiento, disminuye o elimina la culpa, la vergüenza sin razón, desnaturaliza la violencia simbólica, cultural, psicológica, física y sexualizada, rompe la individualización del sufrimiento de las enfermedades y síntomas de la violencia enfocando las estructuras patriarcales y capitalistas.

El Psicodrama feminista invita a percibir el propio cuerpo, apreciarlo, cuidarlo y protegerlo como el primer territorio en la vida de una persona, insiste en el derecho de decidir sobre cómo y con quién compartir el propio cuerpo, vivir la sexualidad, rechaza una política de población que no respeta la voluntad e integridad de las mujeres.

Nos enseña que procesos de transformación, de cambios estructurales son posibles y que el humor, la alegría y las risas son elementos fundamentales de la sanación.

Esta sistematización no es un producto acabado, más bien ofrece elementos y conclusiones de experiencias concretas para seguir compartiendo y creando, teoría y práctica. En este sentido se presentan algunas semillas pendientes para sembrar:

1) promoción de terapias grupales con Psicodrama feminista;

2) investigación con Psicodrama en el campo de la violencia genérica a largo plazo: realizar procesos psicodramáticos con las mismas mujeres después de un año y después de cinco años de la primera experiencia;

3) investigación sobre el lenguaje corporal en los procesos terapéuticos con Psicodrama;

4) trabajo e investigación transgeneracional con mujeres que han vivido traumas por diferentes formas de violencia genérica con Psicodrama y

5) trabajos e investigaciones interdisciplinarios para fortalecer políticas públicas de atención y prevención de la violencia genérica.

REFERENCIAS

- Beauvoir, S. (1949). *El segundo sexo*. Debolsillo.
- Bello, M. C. (2000). *Introducción al Psicodrama. Guía para leer Moreno*. Editorial Colibri.
- Centro Juana Azurduy. (2017). *Índice de la violencia contra la mujer en el municipio de Sucre – 2016*. https://centrojuanaazurduy.org/?cja=publicaciones_d&recordID=26
- de Fries, K. (2015). *Procesamiento de la experiencia psicodramática con un grupo de mujeres migrantes*. Tesis para obtener el título de Directora de Psicodrama. Zürich, Suiza.
- de Fries, K. (2020). El psicodrama en el contexto de violencia hacia las mujeres. *La Hoja de Psicodrama*, 71, 38-44.
- Hauser, U. (2000). *Investigación Etmopsicoanalítica con el Método de Psicodrama. Giros de ASPAS*, 5, 40-53. Costa Rica.
- Hauser, U. (2010). *Entre la Violencia y la Esperanza*. Centro Félix Varela. Cuba.
- Hauser, U. (1998). El Proceso Grupal. En: U. Hauser, *Brilla el Sol después de la Tormenta*. (pp. 47-54). Movimiento de Mujeres Mélida Anaya Montes. El Salvador.
- Jara, O. (2006). *Sistematización de experiencias y corrientes innovadoras del pensamiento latinoamericano. Una aproximación histórica*. La Piragua, 23, CEAAL Panama. http://www.cepalforja.org/sistem/documentos/oscar_jara-sistematizacion_y_corrientes_innovadoras.pdf o <http://www.cepalforja.org/sistem/bvirtual/?p=702>
- Lagarde, M. (2012). La multidimensionalidad de la categoría género y del feminismo. <http://capacitacion.hcdn.gob.ar/wp-content/uploads/2015/12/lagarde.pdf>
- Moreno, J. L. (1993). *Psicodrama*. LUMEN.
- Moreno, Z. T. (2000). *Psychodrama, Surplus Reality and the Art of Healing*. Routledge.
- WHO (2005). Women's health and domestic violence against women. Retirado de <https://www.who.int/mediacentre/news/releases/2005/pr62/es/>
- WHO (2013). Comprender y abordar la violencia contra las mujeres. Retirado de https://www.who.int/mediacentre/news/releases/2013/violence_against_women_20130620/es/
- Pichón-Riviere, E. (2001). *El proceso grupal. Del psicoanálisis a la psicología social*. Nueva Visión.
- Walker, L. (2012). *El Síndrome de la Mujer Maltratada*. Desclée de Brouwer Editores.