



***Inserción socio-laboral de colectivos
desfavorecidos en riesgo de exclusión:
Promoción de la Resiliencia en mujeres que
ejercen la prostitución***

Araceli Meléndez Celma

Trabajo Fin de Grado

Grado de Psicología

Facultad de Ciencias Sociales y Humanas

Director/a: Pilar Martín Hernández

Índice

Introducción.....	1
Prostitución: Concepto y Realidad.....	3
Psicología Positiva y Resiliencia.....	5
Objetivos.....	9
Metodología.....	10
Intervención.....	15
Conclusiones.....	17
Referencias.....	18
Anexos.....	21

Introducción

El inicio de cualquier propuesta orientada a mejorar la empleabilidad de determinados colectivos es la situación de exclusión social en la que se encuentran. Fenómeno que no sólo atañe a las personas de manera individual, sino que afecta de forma colectiva, y en diferente grado, a grupos concretos de la sociedad. Así, por ejemplo, el Plan Nacional de Acción para la Inclusión Social 2005-2006 (Proyecto Equal Lamegui, 2006) ha identificado aquellos grupos de la sociedad que se consideran con mayor riesgo de exclusión social. Entre éstos se hallan las personas que ejercen la prostitución, colectivo con el que vamos a trabajar en el presente proyecto.

Las personas en situación de exclusión social presentan una serie de características que se convierten en factores de riesgo que les imposibilitan reunir las condiciones necesarias para acceder a un empleo (Rubio, 2006). Estos obstáculos son numerosos, al tiempo que operan a diferentes niveles (personal, social y comunitario), y entre ellos destacan aspectos como la baja formación y cualificación, la escasa autoestima, la falta de autonomía personal, la autopercepción negativa, la falta de habilidades personales y sociales, las carencias afectivas y de apoyo, y los problemas para acceder a puestos de trabajo estables. De esta forma, la escasa empleabilidad de la mayoría de estas personas como consecuencia de las características anteriores, afianza todavía más su situación de marginación social. Por esta razón, la mayoría de las propuestas de intervención con este tipo de colectivos se centran en políticas de formación y empleo, considerando la consecución del mismo como el único medio para conseguir acabar con la situación de desamparo de dichas personas (Proyecto Equal Lamegui, 2006). No obstante, si bien es cierto que el empleo es una forma de salir de dicha marginalidad, la exclusión no sólo tiene que ver con lo “material”, sino que también engloba determinadas limitaciones que encuentran algunas personas para participar plenamente en la vida social. Del mismo modo, la exclusión social también comprende la negación de un gran número de derechos humanos, entre los que destacan el derecho a la dignidad e identidad personal y social. La exclusión social encierra así una quiebra de la identidad personal que tiene su trasfondo en el debilitamiento de los dos ejes básicos en los que debe sustentarse cualquier intervención destinada a la inserción social: el eje socio-relacional (apoyos, vínculos y contactos sociales), y el eje económico y laboral.

De este modo, no se puede concebir la inserción social sólo como acceso al empleo sino que se trata de una situación de la que no es fácil salir sin apoyos. Esto pone

de manifiesto la necesidad de nuevas intervenciones orientadas a fomentar aquellos aspectos que también influyen en la situación de exclusión social, como la reconstrucción de una red de apoyo, el desarrollo de habilidades sociales, el aumento de la autoestima, y la mejora de la autoimagen, entre otros. Aspectos que en definitiva contribuyen a mejorar la propia identidad personal y social que tan necesarias son para salir de la marginalidad. No obstante, las primeras intervenciones en este sentido, a menudo adoptaron un enfoque centrado en una consideración de las carencias y obstáculos como inherentes a la propia persona, como algo que los caracterizaba y que los había hecho estar en esa situación, focalizándose por tanto, en los aspectos negativos de las personas. Y si bien este es un proceder importante del que sin duda se han derivado numerosos beneficios (Lainez, 2004), nuevos planteamientos (p. e. Villalba, 2004) se refieren a la necesidad de incorporar enfoques teóricos que permitan a los equipos basarse en las capacidades y fortalezas de los clientes para hacer frente a los obstáculos. Precisamente la Psicología Positiva representa un intento por comprender, a través de la investigación científica, los procesos que subyacen a las cualidades y emociones positivas del ser humano. La Resiliencia cobra especial importancia en este ámbito al representar la capacidad de una persona, o grupo, para seguir proyectándose en el futuro a pesar de acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves. El abordaje e intervención desde el modelo de la Resiliencia fomenta en los sujetos el desarrollo y, por ende, el fortalecimiento de las características internas de cada uno de ellos, posibilitando un aprendizaje proactivo respecto de sí mismo y generando el desenvolvimiento de los aspectos positivos de adaptación.

Diversas investigaciones han mostrado los resultados positivos que del trabajo sobre la Resiliencia del individuo pueden derivarse en muy diversos ámbitos como el escolar (Zozaya, Ferreira, Martínez, Olguín, Rossi, Dumé, Valdez, Hidalgo, Suarez, Cruzatte, Ureta y Cortez, 2009), el de equipos de atención médica (Munist, Santos, Kotliarenco, Suárez, Infante y Grotberg, 1998) y el de la salud mental (Poseck, 2006). También destaca aquella en la que se trata de fortalecer la Resiliencia en núcleos de prostitución mediante el establecimiento de vínculos para evitar síntomas como la ansiedad y otros psicosomáticos que lleven a trastornos (Martínez, Sanz y Puertas, 2007). En el ámbito de la inserción socio-laboral, existen algunas aportaciones de interés que muestran cómo la potenciación de la Resiliencia contribuye a que mujeres víctimas de malos tratos salgan de su situación de vulnerabilidad (Ford-Gilboe, Wuest, Varcoe, Davies, Merritt-Gray, Campbell, y Wilk, 2009; Machicao y Aillón, 2009). Dentro del

mundo de la prostitución, se trabajan aspectos resilientes mediante intervenciones socioeducativas (Gijón y Rubio, 2011). Sin embargo, y pese al valor de todas estas aportaciones, su finalidad es el empleo siendo el resto de acciones complementarias al mismo. Ninguno de estos estudios ha abordado desde un marco teórico el trabajo sobre la Resiliencia como un potencial recurso que contribuya a la inserción sociolaboral, siendo posible afirmar por tanto que son escasos los estudios que la utilizan como tal.

Precisamente, este trabajo va más allá al abordar la Resiliencia como un enfoque teórico desde el que focalizar la práctica social en las capacidades internas de un colectivo en riesgo de exclusión social, como el de las mujeres que ejercen prostitución, para hacer frente a los obstáculos y poder salir así de su situación de manera fortalecida. Algo para lo que resulta necesario que estas mujeres consigan un desarrollo personal integral que les permita salir de su situación de marginación social de manera autónoma a partir del fomento de sus propias competencias y fortalezas internas, así como de la modificación del discurso dominante que rige sus vidas. Con esta finalidad, y siguiendo las propuestas metodológicas comunitarias (Mori, 2008), en primer lugar describimos el colectivo objeto de intervención para posteriormente abarcar los aspectos teóricos y metodológicos del presente estudio. A continuación se detallará la propuesta de trabajo y finalmente se expondrán las conclusiones que se esperan obtener de su ejecución e implementación.

Prostitución: Concepto y Realidad

La organización mundial de la salud (OMS) define la prostitución como toda aquella actividad en la que una persona intercambia servicios de tipo sexual a cambio de dinero o cualquier otro bien. Existen diversos tipos de prostitución, entre ellos se encuentra la prepago, los pisos, y la callejera, siendo precisamente esta última la que representaría el grado más bajo de prostitución – no hay criterio selectivo que valga, se atiende a todo tipo de clientes, y generalmente se práctica de forma abierta - y el más alto potencial de marginación de las mujeres que la ejercen (Bermúdez, Gaviria y Fernández, 2007). A tenor de esta tipología, resulta pues obvio que no todas las personas que participan en esta industria gozan de las mismas garantías y derechos. La prostitución marginal ejercida por mujeres es la más visible y la que con mayor frecuencia aparece en el foco de controversias sociales. Es por esta razón por la que el presente trabajo se centra en este tipo de prostitución: son estas mujeres las que constituyen en mayor medida un

colectivo en riesgo de exclusión social, teniendo más problemas para insertarse laboralmente y salir del mundo de marginalidad en el que viven inmersas.

Según datos de la Dirección General de la Mujer, en España, 300.000 mujeres ejercen la prostitución callejera. De ellas, actualmente, el 87% son inmigrantes. Las principales procedencias de estas mujeres son América Latina (colombianas, dominicanas, brasileñas y ecuatorianas), Europa del Este (Rumanía, Rusia y Ucrania), y África Subsahariana (Nigeria, Sierra Leona). El perfil mayoritario de las mujeres que ejercen la prostitución callejera en nuestro país consiste en, por lo general, mujeres jóvenes de entre 25 y 40 años, procedentes de sectores sociales medio-bajos y con un nivel de estudios básico. Entre ellas abundan las mujeres con responsabilidades familiares a su cargo y sin apoyos. En cuanto a las procedentes de otros países, un alto porcentaje (73%) se encontraría en situación de irregularidad administrativa. A pesar de este perfil general, se ha de tener en cuenta que existe variedad interna pudiendo encontrarnos desde mujeres que tienen formación reglada y capacitación laboral media, hasta mujeres que no dominan el idioma o que son víctimas de redes de trata, etc. (Solana, 2005).

Por otro lado, existen diversas razones que parecen estar en la base del ejercicio de la prostitución. Algunas investigaciones, fundamentalmente realizadas en Latinoamérica (Acuña, 1996), indican que la primera causa de la prostitución, 36%, es la carencia de ingresos suficientes para la manutención propia o de la familia. Le sigue la falta de capacitación, 27%, la violencia en el hogar, 23%, y el desempleo, 10%. En España, y si bien son escasos los estudios que ofrezcan datos estadísticos rigurosos que permitan identificar cuáles son las causas que están en la base de la misma, las razones que con frecuencia se señalan son, entre otras, el empobrecimiento y las dificultades económicas, los malos tratos en la infancia, las familias desestructuradas, la falta de formación, la ausencia de redes de apoyo, y, actualmente se añade el fenómeno de la inmigración (Roldán, Ormaetxea, Astrain, Labayen, Zabala, Pérez, Huarte, Azanza, Munárriz, y San Martín, 2003). Por todo esto, a la hora de llevar a cabo una intervención con este colectivo, debemos tener en cuenta que nos encontramos con un grupo cuyo principal medio de subsistencia es el trabajo que desempeñan como prostitutas en las calles o los clubs. Además hay que tomar en consideración que escasamente cuentan con preparación académica, y que suelen venir de núcleos familiares desestructurados, de tal forma que no acostumbran a tener una red sólida de apoyo que les ayude a salir adelante.

A todas estas características sociales hay que sumarle la autopercepción negativa como consecuencia de la estigmatización social y que lleva a que el discurso

predominante en estas mujeres sobre sí mismas esté cargado de connotaciones negativas, lo que repercute en su autoestima, en su autoimagen personal y en su autonomía, contribuyendo aún más a sumergirlas en un mundo del que no se creen con capacidades ni fortalezas para salir. El estrés que el ejercicio de su profesión les acarrea, la desconfianza como elemento de supervivencia, la falta de expectativas y posibilidades, la pérdida del ritmo social, y la falta de asertividad, entre otros, también se perfilan como elementos personales del ejercicio de la prostitución que están contribuyendo a la exclusión socio-laboral de estas mujeres. Por tanto, el ejercicio de la prostitución genera en la mayoría de las mujeres efectos negativos y el gran reto en el trabajo con ellas consiste en no estereotiparlas y evitar pensar que, por estar en la prostitución, van a presentar determinadas características psico-sociales. Es en este contexto precisamente en el que cobra una especial importancia tanto la Psicología Positiva, como el concepto de la Resiliencia, el cual implica un proceso de adaptación exitosa y una transformación positiva a pesar de los riesgos y vulnerabilidades.

En definitiva, en la presente intervención se va a trabajar con un grupo de mujeres que ejercen la prostitución marginal y que presentan una serie de características personales y sociales. Para trabajar estas variables que afectan al proceso de inserción socio-laboral de las mismas se plantea un proyecto comunitario centrado en la relación de confianza y de apoyo emocional como forma de fortalecer la Resiliencia. Una mujer resiliente será aquella que no sucumbe en el mundo de la prostitución, no se resigna a su situación de marginalidad y es capaz de construir un futuro diferente en medio de su situación. Es decir, es capaz de emprender y mantener acciones encaminadas al abandono del ejercicio de la prostitución.

Psicología Positiva y Resiliencia

La Psicología Positiva (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000) no es sino una rama de la psicología, que, con la misma rigurosidad científica que ésta, focaliza su atención en un campo de investigación e interés distinto al adoptado tradicionalmente: las cualidades y características positivas humanas. En los años 60, y representada por autores tan reconocidos como Carl Rogers, Abraham Maslow y Erich Fromm, se consolida como el estudio de la psicología centrado en la búsqueda y comprensión de los procesos que subyacen a las cualidades y emociones positivas del ser humano y que durante tanto tiempo habían estado olvidadas por la psicología. Por tanto, la Psicología Positiva trata de

diseñar programas de intervención y técnicas dirigidas a desarrollar los valiosos recursos que las personas, los grupos, y las comunidades sin duda poseen.

Precisamente la Resiliencia surge como un concepto dentro de la Psicología Positiva concretado como la capacidad de una persona o colectivo para generar desarrollo humano a pesar de condiciones de vida difíciles o de hechos traumáticos (Grotberg, 2001), por lo que es algo más que sobrevivir a la adversidad y adaptarse: supone la capacidad de salir fortalecidos y transformados de la misma. Las mujeres con las que vamos a trabajar están perfectamente adaptadas a su situación sin presentar patologías graves derivadas de la misma. Esto se debe a que adaptarse a las circunstancias e ignorar los aspectos desagradables es una estrategia humana normal. Pero esto no significa que reúnan las características necesarias para salir de su situación de exclusión social. Por ello, de lo que se trata es de promover sus capacidades como motor de cambio. Lo principal de este nuevo enfoque es que la Resiliencia representa un cambio de paradigma desde el modelo tradicional, centrado en la debilidad, a otra perspectiva que incluye además de la capacidad de afrontar, la estimulación de potencialidades (Henderson y Milstein, 2003).

La Resiliencia es un atributo que varía de un individuo a otro y que puede crecer o declinar con el tiempo. Los factores protectores son características de la persona o del ambiente que mitigan el impacto negativo de las condiciones estresantes o factores de riesgo. Si bien los factores de riesgo están presentes en las situaciones de adversidad, simultáneamente con éstos se presentan los mecanismos protectores que logran crear en las personas la posibilidad de revertir la situación y la percepción que tienen de ésta, y por tanto de sobrepasarla. El objetivo por tanto será equilibrar los factores protectores de las personas para contrapesar el impacto de los acontecimientos estresantes de la vida. Es decir, el proceso de ayuda e intervención debe poner el acento en los recursos y habilidades de las personas ya que si preguntamos por sus fortalezas e historias de éxito, éstas se acabarán convirtiendo en el motor de cambio hacia la Resiliencia. De esta manera, numerosos estudios ponen de manifiesto cómo trabajar el fortalecimiento de determinadas características internas que podrían denominarse “resiliencias”, tales como las emociones positivas, la autoestima, la autopercepción, la empatía y la asertividad, puede servir para superar cualquier situación de adversidad (Henderson y Milstein, 2003). Siguiendo esta línea de trabajo, en el presente estudio se cree en la necesidad de fomentar dichos aspectos resilientes amparándose en los beneficios encontrados por otros investigadores tanto en el ámbito escolar, - donde el refuerzo de los factores protectores de los niños y adolescentes se traduce en una mayor autonomía en el aula y una mejora de los vínculos de apoyo, la

cooperación y el altruismo (Munist et al., 1998) -, como en el ámbito de la violencia doméstica, donde las actuaciones planteadas han mejorado su situación a partir del trabajo con grupos de apoyo, la potenciación de la autoestima y la autoimagen, el humor, y la autonomía (Machicao y Aillón, 2009). Avanzando un paso más allá, dentro del propio ámbito de la prostitución, existen intervenciones centradas en la utilización de la Resiliencia como forma de mejorar los efectos negativos que la prostitución genera en la mayoría de mujeres (Martínez et. al., 2007). Por último también encontramos resultados muy positivos y que avalan nuestra intervención en programas socioeducativos que consiguen mejorar las condiciones de exclusión de las mujeres prostitutas fomentando sus características resilientes (Gijón y Rubio, 2011). Pero a diferencia del resto, el presente proyecto considera la Resiliencia como el marco teórico desde el que enfocar toda la intervención, y no como una mera herramienta, al considerar que dichas fortalezas están en la base interna de cualquier persona y que sólo es necesario hacerlas florecer. Con ello, se pretende encontrar resultados similares a los de tales investigaciones mejorando la situación de exclusión, como ya apuntan algunas intervenciones sociales en las que está presente el empleo de las capacidades (Villalba, 2004).

Pero además la Resiliencia combina factores afectivos, comunitarios y verbales. Afectivos porque se requiere la presencia de “otros” significativos que nos proporcionan vínculos seguros. Comunitarios porque se necesita una comunidad que responda de forma acogedora ante el sufrimiento y reconozca la aportación positiva que los procesos resilientes tienen para la sociedad. Y verbales porque las personas resilientes son capaces de darle un sentido a su experiencia, abordándola como un desafío y una oportunidad. El factor verbal es clave ya que es el responsable de forjar la identidad de cada persona. Los paradigmas constructivistas y construcciónistas fomentan la idea de que la fuerza más poderosa para modificar nuestras vidas son los relatos que nos contamos constantemente a nosotros mismos y a los demás, y que representan la visión que tenemos del mundo y de nuestras relaciones. En situaciones de vulnerabilidad, el problema se convierte en la narrativa dominante, y por ende, en la identidad de la persona. El cambio consiste en describir los problemas de manera diferente. Se trata de ayudar a la persona a distanciarse de sus problemas y a concebirlos como producto de las circunstancias y los procesos interpersonales, no de su personalidad. No obstante no debemos olvidar que también es necesario ayudar a cambiar los relatos sociales que limitan la competencia y el poder de las personas. Es decir, las personas construyen su propia realidad y por tanto, su identidad, a medida que le otorgan significado, el cual se basa en el discurso dominante de la cultura.

Por tanto, para promover la Resiliencia debemos trabajar el marco narrativo personal, comunitario y cultural con el objetivo de que las personas cambien su propia identidad hacia una visión de sus propias capacidades y apoyados por el marco de la sociedad. Por ello, en la presente intervención se aborda la externalización del problema del discurso dominante de la persona con el objetivo de que se visualicen triunfantes ante la adversidad, lo cual repercute de manera positiva en la acción y en el resultado final (García, 2010). Lo que vamos a pretender con ello es brindar una nueva forma de interpretación de las diferentes situaciones que han vivido las mujeres, posibilitando que ellas mismas se focalicen en sus potencialidades y no en sus limitaciones. Esta idea ya fue esbozada desde distintas intervenciones (p. e. Gijón y Rubio, 2011; Machicao y Aillón, 2009), desde las que se fomentaba la creación de espacios de encuentro para el establecimiento de relaciones interpersonales, pero no de la modificación del discurso dominante. Una modificación que, junto con el trabajo sobre los factores protectores, va a contribuir a la mejora de la identidad personal y social de cada una de las participantes ayudándolas a salir de su situación. Por tanto, el Construcción Social propone que la intervención destinada a la generación de Resiliencia se haga a partir del reconocimiento de los recursos, el uso adecuado del lenguaje, el reconocimiento de los sujetos como agentes activos del cambio y la reflexividad como forma de comprender la configuración del sujeto teniendo en cuenta su percepción y los relatos de él mismo y de los demás.

Para promover la Resiliencia en el grupo de mujeres que ejercen la prostitución, el Construcción Social proporciona dos estrategias sustentadas, en ambos casos, por los enormes resultados positivos que de su empleo se han derivado en numerosas intervenciones: la Terapia Narrativa o las fases de la Indagación Apreciativa. Ambas constituyen un buen marco práctico desde el que enfocar el proyecto mediante técnicas y procedimientos concretos para fomentar la promoción de la Resiliencia. Y es que, las técnicas centradas en la Terapia Narrativa consiguen la promoción de la Resiliencia desde los propios recursos de las personas y sus redes, y lo positivo de las historias del pasado (Riaño, 2009). Mientras que las basadas en la Indagación Apreciativa posibilitan que las personas no sólo reconozcan y potencien sus propias fortalezas internas sino que tengan la capacidad de mantenerlas y de generar otras nuevas, proyectándose hacia el futuro mediante el trabajo grupal (Bengoa y Espinosa, 2009). Desde la Terapia Narrativa se ofrecen, así pues, claves sobre cómo mantener conversaciones liberadoras con los individuos que consigan separar la identidad de las personas del problema siendo desleales con los discursos dominantes de la cultura. Las excepciones o desenlaces

inesperados son una de las claves de la intervención psicosocial, pues ayudan a las personas a construir una historia alternativa más útil de sí mismo y de sus relaciones. Asimismo, alentar a las personas a que sueñen la vida que desean al margen del problema es uno de los aspectos más importantes de este tipo de enfoque, pues el que las personas se visualicen triunfantes ante la adversidad tiene un efecto positivo en la acción y en el resultado final. Por otro lado, hay que buscar que la nueva historia sea legitimada y reconocida por la comunidad (García, 2010). Precisamente desde la Indagación Apreciativa se busca crear, en interacción con los otros, una historia alternativa a partir de los recursos y lados fuertes del grupo, con el fin de lograr objetivos que constituyan un reto. Es una forma de que el grupo con el que se trabaja descubra, o se reconecte, con su capacidad cooperativa pasada y con sus habilidades provocando el deseo colectivo de cooperar e innovar en el futuro a través de la creación de imágenes positivas compartidas de un estado deseado. Estas imágenes del futuro son aspiraciones que llevan a las personas a querer construir juntas una serie de acciones o iniciativas que las lleven a vivir en ese futuro que más desean, siendo un mecanismo ideal para la creación de redes de apoyo (Barret y Fry, 2010).

Objetivos

La presente intervención persigue fomentar la inserción socio-laboral de un grupo de mujeres que ejerce la prostitución callejera a través de un programa basado en la potenciación y fortalecimiento de la Resiliencia, lo que dará lugar a la mejora de la identidad personal y social de dichas mujeres mediante el cambio del discurso dominante hacia otro en el que se tengan en cuenta los recursos positivos de cada una de ellas y la promoción de los factores protectores. El objetivo es desarrollar mecanismos resilientes que les permitan afrontar su realidad y salir de la situación de exclusión social en la que se encuentran con la finalidad última de encontrar un empleo. La consecución de este planteamiento, pasa por trabajar los siguientes objetivos concretos:

1. Modificar el discurso dominante de las personas y focalizarse en sus experiencias de éxito.
2. Promover el descubrimiento de las propias fortalezas internas para conseguir empoderamiento (capacidad para sobreponerse a la adversidad, crecer y desarrollarse adecuadamente).
3. Brindar apoyo emocional y mejorar la calidad de vida.

4. Equilibrar los factores protectores – tanto internos como externos - para contrapesar el impacto de los acontecimientos estresantes o factores de riesgo.

Entre los factores internos que vamos a trabajar se encuentran las emociones positivas (optimismo, risa y humor), las expectativas de autoeficacia, la autoestima, la autoimagen y autopercepción mediante la estigmatización y las competencias personales (resolución de problemas), y la empatía y asertividad. Además, al final de la intervención se conseguirá el desarrollo de la autonomía, de la creatividad (emoción positiva), de la esperanza, del altruismo y de la cooperación. Así como una disminución del estrés y la desconfianza.

Los factores protectores externos se fomentarán mediante la creación de un espacio de encuentro que lleve a la consolidación de redes de apoyo. Mediante la formación de las mismas se potenciará la comprensión y la capacidad de relacionarse (competencias personales), la cooperación y la ayuda. Del mismo modo, al cierre de la intervención las mujeres habrán desarrollado la capacidad de trabajar en grupos para lograr objetivos comunes, es decir, capital social, y habrán recuperado su ritmo social.

Metodología

Un enfoque para establecer y abordar las necesidades en el campo de la acción social podría perseguir dos objetivos: intervenir en la génesis social de los problemas, no sólo en sus efectos, y recurrir a metodologías que permitan replantear la relación entre los agentes implicados, desvelando los intereses en juego y facilitando el protagonismo de los colectivos excluidos. Así, para llevar a cabo nuestro proyecto de promoción de la Resiliencia en mujeres que ejercen la prostitución, la investigación-acción participativa de Lewin (1992) se perfila como un buen marco metodológico en el que encuadrar nuestra intervención al tratarse de un enfoque que persigue recoger las perspectivas e intereses de los sectores implicados en un proceso de acción social, otorgando el principal protagonismo a los colectivos implicados. La investigación-acción participativa puede ser caracterizada como una intervención básicamente cualitativa (Montero y León, 2002), en la que se pueden incluir elementos cuantitativos pero siempre dentro del contexto de una problemática cualitativa. No se trata de una técnica que se pueda incorporar en el programa, sino de un enfoque o estrategia general de intervención que se puede plasmar

en muchas prácticas concretas que dependerán de la creatividad de los protagonistas y de las circunstancias presentes en cada caso.

Lewin describió la investigación-acción como un proceso de peldaños en espiral, cada uno de los cuales se compone de planificación, acción y evaluación del resultado de la acción. Sobre una preocupación temática grupal se planea la acción de forma conjunta, se actúa, se observa y se reflexiona acerca de los resultados obtenidos en cada peldaño. El proceso de investigación-acción consiste primordialmente en usar un marco teórico para preparar una estrategia de cambio y en diseñar métodos de comprobación de los cambios logrados. Se revisan así los pasos correspondientes de la acción a la luz del proceso de retroalimentación, comprobando y formulando de nuevo, si es necesario, el marco conceptual según los resultados de la acción. En este tipo de intervención buscamos cambios en tres aspectos diferentes del trabajo individual y grupal: cambios en la utilización del lenguaje y los discursos, cambios en su forma de actuar y de enfrentar su situación (relacionado con la potenciación de los factores protectores), y cambios en las relaciones e interacciones sociales. Para ello, los grupos trabajan juntos con el fin de modificar su lenguaje, sus modos de acción, y sus relaciones sociales lo que conlleva a la promoción de la creatividad y la cooperación. Para llevar a cabo la espiral, los miembros de un grupo emprenden:

- El desarrollo de un plan de acción para mejorar aquello que está ocurriendo.
- Una actuación para poner el plan en práctica.
- La observación de los efectos de la acción en el contexto en el que tiene lugar.
- La reflexión en torno a esos efectos como base para una nueva planificación o una acción críticamente informada posterior, a través de ciclos sucesivos.

La investigación-acción empezará modestamente, operando con cambios planteados por el investigador a partir de las demandas o necesidades del grupo y se desplazará hacia cambios más amplios, autónomos, y que contribuyan al crecimiento individual y colectivo. La observación se guiará hacia la acción, sus efectos y el contexto de la situación. La reflexión, por su parte, pretende hallar el sentido de los procesos, problemas o restricciones que se hayan podido manifestar en la acción y proporciona la base para un plan revisado. No se trata de valorar las cosas que se hacen sino el papel desempeñado por las personas en la consecución de las mejoras. Por último, a través de la observación y la reflexión podrán empezar a verse las implicaciones de los cambios. Para ello, lo importante es que el medio utilizado para controlar el paso de la acción y su efecto sea elegido adecuadamente y la necesidad de que los participantes en el proceso discutan

los cambios y se produzca un intercambio de puntos de vista con objeto de articular planes y reflexionar sobre los efectos de las acciones. Por tanto, la investigación-acción se llevará a cabo como una espiral introspectiva de ciclos de planificación (realizada en nuestro caso por el responsable de la intervención), acción y observación, reflexión (evaluación) y re-planificación (si es necesario) mediante procesos de crítica del grupo.

Antes de llevar a cabo la planificación de las sucesivas acciones de la intervención en espiral, y con la finalidad de perfilar el punto de partida de la misma y obtener la línea base del programa, se aplicará una medida pre-tratamiento consistente en la recogida de la historia social y personal de cada uno de los miembros del colectivo con el que vamos a trabajar. Esta va a consistir en una entrevista semiestructurada, un genograma, y un análisis de las demandas. El objetivo es averiguar el estado de las variables resilientes para delimitar las características del grupo de acción y definir la temática del problema.

Una vez especificado el punto de inicio en el que nos encontramos, el investigador es el responsable, en nuestro caso, de planificar toda la acción con el fin de que, a través de una serie de actuaciones, los individuos consigan los objetivos de la presente intervención. No obstante, a medida que se vaya avanzando en la espiral, las observaciones y reflexiones grupales irán tomando cada vez más fuerza y serán ellos los responsables de ir guiando su propio proceso de acción, lo que dará como resultado la cooperación grupal, la creatividad, y la autonomía de cada uno de ellos. Asimismo, al trabajar conjuntamente se elevará el conocimiento del grupo sobre sus propios recursos, problemas, necesidades y alternativas de solución. Se tratará, por tanto, de sujetos en proceso que se transforman y refuerzan a medida que avanzan en la intervención. En el desarrollo de la planificación, el investigador debe tener en cuenta tanto los objetivos generales como los concretos para cada paso de la acción. Hay que explorar y potenciar los recursos propios del colectivo, y tanto el calendario como las formas de organización y evaluación deben adoptar un carácter abierto en función de cuales sean las demandas y las expectativas de la población, considerando la necesidad de los posibles cambios a la hora de plantear las diversas actividades y prestando atención a las consecuencias probables mediante la introducción de pruebas de control. El resultado es un plan de acción con una lista de actividades detalladas para la consecución de los objetivos así como de medidas de control de las acciones a realizar.

Posteriormente se pondrá en práctica cada fase y la observación de cómo funciona. El profesional debe procurar adaptarse a los destinatarios y adoptar una actitud de escucha y diálogo permanentes. Esto supone una exigencia de autocontrol a fin de acomodar sus

planteamientos y expectativas al nivel de comprensión de los implicados en el programa. Cuando se pasa a la acción, es muy importante que se controle estrechamente lo que ocurre mediante la recopilación de la información que será necesaria en la reflexión y re-planificación posteriores. Con el propósito de detectar de manera oportuna las fortalezas y deficiencias de los procesos de ejecución, y a fin de hacer ajustes para una óptima gestión de las iniciativas, se aplica la observación del proceso. En esta fase es conveniente estructurar un informe narrativo de aquello que va ocurriendo en cada una de las actividades planteadas organizando los datos de los que se dispone a través de la creación de tres registros, coincidentes con las mejoras del lenguaje/disco, de las actuaciones/prácticas y de las relaciones sociales/interacción, y teniendo en cuenta los cambios que se han producido a partir de las acciones desarrolladas. El resultado es un informe fiable, utilizable como base para la reflexión y para decidir que hay que hacer con cada una de las actividades o acciones. Así, para el registro del lenguaje se utilizará la redacción de diarios por parte de todos los miembros del grupo, para el de las diversas actividades se empleará la observación participante junto con el registro anecdótico, y para el registro de las relaciones sociales se aplicará un test sociométrico (veáse anexo 3).

Por último, en cada una de las acciones se producirá la reflexión. Se utiliza para determinar de manera objetiva y sistemática la relevancia, eficacia, eficiencia e impacto del programa y para identificar las dificultades en el desarrollo de las actividades. Se trata de decidir si se están cumpliendo los objetivos acerca de la preocupación temática, si las personas implicadas se ajustan a los cambios, y si la ejecución de la espiral es cada vez más autónoma. La reflexión, realizada en base a los datos recogidos en la observación, se llevará a cabo de manera grupal mediante la discusión y autoformación grupal con el objetivo de extraer, entre todos, los principales avances en la espiral, así como los pequeños inconvenientes surgidos. Como criterio último, la reflexión tiene la labor de presentar las pistas necesarias para la reformulación de las acciones posteriores en caso de que nos estemos alejando de los objetivos planteados. Como resultado se obtendrá un plan de acción revisado y se volverá a la aplicación del siguiente paso de acción.

Una vez finalizados todos los peldaños de la espiral para la consecución de la promoción de la Resiliencia, se utilizará la entrevista semiestructurada inicial como medida post-tratamiento a partir de un análisis reflexivo de los cambios detectados. También utilizaremos el diario que escriben los sujetos como un documento de apoyo que permitirá visualizar los resultados y los logros en el cambio del uso del lenguaje, del mismo modo que a ellos les servirá como soporte para mantenerlos más allá de la

intervención. Por último se llevará a cabo un seguimiento del mantenimiento de la Resiliencia en el colectivo trabajado durante varios meses.

Intervención

El objetivo último de la presente actuación no es otro que el fomento de la inserción socio-laboral de un grupo de mujeres que ejercen la prostitución a través de un programa basado en el fortalecimiento de la Resiliencia. Un fortalecimiento que parte de la mejora de la identidad personal y social de las mismas, mediante el cambio del discurso dominante hacia otro en el que se tengan en cuenta las capacidades y recursos de cada una de ellas y la promoción de los factores protectores o características resilientes. Para ello se perfila una intervención psicosocial de corte cualitativo basada en la espiral introspectiva de Lewin y en donde se llevan a cabo las siguientes fases de acción-observación y reflexión en un total de 25 sesiones de trabajo de unas 2 horas de duración durante dos meses (Figura 1). No obstante antes de la puesta en marcha de la misma y con objeto de fijar tanto las características del colectivo con el que vamos a trabajar o línea base así como la planificación de toda la ejecución se aplicará una medida pre-tratamiento. Al acabar ésta se llevará a cabo la evaluación final a partir de una medida post-tratamiento para verificar los resultados obtenidos y el seguimiento de éstos a lo largo del tiempo.

De manera genérica esta intervención está diseñada para un grupo de entre 15 y 20 mujeres que ejercen la prostitución callejera, mayores de edad, procedentes de sectores sociales medio-bajos, sin problemas patológicos, con dominio del idioma y posibilidad de familiares a su cargo, y que desean salir de dicha situación de vulnerabilidad en la que viven. Presentan tanto una autoimagen y autopercepción de sí mismas devaluada junto con una baja autoestima, un discurso hegemónico cargado de connotaciones negativas, y una escasez de habilidades personales y sociales, como problemas de formación, migración, falta de recursos económicos, ausencia de apoyos fuertes...

Figura 1: Cronograma

Paso 1: Medida pre-tratamiento/línea base	
Evaluación inicial	Entrevista semi-estructurada individual y genograma Análisis cuantitativo de las demandas

Paso 2: Intervención				
<i>Fase</i>	<i>Unidad</i>	<i>Número total de sesiones</i>	<i>Actividad</i>	
1. Conocimiento del grupo	Generar confianza y vínculos de apoyo	3 (2 sesiones de acción y 1 de evaluación)	Dinámicas 1-4 (Anexo 1)	
2. Conversación saturada de problemas y Externalización	Distanciamiento del problema del discurso dominante	2 (1 sesión de acción y 1 de evaluación)	Dinámicas 5-6 (Anexo 1)	
3. Conversaciones liberadoras e historias de éxito	Desenlaces inesperados y fortalezas clave	2 (1 sesión de acción y 1 de evaluación)	Dinámicas 7-8 (Anexo 1)	
4. Realidades deseadas	Imaginar todo lo que podría ser y extracción de alternativas comunes	2 (1 sesión de acción y 1 de evaluación)	Dinámicas 9-10 (Anexo 1)	Reflexión: Autoformación grupal.
5. Áreas para el cambio	Transformación de los sueños en acciones	2 (1 sesión de acción y 1 de evaluación)	Dinámica 11 (Anexo 1)	
6. Características resilientes	Fortalecimiento de los factores protectores	8 (7 sesiones de acción y 1 de evaluación)	Dinámicas 12-19 (Anexo 1)	
7. Testigos externos	Reconocimiento de la sociedad de los procesos resilientes.	3 (2 sesiones de acción y 1 de evaluación).	Dinámicas 20-21 (Anexo 1)	
8. Proyecto futuro	Planificación de las acciones	3 (2 sesiones de acción y 1 de evaluación)	Dinámicas 22-23 (Anexo 1)	

Paso 3: Medida post-tratamiento/Seguimiento	
Evaluación final	Entrevista semi-estructurada individual (inicial) Evaluación del proceso Análisis reflexivo cualitativo Revisión del diario
Seguimiento	A los 3 meses, presencial A los 6 meses, telefónico A los 12 meses, presencial A los 18 meses, telefónico

Para una descripción exhaustiva de los diversos aspectos trabajados en cada una de las fases de la espiral de acción-observación y reflexión que rige esta intervención comunitaria, se encuentra desarrollado el procedimiento completo, tal y como se recoge en estudios de este ámbito (Munist et al., 1998), en el que se detallan las diversas actividades realizadas y su temporalización para tal fin (véase anexo 1).

Conclusiones

La presente intervención pretende fortalecer la Resiliencia de un grupo de mujeres que ejercen la prostitución callejera a través de la creación de un grupo de apoyo y del desarrollo de sus potencialidades llevando con ello al cambio de su narrativa dominante cargada de connotaciones negativas hacia otra distinta. Una en la que se reflejen sus propias capacidades y fortalezas, de tal manera que ellas mismas se sientan dueñas de su vida y con la suficiente autoría para cambiar su situación y salir de la exclusión socio-laboral en la que se encuentran. La idea principal ha sido el que éstas fueran desde una posición de víctimas (en la que se encontraban al principio) hasta otra de empoderamiento (al final del proceso). Así, con la aplicación del programa sobre Resiliencia, en el grupo de apoyo mutuo se conseguirá brindar una nueva forma de interpretación de las diferentes situaciones que han vivido las mujeres, posibilitando de esta manera que ellas se focalicen en sus potencialidades y no así en sus limitaciones (Bengoa y Espinosa, 2009; Riaño, 2009). La posibilidad de fortalecer las habilidades y capacidades de las mujeres de cara a su inserción socio-laboral ha demostrado la practicidad y adaptabilidad de la Resiliencia en grupos vulnerables, tal y como ya apuntaban en el programa comunitario de víctimas

de violencia de género (Machicao y Aillón, 2009) o en estudios centrados en la promoción de la Resiliencia en el ámbito de la prostitución para la inserción (Gijón y Rubio, 2011).

En base a estos resultados, las mujeres del grupo de apoyo mutuo que van a tener la oportunidad de participar del presente programa de Resiliencia, identificarán algunas características en sus vidas personales como la autonomía, el humor, la empatía, y la importancia de mejorar su autoestima y de establecer metas soñadas pero realistas. Atribuirán así mayor poder a sus fortalezas, sintiéndose capaces de sobrellevar las dificultades que se les presentan y de salir de la situación en la que viven con el objetivo último de conseguir un nuevo empleo. Es decir, se equilibrarán los factores protectores para contrapesar el impacto de los acontecimientos estresantes en la vida o factores de riesgo de tal manera que se produzca un cambio en la orientación del discurso dominante saturado de problemas hacia otra visión de la realidad más positiva en la que se reflejen sus propias fortalezas y características resilientes. En el grupo de apoyo mutuo, para que la intervención sea completa, además de trabajar aspectos internos también se ha contemplado el trabajo con factores comunitarios como la participación de testigos externos, el conocimiento de las leyes y de los derechos. De esta forma se ha contribuido a la formación de la Resiliencia de manera complementaria, recalando así la importancia de trabajar tanto en los factores internos como externos de las personas (Payne, 2002). Fomentar la Resiliencia en estas mujeres puede además repercutir positivamente en sus pautas de crianza como madres, mejorando la Resiliencia también de los niños y contribuyendo al desarrollo de personas con la capacidad de hacer frente a la adversidad.

Por tanto, en la presente intervención se ha tenido la finalidad última de promocionar la Resiliencia como un medio para mejorar la situación socio-laboral de un colectivo en exclusión como es el de las mujeres que ejercen la prostitución a través de un programa innovador que ha incluido las técnicas y procedimientos de la Terapia Narrativa y de la Indagación Apreciativa controladas por la espiral de acción-evaluación de Lewin para conseguir, al menos, igualar los resultados avalados por investigaciones precedentes en las que se refleja como el fortalecimiento de los aspectos positivos ayuda a la re-inserción socio-laboral de los colectivos más vulnerables. En suma, nuestro control metodológico de los cambios así como el abordaje integral de la Resiliencia como concepto teórico, y no como un mero factor más a trabajar, sienta las bases para la consecución de una mayor inserción del colectivo que la ya lograda hasta ahora. Y todo sin necesidad de abordar políticas formativas, sino desde las capacidades inherentes a las

propias personas y el discurso positivo que cambia la concepción de la realidad y por tanto la identidad de las personas en el camino de la igualdad.

No obstante, los trabajos sustentados en este enfoque positivo de potenciación como vehículo de mejora presentan ciertas limitaciones que es necesario tener en cuenta a la hora de la planificación de una intervención de este tipo. Así, debemos tener presente que en un nivel alto de riesgo los factores de protección o no existen o son muy débiles como para proteger la adversidad extrema. Es por esto que se ha de tener mucha precaución con las intervenciones sólo basadas en la perspectiva de las fortalezas, los factores de protección, y la Resiliencia, ya que parece probable que la protección opera más efectivamente en un nivel medio de riesgo, donde la adversidad no es una amenaza vital y los riesgos no son tan potentes como para cambiar el curso de la vida. Asimismo, como sugerencia para intervenciones futuras, se podría conectar con líneas de trabajo ya expuestas en las que se aborda el tema de la formación (Proyecto Equal Lamegui, 2006), pero en este caso no se trataría del aprendizaje de una profesión concreta sino de que mejorasen su conocimiento cultural a nivel general, lo que también contribuiría a ayudarles en su camino a la inserción. Otra mejora podría establecer alianzas con fundaciones y empresas para garantizar alterativas socio-laborales y bolsas de empleo a pesar de que nuestra principal idea no haya sido ofrecerles una alternativa laboral sino el cambio en su propia identidad como forma de salir de la exclusión. Por último es muy importante reseñar que los factores protectores que se trabajan son sólo una propuesta en base a las características y necesidades generales de la población con la que hemos trabajado (prostitución y exclusión social). Pero en el curso de la intervención o incluso en las medidas pre-tratamiento, se podrían plantear otros más interesantes para el grupo de acción siendo necesaria una nueva planificación antes de empezar o una re-planificación del plan que se esté llevando a cabo.

Referencias

- Acuña, C.A. (1996). *Sexo y mujer: Pasado, presente y futuro*. Bogotá: Ed. Planeta.
- Barret, F. y Fry, R. (2010). *Indagación Apreciativa. Un enfoque Positivo para construir capacidad cooperativa*. Montevideo: Xn Consultores.
- Bengoa, J. y Espinosa, M. R. (2009). La Indagación Apreciativa: Una alternativa para crear realidades de libertad y compromiso. *Remo*, 6 (16), 1-6.

- Bermúdez, A., Gaviria, A. M. y Fernández, H. (2007). Estilos psicológicos de personalidad en un grupo de mujeres adultas jóvenes dedicadas a la prostitución “prepago” en la ciudad de Medellín. *Terapia Psicológica*, 25 (1), 25-37.
- Clemente, M. (1992). *Psicología social. Métodos y técnicas de investigación*. Madrid: Eudema.
- Ford-Gilboe, M., Wuest, J., Varcoe, C., Davies, L., Merritt-Gray, M., Campbell, J. y Wilk, P. (2009). Modelling the effects of intimate partner violence and access to resources on women’s health in the early years after leaving an abusive partner. *Social Science & Medicine*, 68, 1021-1029.
- García, M. D. (2010). Conversaciones liberadoras en la intervención psicosocial: Resiliencia y Terapia Narrativa en acción. *Revista de Servicios Sociales y Política Social*, 23, 67-80.
- Gijón, M. y Rubio, L. (2011). Anatomías de la intervención socioeducativa en contextos de prostitución femenina. Disponible en:
<http://www.cite2011.com/Comunicaciones/A+R/178.pdf>
- Grotberg, E. (2001). Nuevas tendencias en resiliencia. En A. Meillo y E. Suárez (comp.), *Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas* (pp. 1-22). Buenos Aires: Paidós.
- Henderson, N. y Milstein, M. (2003). *Resiliencia en la Escuela*. Barcelona: Paidós.
- Lainéz, M. P. (2004). Líneas de actuación actuales para trabajar la inserción laboral y escolar con minorías étnicas. En J. C. Millán (Eds.), *Colectivos en riesgo de exclusión: Inmigrantes, minorías étnicas y perspectiva de género* (pp. 61-118). A Coruña: Gráficas Garabal.
- Lewin, K. (1992). La investigación-acción y los problemas de las minorías. En M. C. Salazar (comp.), *La investigación-acción participativa: inicios y desarrollos* (pp. 13-26). Madrid: Editorial Popular.
- Machicao, A. y Aillón, S. (2009). Fortalecimiento de los factores protectores de la Resiliencia en el ámbito comunitario en mujeres en situación de violencia doméstica. *Ajayu*, 7 (1), 1-27.
- Martínez, A., Sanz, V. y Puertas, M. (2007). Efectos psico-sociales en el ejercicio de la prostitución. *Monografía*, 144, 91-109.
- Montero, I. y León, O. G. (2002). Clasificación y descripción de las metodologías de investigación en Psicología. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 2 (3), 503-508.

- Mori, M. P. (2008). Una propuesta metodológica para la intervención comunitaria. *Liberabit, 14*, 81-90.
- Munist, M., Santos, H., Kotliarenc, M. A., Suárez, E. N., Infante, F. y Grotberg, E. (1998). *Manual de identificación y promoción de la Resiliencia en niños y adolescentes*. Washington: Organización Panamericana de la Salud.
- Payne, M. (2002). *Terapia Narrativa: Una introducción para profesionales*. Barcelona: Paidós.
- Poseck, B. V. (2006). Psicología Positiva: Una nueva forma de entender la psicología. *Papeles del Psicólogo, 27* (1), 3-8.
- Proyecto Equal Lamegui, (2006). La inserción laboral de colectivos desfavorecidos como elemento de responsabilidad social. *Lan Harremanak, 14*, 205-218.
- Riaño, A. C. (2009). La Resiliencia, el enfoque narrativo y las redes sociales: perspectivas para la intervención en trabajo social con familias. Disponible en: <http://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/pela/pl-000376.pdf>
- Roldán, A., Ormaetxea, K., Astrain, K., Labayen, B., Zabala, B., Pérez, M. J., Huarte, M., Azanza, I., Munárriz, J. y San Martín, R. (2003). El oficio de la prostitución en Navarra: Estigmas y modo de vida. Disponible en: http://www.giemic.uclm.es/index.php?option=com_docman&task=doc_view&gid=962&Itemid=60
- Rubio, F. J. (2006). La exclusión socio-laboral de colectivos con dificultades en su acceso al mercado laboral. *Nómadas, 14*, 1-9.
- Seligman, M.E.P. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist, 55* (1), 5-14.
- Solana, J. L. (2005). Mujer y prostitución. Falencias y realidades. En A. Checa y F. Olmos (Eds.). *Mujeres en el camino. El fenómeno de la migración femenina en España* (pp. 221-259). Barcelona: Icaria.
- Villalba, C. (2004). El concepto de Resiliencia: aplicaciones en la intervención social. Disponible en: <http://www.addima.org/Documentos/Articulos/Articulo%20Cristina%20Villalba%20Quesada.pdf>
- Zozaya, C. E., Ferreira, A. B., Martínez, V., Olguín, M. E., Rossi, G., Dumé, C., Valdez, A., Hidalgo, A., Suarez, M., Cruzatte, R., Ureta, P. y Cortez, C. (2009). La promoción de la Resiliencia: Una perspectiva de abordaje de la violencia escolar. Disponible en: http://bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitales/3000/zozayafinal.pdf

ANEXO 1. DETALLE DEL CRONOGRAMA DE LA INTERVENCIÓN (FIGURA 1)

En este apartado se recoge la descripción pormenorizada de la intervención ya expuesta en el presente proyecto para la promoción de la Resiliencia en un grupo de mujeres que ejerce la prostitución callejera. Como ya se ha señalado, la potenciación de la Resiliencia se consigue mediante el reconocimiento de los propios recursos y el uso adecuado del lenguaje, es decir, de lo que se trata es de conseguir cambiar el relato de estas mujeres hacia uno en el que por sí mismas tengan en cuenta sus propias capacidades y fortalezas internas. Para ello, a partir de la utilización de la investigación-acción participativa de Lewin como metodología o estrategia general de actuación a través de una espiral de planificación, acción y observación, reflexión, y re-planificación, se perfila un planteamiento centrado en los paradigmas de la Terapia Narrativa y la Indagación Apreciativa como medio para la consecución de los objetivos. De lo que se trata en definitiva es de basar la intervención en la relación y la mediación desde el grupo de iguales, de tal forma que se forje una red sólida de apoyos que permita el fortalecimiento de la Resiliencia en la medida en que se van descubriendo las fortalezas de las mujeres, se va modificando el discurso hegemónico, y se van potenciando los factores protectores o características resilientes. Así, si somos capaces de conseguir potenciar la Resiliencia estaremos ofreciendo herramientas que ayudarán a la persona a reconstruir el presente y a que se plantee un futuro mejor liderando su propio proceso.

Antes de comenzar con la intervención, es necesario determinar el estado de las mujeres con las que vamos a trabajar, es decir, se debe establecer la línea base a partir de la cual se identifiquen las características de la población presente con el objetivo de comprender mejor el contexto actual y las posibilidades de cambio de la misma pero también a fin de mejorar y ajustar nuestras actuaciones a sus necesidades específicas. Esta medida pre-tratamiento consiste en una entrevista semi-estructurada en la que figurarán preguntas relativas a los datos sociodemográficos (genograma), la educación, los problemas y necesidades, la propia auto-percepción de sí mismas, y aspectos relativos a la inserción laboral (véase anexo 2). Al finalizar la realización de todas las entrevistas, se aplicará un análisis del contenido donde, utilizando una codificación cuantitativa, se analizarán los datos obtenidos de tal manera que se obtenga la cuantificación de los mismos y su frecuencia con el objetivo de extraer la información relevante para el ajuste de nuestra intervención a las demandas específicas de la población objeto de estudio.

Una vez establecida la línea base, se puede pasar a la planificación y posterior ejecución del programa. En un total de 25 sesiones repartidas a lo largo de dos meses (Cronograma) se trabajarán determinadas áreas y acciones con el objetivo de que la población mejore su propia identidad, lo que les llevará a la inserción socio-laboral.

Descripción detallada del Cronograma:

1. El enfoque basado en la promoción y fortalecimiento de la Resiliencia sustenta que la intervención no determina la solución o la forma de dar respuesta a las demandas sino que a través del diálogo y de la activación de redes se busca ampliar la capacidad de reflexión, generar confianza y vínculos de apoyo, re-potenciar recursos, capacidades y fortalezas propias, y la co-creación de propuestas que posibiliten comprender y superar la adversidad. Por tanto, se reconoce que es a partir del encuentro con los otros y de la activación de los recursos particulares y de la red que es posible construir Resiliencia al tiempo que se establecen nuevas relaciones y se re-construyen historias presentes. La Resiliencia puede entenderse como resultado de dicha interacción. Por todo ello, en la presente intervención el primer punto a tratar es la formación de una red de apoyo en el grupo donde se potenciará la comprensión y la capacidad de relacionarse (competencias personales), la cooperación, y la ayuda. Asimismo aumentará de manera indirecta el capital social de las mujeres objeto de la presente intervención. Todo ello mediante el establecimiento de espacios para la reflexión y el diálogo donde se construya socialmente una historia alterna a partir de los recursos y lados fuertes de cada una. Para tal encomienda, en las dos primeras sesiones se aplicarán una serie de dinámicas que tienen como finalidad la formación de relaciones interpersonales dentro del grupo (factor protector externo).

Dinámica 1: El Ovillo de Lana

Objetivo: Favorecer el conocimiento grupal y resaltar como dentro de cada uno de nosotros existen potencialidades que vamos a ir poniendo en práctica durante el transcurso de la intervención.

Materiales: Un ovillo de lana y sillas en círculo.

Desarrollo: El grupo está sentado en círculos sin dejar espacios vacíos. El ovillo lo tiene el responsable de la intervención que será quién comience el juego. Éste se lo lanza a otra persona del grupo sujetando el extremo. Justo antes de pasarlo dice en voz alta: “Me llamo

..... y quiero ofreceros mi (una cualidad personal positiva)”. Quien recibe el ovillo dice su nombre y una cualidad positiva que quiere ofrecer al grupo. Cuando termina lanza el ovillo a otra persona sujetando el hilo de manera que quede más o menos tenso. Cuando todos hayan recibido el ovillo quedará formada una estrella de tantas puntas como participantes. En este momento el investigador destacará como todos somos necesarios para mantener la red tensa y en suma para la consecución de los objetivos del grupo. Es importante tener en cuenta que no se puede lanzar el ovillo ni a los dos de la derecha ni a los dos de la izquierda y hay que tener agilidad a la hora de decir nuestra cualidad positiva para el grupo.

Dinámica 2: ¡Qué Viene el Cartero!

Objetivo: Favorecer el conocimiento entre los miembros del grupo.

Materiales: Sillas en círculo.

Desarrollo: Todos sentados en las sillas excepto una persona que se encuentra de pie en el centro y que es el cartero. El cartero dirigiéndose a la gente del grupo dice: “Una, Dos y Tres” y el resto grita: “¡Qué viene el cartero!”. Ante esto el cartero pronuncia: “Traigo una carta para todas aquellas personas que ... (cosas que afecten a los presentes como que les guste el cine, etc.)”. En ese momento todas las personas que cumplan con el requisito expresado por el cartero deberán cambiar de sitio, momento que aprovechará éste para sentarse. La persona que quede de pie será el nuevo cartero.

Dinámica 3: Imaginando con música

Objetivo: Perder la vergüenza a interactuar con el grupo y sentirse seguros y respaldados de tal manera que se fomente la cohesión grupal.

Materiales: Música.

Desarrollo: El responsable de la intervención divide al grupo de forma aleatoria en tres subgrupos. A cada uno le tocará una canción que escucharán como toma de contacto. Posteriormente decidirán entre los miembros del grupo aquello que les sugiere y lo representarán delante del resto de compañeras.

Dinámica 4: En busca del desconocido

Objetivo: Fomentar la interrelación grupal y el reforzamiento mutuo.

Materiales: El diálogo.

Desarrollo: Dentro del grupo, cada persona deberá buscar a la compañera que le sea más desconocida de tal manera que se intercambien información sobre ellas para saber más la una de la otra. Después de un tiempo de charla, se volverá a realizar una nueva búsqueda. Al finalizar la actividad todas habrán intercambiado conocimientos personales y habrán aprendido las características más importantes del resto.

Se instruirá a todo el grupo, incluido el investigador, en la elaboración de un diario en el que reflexionen sobre lo que se ha estado haciendo en el proyecto, sus impresiones, y sus progresos. Se presenta no sólo como un medio de obtener poder a través del desarrollo de la confianza como guía para la acción y para proporcionar oportunidades de reflexión sobre ésta y nuevos planes, sino también como un reforzador continuo del nuevo relato basado en las fortalezas de cada uno. Así las participantes deberán escribir diariamente sobre sus avances en la intervención para que, de manera continua, queden registrados los cambios en el lenguaje. En definitiva, permite realizar un análisis crítico de la acción y sus efectos como método de observación, y nos sirve como instrumento para evaluar los cambios en la utilización del lenguaje por parte del grupo a lo largo de toda la espiral de acción. Todos los miembros deben mantener diarios en un formato apropiado y similar con una determinada estructura y un ambiente de apoyo. Esto puede conseguirse estableciendo un enfoque previo al inicio de la redacción y procedimientos para las relaciones entre los miembros del grupo cuando compartan sus escritos y se respondan unos a otros. Un entorno de apoyo fomentará la capacidad de crear un diálogo donde se proporcionarán respuestas críticas pero también los recursos del lenguaje necesarios para que los miembros del grupo puedan ir manipulando convenientemente sus textos y avanzando así hacia una visión positiva de sí mismos, repercutiendo en su identidad.

En la primera sesión de evaluación, el responsable de la intervención será el encargado de guiar al grupo en la extracción particular de sus propias ideas reflejadas en el diario de tal manera que se genere una lista común de cambios en el lenguaje. Además las mujeres del grupo deberán responder a una serie de preguntas al finalizar las sesiones dinámicas con el objetivo de poder llevar a cabo el registro continuo de las relaciones (véase anexo 3) mediante la puesta en práctica del test sociométrico. Este será realizado por el investigador que lo mostrará al inicio de la reflexión para su discusión grupal. Al mismo tiempo durante la marcha de cada sesión de acción, el responsable de la misma llevará a cabo el registro anecdótico a través de la observación participante con el fin de tener en detalle las actuaciones que se llevaron a cabo. Este también será debatido en el

grupo. Por tanto, en la tercera sesión de esta primera fase, a partir de estos tres registros o informe narrativo, se realizará la reflexión o evaluación de este primer peldaño de la espiral mediante una discusión grupal en donde se refuerzen los lazos establecidos y la adecuación a la acción de las propuestas.

2. Una vez generados los vínculos en el grupo de apoyo, se comenzará a trabajar en el distanciamiento de los problemas del discurso dominante y en su concepción como productos de las circunstancias y no de su propia personalidad. Desde el enfoque narrativo, en este primer contacto con el discurso hegemónico se tratará de separar la identidad de las personas que nos piden ayuda del problema manifestado por una narración saturada de problemas, y de su externalización. Es decir, lo que se pretende es que las personas de la presente intervención tengan en cuenta los efectos de los problemas en sus vidas, relaciones, afectos y en su autoimagen, así como la influencia de ellas mismas en la construcción y permanencia del problema de tal manera que aprendan a separarlo de su propia identidad. Este proceso hace disminuir la sensación de incompetencia, favorece la colaboración y coloca a las personas en una posición activa, de experto en la resolución de la propia dificultad. El enfoque narrativo anima a las personas a ser desleales con los discursos dominantes de la cultura que les roban autoría y el protagonismo, que les dirigen la vida para que se conformen con la historia saturada de problemas, y les desaniman al hacerles creer que no es posible crear relatos alternativos que cuestionen el orden social establecido. Para la externalización del problema de la conversación saturada de los mismos se van a utilizar dos actividades clave en el desempeño de la presente acción. Por tanto, esta segunda fase se llevará a cabo en un total de dos sesiones, en una se desarrollarán las siguientes dinámicas de la acción y en otra se producirá la evaluación de las mismas mediante la autoformación grupal.

Dinámica 5: Árbol-Problema

Objetivo: Situar el significado de la historia dominante en un marco relacional y social a partir de la interpretación cultural de nuestras propias historias y deconstruir las verdades normalizadoras de la sociedad mediante la detección de los problemas de las participantes. Comenzar a vislumbrar los recursos para hacerles frente.

Materiales: Pizarra y tizas.

Desarrollo: El responsable de la intervención invita a cada miembro de la misma a hablar de sus problemas. Una vez escuchadas todas las descripciones saturadas de dificultades,

entre todos se eligen aquellas comunes en el grupo y que no dejarán de ser las quejas más importantes dentro del colectivo con el que estamos trabajando. Con la elección de los problemas principales se elaborará un árbol en donde cada rama represente un problema fruto de la temática grupal situada en el tronco del mismo. Por último, las raíces representarán las supuestas causas de los mismos. Así por ejemplo, la falta de formación, escasez de recursos económicos, ausencia de apoyo familiar, migración... pueden ser las causas del ejercicio de la prostitución que a su vez desencadena dificultades para encontrar un empleo, problemas con el mantenimiento de una pareja estable, discusiones y engaños con los hijos... Finalmente, se asocian temas de desarrollo como alternativas posibles de solución.

Dinámica 6: ¿Y Quién es Él?

Objetivo: Promover la personalización separando la identidad de la persona del problema. La externalización ayuda a asumir la autoría y a que las personas se sientan capaces de intervenir en sus vidas y en sus relaciones.

Materiales: Papel y Bolígrafo.

Desarrollo: Además de ayudar a las personas a expandir su narrativa inicial más allá de sus propios problemas, el responsable de la intervención les invita a poner un nombre específico a los mismos. Así cada participante bautizará su principal problemática de tal manera que al dirigirse a ella lo hará en tercera persona identificándole de forma clara como producto de las circunstancias y no de sus propios procesos internos y personalidad.

Para finalizar con este ciclo de acción dentro de la espiral introspectiva de Lewin se realizará una nueva sesión en donde se llevará a cabo la reflexión grupal a partir de los tres registros o informe narrativo fruto de la observación participante de la ejecución de la acción (registro anecdótico), las relaciones establecidas (test sociométrico) y los cambios en el lenguaje (elaboración del diario). En esta fase y durante el resto de procesos de evaluación, el responsable de la intervención irá guiando al grupo para que cada vez, de manera más autónoma, sea capaz de extraer por sí solo la información relevante acerca de los cambios del lenguaje. Es decir, cada día un miembro hará las veces de anotador de la información relevante de cada escrito, guiando el proceso y asegurándose que se llega al consenso grupal. El investigador actuará como auxiliar de tal modo que refuerce positivamente las narraciones y haga sugerencias para un mayor cambio en el estilo alejándose de los problemas y focalizándose en las fortalezas. No obstante, la elaboración

del test sociométrico y el registro anecdótico serán elaborados durante toda la espiral por el responsable de la intervención, quién mostrará las conclusiones al grupo durante la fase de discusión. Ésta también tiene que llegar a ser progresivamente más autónoma y activa por parte del grupo de tal manera que compartan sus ideas, conocimientos, experiencias, piensen juntos, y analicen las informaciones evaluando la adecuación de sus prácticas y la consecución o no de los objetivos.

3. Tras la externalización del problema, la intervención se dirige ahora hacia las historias de éxito de las participantes de tal manera que se vean a sí mismas capaces de desafiar el discurso cultural hegemónico. Ahora tienen la posibilidad de abrirse a una nueva historia al margen del problema a partir de desenlaces inesperados en el pasado y de sus propias fortalezas clave. Según la Indagación Apreciativa y coincidiendo con el enfoque narrativo, el que las personas se visualicen triunfantes ante la adversidad tiene un efecto positivo en la acción y en el resultado final y, ante esto, en esta fase lo que se pretende es que las personas reflexionen sobre lo mejor de su pasado sin la presencia del problema con el objetivo de encontrar los factores y condiciones que las hicieron realidad. Se trata de la narración de relatos extraordinarios donde el problema ha salido derrotado o se ha mantenido alejado, de tal forma que se recuperen experiencias olvidadas pero cruciales para cuestionar las historias saturadas de problemas. Esta deconstrucción permite que la descripción se fortalezca en lugar de disolverse y que las mujeres contemplen su experiencia con una mayor perspectiva sentando las bases del cambio futuro. Así mismo permite trabajar el siguiente factor protector de la Resiliencia, las expectativas de auto-eficacia, o creencias de las personas acerca de sus propias capacidades para el logro de determinados resultados. Para extraer las historias de éxito de las protagonistas así como para poder trabajar sus fortalezas clave o expectativas de auto-eficacia se postulan las siguientes actuaciones en una única sesión.

Dinámica 7: Cuéntame cómo te ha ido

Objetivos: Extraer los desenlaces inesperados y las fortalezas clave comunes presentes en las historias de éxito o conversaciones liberadoras.

Materiales: Los propios recuerdos del pasado exitoso.

Desarrollo: Por parejas se descubrirán a través de conversaciones liberadoras las fortalezas claves de cada uno. Se trata de que se cuenten mutuamente historias del pasado en la que los desenlaces fueron positivos gracias a sus propias fortalezas y capacidades

internas. Así cada uno se encargará de extraer las causas o factores subyacentes de éxito de su compañero para que, posteriormente, al ponerse en común de manera grupal, cada persona explique la historia de su pareja en vez de la suya propia reafirmando a ésta en sus propias fortalezas y expectativas. Finalmente, entre todos se elegirán los factores más destacados para trabajar en un futuro.

Dinámica 8: Yo puedo, yo soy capaz

Objetivos: Trabajar las expectativas de auto-eficacia de manera grupal como factor protector de la promoción de la Resiliencia.

Materiales: Diario de registro del lenguaje.

Desarrollo: A partir de la extracción de las fortalezas clave comunes en las historias de éxito del grupo, de manera individual, cada una de las participantes deberá escribir en su diario una narración personal donde se incluyan acciones desarrolladas por ellas mismas en su vida diaria y en las que se reflejen las expectativas de autoeficacia propias. Posteriormente se leerán en público y se buscarán alternativas o soluciones grupales que fomenten las expectativas de autoeficacia que cada una cree no poseer de tal manera que entre todas aumenten la percepción de competencia de ellas mismas.

En la reunión siguiente se llevará a cabo la reflexión grupal a partir del informe narrativo o registros del lenguaje, de las relaciones, y de la acción. Nuevamente y cada vez de manera más autónoma, un miembro del grupo será el encargado de realizar el registro común de las ideas propias de cada diario y, a partir de los datos obtenidos por el investigador en base a las relaciones y a la ejecución de la acción, se llevará a cabo la discusión grupal en donde cada vez los participantes deberán ir tomando mayor peso y relevancia a la hora de determinar la adecuación de la intervención y la consecución de sus propósitos.

4. Teniendo ya presentes las fortalezas clave de cada uno, según la Indagación Apreciativa, la conversación se mueve ahora hacia imaginar nuevas posibilidades dentro del estado ideal que se desea. El propósito es propiciar el surgimiento de historias nuevas sobre todo lo que podría ser en un futuro basado en las propias potencialidades. Es el momento de alentar los sueños y colaborar en la construcción de futuros nuevos, de imaginar cómo será la vida sin la influencia del problema. Desde la terapia narrativa se habla de que alentar a las personas a que sueñen la vida es uno de aspectos más

importantes de la intervención social ya que conversar acerca de los deseos futuros ayuda a determinar los objetivos de la misma y a decidir de forma colaborativa que hacer para avanzar hacia el sueño, proporcionándonos además indicadores de utilidad de la intervención para la vida de las personas. Las posibilidades de los sueños se basan por un lado en el convencimiento de que en algún momento se ha podido vivir de ese modo (acontecimientos extraordinarios) y por otro lado en los recursos y fortalezas que surgen cuando somos capaces de conocer a la persona al margen del problema. A partir de una única sesión de acción se pondrán en marcha las siguientes dinámicas donde la prioridad será propiciar un diálogo para crear las realidades futuras deseadas a partir de las fortalezas clave.

Dinámica 9: El Mañana es Ahora. Preguntas Milagro

Objetivos: Generar imágenes del estado ideal que realmente se desea.

Materiales: Imaginación y Creatividad basada en las propias fortalezas.

Desarrollo: El responsable de la intervención lanza la siguiente frase: “Supón que una de estas noches, mientras duermes, ocurre un Milagro y no te enteras de que ha ocurrido porque estás dormido. Al despertarte, todo es como siempre soñaste.” A partir de ahí, y en grupos de 5 personas, los participantes deberán describir lo que ven, lo que está pasando, quién está presente en ese estado deseado, cómo se reflejan sus potencialidades, cómo contribuyen sus fortalezas a ese futuro.... Todo tal y como desean que ocurriera en caso de hacerse realidad. Posteriormente cada grupo debe buscar la forma de presentar esas imágenes de futuro al resto, bien a través de representaciones teatrales, canciones, poesías, mímica...

Dinámica 10: Mapa de Oportunidades

Objetivos: Articular los elementos comunes del futuro preferido.

Materiales: Pizarra y tizas.

Desarrollo: A partir de las aspiraciones futuras de cada grupo, de manera conjunta y mediante una tormenta de ideas se extraen aquellas comunes para el cambio deseado basadas en la actuación de las fortalezas grupales. Es decir, se trata de establecer una lista con los sueños compartidos del futuro que se quieren trabajar.

En la segunda sesión de esta fase se realizará la evaluación grupal fruto del registro autónomo de los cambios en el lenguaje, la elaboración del test sociométrico, y la observación participante del responsable de la acción.

5. A partir de las dimensiones imaginadas por el grupo para la consecución de su futuro deseado, vamos a desarrollar la forma que permita que la capacidad cooperativa necesaria haga realidad estos resultados imaginativos de manera auto-organizada. Diseñar supone crear los fundamentos sobre los cuales las estructuras guía son construidas. Es decir, los elementos comunes de cambio y los mejores deseos de la fase anterior van a generar principios que se convertirán en los cimientos y elementos estructurales cruciales desde los que llevar a cabo los proyectos que permitan la consecución de dicho futuro deseado. De lo que se va a tratar es de transformar los sueños compartidos en acciones que se puedan realizar a partir de nuestras capacidades y fortalezas. Desde la Indagación Apreciativa se plantea que el trabajo principal en esta etapa es priorizar las áreas para el cambio y desarrollar ideas directamente implementables y organizadas para la consecución de la acción. A partir de un total de dos sesiones, en la primera de ellas se va a poner en marcha la siguiente actividad para establecer las actuaciones necesarias para la consecución del futuro deseado.

Dinámica 11: Dime Qué Hacemos. Proposiciones Provocativas

Objetivo: Establecer las guías que motiven la expansión de la capacidad cooperativa actual hacia el logro de lo que ahora es deseado.

Materiales: Pizarra y tizas.

Desarrollo: Se pide a los participantes que generen iniciativas posibles de cambio de manera grupal a partir de la siguiente cuestión ¿Qué tipo de proyectos, iniciativas o cambios serían de más apoyo para nuestra visión compartida del futuro ideal? Los miembros del grupo dialogan sobre qué elementos pueden necesitarse para soportar su futuro preferido o lista compartida de oportunidades de innovación. Posteriormente, el trabajo principal consistirá en elaborar un guión donde se prioricen las áreas para el cambio y se desarrolle declaraciones de aspiración que describan los aspectos tal y como deberían de ser. Estas proposiciones son motivantes y están escritas en presente como si estuvieran ya sucediendo.

En la próxima reunión se desarrollará la discusión conjunta y autónoma mediante la autoformación grupal con objeto de reflexionar acerca de los cambios y de la adecuación de la espiral en sus planteamientos.

6. Además de trabajar la modificación del discurso dominante hacia otro dirigido al futuro deseado más allá de los problemas y vulnerabilidades, para la potenciación de la Resiliencia es necesario tener en cuenta la necesidad de fortalecer las habilidades personales de estas mujeres con el objetivo de que se contemplen a sí mismas como dueñas de su vida y sintiéndose capaces de sobrellevar las dificultades que se les presentan. Un programa diseñado para fomentar la Resiliencia debe incluir el refuerzo de los factores protectores que se hayan visto mermados por las condiciones específicas de cada colectivo. En este caso, se van a trabajar aquellas características resilientes que, fruto de la situación de exclusión de nuestro grupo, se encuentran gravemente disminuidas con la finalidad de dotar de herramientas de autoconocimiento personal a las mujeres que les permitan ser conscientes de sus propias capacidades y también ser capaces de liderar sus procesos y generar Resiliencia. Durante las fases anteriores ya se han trabajado tanto factores protectores externos como son las redes sociales de apoyo mediante la formación de un grupo de trabajo cohesionado y en el que se han establecido relaciones interpersonales de ayuda y cooperación, como factores protectores internos como son las expectativas de autoeficacia a través de la interiorización de las propias fortalezas clave que incrementan la motivación por el cambio. No obstante, como se perfilaba en los primeros apartados de la presente intervención, las mujeres que ejercen la prostitución se caracterizan por tener una baja autoestima, una autoimagen y autopercepción devaluada por la estigmatización y la carencia de competencias personales en la resolución de conflictos, y problemas de empatía, de asertividad, y de manifestación de sus propias emociones positivas. Por ello, estos serán los rasgos protectores que se trabajarán en esta fase de la espiral. No obstante también se fomentarán de manera indirecta como consecuencia de la ejecución del grupo de acción la autonomía, la independencia, la creatividad, y la esperanza, y se disminuirá el estrés y la desconfianza. Así pues, en un total de ocho sesiones incluyendo la última reunión para la evaluación o reflexión grupal, se van a llevar a cabo las siguientes actividades.

Dinámica 12: Pequeña Miss Sunshine (Emociones positivas)

Objetivos: Fomentar el optimismo, la risa, y el humor que tan necesarios son en la vida cotidiana de estas mujeres para potenciar la Resiliencia.

Materiales: Película “Pequeña Miss Sunshine” y video reproductor.

Desarrollo: Durante dos sesiones se visionará dicha película de corte humorístico pero en donde también se reflejan la importancia de los factores emocionales, problemas de convivencia, formas de hacer frente a las dificultades... Al finalizar la misma se hará un pequeño coloquio donde cada una muestre sus impresiones.

Dinámica 13: Recuperándome a mí mismo (Autoestima)

Objetivos: Comprender qué es la autoestima, qué cosas le afectan o la dañan y cómo podemos protegerla y mantenerla.

Materiales: Hojas de papel en blanco y listado de frases que quitan o devalúan la autoestima y de frases que la recuperan o aumentan.

Desarrollo: El responsable de la intervención entregará una hoja en blanco a cada miembro del grupo enseñándoles que ésta representa su autoestima y que todos los días nos suceden cosas que afectan a cómo nos sentimos con nosotros mismos. A continuación se les explicará que se van a leer una serie de frases y que en función de cuánto afecte dicha idea a su propia autoestima deberán arrancar un pedazo más o menos grande de la hoja en blanco. Cuando se finalice con la lista negativa, se les indicará que ahora deben ir reconstruyendo los pedazos de su autoestima en función de cuánto aumenta ésta con las siguientes ideas que la refuerzan. Finalmente cada uno deberá reflexionar acerca de su autoestima resultante y buscar al menos tres formas diarias de hacer que aumente. Estas serán puestas en común para que sirvan de base potenciadora de la autoestima de todas las participantes.

Ej. de frases que disminuyen la autoestima a diario: He discutido con mi pareja como consecuencia de mi profesión.

Ej. de frases que incrementan la autoestima de forma continua: Mis hijos me muestran su cariño y comprensión.

Dinámica 14: Caricias por escrito (Autoestima)

Objetivos: Propiciar el manejo del lenguaje escrito, permitir el intercambio emocional, y ayudar al fortalecimiento de la autoestima de todo el grupo.

Materiales: Hojas de tamaño pequeño y lápices.

Desarrollo: Se solicita a cada miembro del grupo que coja tantos folios como compañeras tiene y que escriba el nombre de cada una de ellas en el inverso de cada una de las hojas. Por el reverso escribirá en dos o tres líneas un pensamiento positivo fortalecedor de las capacidades positivas que cree que posee la compañera designada en cada papel. Al finalizar serán entregados a sus propietarias para su lectura e interiorización. Finalmente cada una de las integrantes mostrará al resto como ha visto aumentada su autoestima y la valoración que ahora hace de sí misma. Es a partir de este amor propio que una persona le resulta más fácil atravesar situaciones adversas, sin dejarse influenciar tanto por lo que pasa a su alrededor.

Estas dos dinámicas serán realizadas en una única sesión de trabajo con el fin de trabajar la potenciación de la autoestima que tan importante es para conseguir mejorar sus propias capacidades personales y salir de su situación de exclusión.

Dinámica 15: Clínica del Rumor (Estigmatización)

Objetivos: Lograr mejorar la autoimagen y autopercepción a partir de ayudar a las personas a liberarse de la culpa y la autocensura fruto de la sociedad.

Materiales: Legislación vigente que regule el trabajo de la prostitución y las políticas de empleo actuales.

Desarrollo: De manera grupal y en una única reunión, las mujeres abordarán como consecuencia de su propia experiencia personal las creencias sociales acerca de su profesión, los estereotipos y prejuicios que recaen sobre ellas, y las políticas de género, igualdad, prostitución y empleo que actúan en el presente. De esta manera se reflejará la distorsión de la información referente a su propio colectivo y entre todas se buscarán soluciones que pasen por concebirse como personas con los mismos derechos que el resto de la sociedad con independencia del ejercicio de su profesión.

Dinámica 16: Los planetas (Resolución de problemas)

Objetivos: Aprender a solucionar los conflictos de tal manera que se aumenten las capacidades personales frente a los problemas.

Materiales: Capacidad de reflexión y de extrapolación de ejemplos.

Desarrollo: En una sesión se divide a los participantes en tres grupos iguales. Cada grupo serán los habitantes de un planeta con características diferentes. Así unos serán muy religiosos y tendrán una estructura social jerárquica donde prima el bienestar de los más

ricos, otros tendrán como objetivo el ser felices de manera igualitaria y liberal, y el último grupo destacará por proteger al máximo su territorio. El responsable de la intervención planteará un problema al que deben llegar a un acuerdo entre los tres planetas, por ejemplo, la insuficiencia de agua para abastecer a los tres territorios. Al finalizar la actividad se producirá un coloquio donde cada una de las mujeres expresen sus sentimientos y actitudes puestas en marcha. Así mismo se extrapolará a la vida diaria y a los problemas cotidianos buscando soluciones a los mismos de una manera creativa.

En un total de dos sesiones, se trabajarán las condiciones necesarias para que el colectivo con el que se trabaja aumente su propia autoimagen y autopercepción.

Dinámica 17: Estudio de Casos (Empatía)

Objetivos: Hacer florecer inquietudes y desarrollar la empatía en el grupo.

Materiales: Texto donde se refleje una problemática del colectivo.

Desarrollo: Se entregará un texto narrado por una persona semejante al grupo y que haya vivido una problemática similar a nuestras participantes, por ejemplo, desvinculación familiar, migración, dificultad para acceder a un empleo.... Posteriormente, tras su lectura y de manera grupal se contestarán una serie de preguntas que hagan hincapié en la necesidad de ponerse en el lugar del otro.

Dinámica 18: Cómo expreso mis sentimientos (Asertividad)

Objetivos: Aprender a describir y a expresar las emociones de una manera deseada.

Materiales: Pizarra y tizas.

Desarrollo: El responsable de la intervención pide a las mujeres del grupo que a través de una tormenta de ideas digan los sentimientos que experimentan con más frecuencia y los anota en la pizarra. A continuación, en pequeños grupos, cada uno se encargará de expresar al resto los sentimientos anotados según su particular visión de los mismos. Una vez que acaben todos los grupos, se analizarán entre todos aquellas emociones que mejor se expresan y en cuáles se tiene mayor dificultad de tal manera que se refuerce la postura emocional de la asertividad.

Estas dos dinámicas se ejecutarán en una única actuación conjunta.

Dinámica 19: Reconstruyendo mi Propia Identidad

Objetivos: Reforzar los factores protectores trabajados en la intervención.

Materiales: Diario de registro del lenguaje.

Desarrollo: Se instruye a las participantes a generar expresiones del tipo “yo tengo” “yo soy/estoy” y “yo puedo” generándose expresiones acerca de sus propias competencias personales a partir de verbalizaciones en las que aparecen los distintos factores de la Resiliencia trabajados.

Ej: Yo tengo el apoyo de mis compañeras.

Ej: Yo puedo llevar a cabo las acciones planteadas para conseguir mis objetivos.

Ej: Yo soy lo suficientemente buena como para rendirme ante los estereotipos.

Esta práctica se trabajará en una sesión que hará las veces de cierre de la acción antes de la evaluación de esta fase de la intervención.

Finalmente, en una última sesión se llevará a cabo la reflexión grupal a partir de los tres registros o informe narrativo en el que se reflejan los cambios en el lenguaje, en las relaciones, y en la acción durante la implementación de todas las actuaciones que conforman esta fase de la espiral introspectiva.

7. Como ya sabemos, el abordaje de la Resiliencia señala que para promoverla debemos trabajar en el marco narrativo personal, comunitario, y cultural ya que el significado otorgado a la adversidad se construye socialmente (García, 2010). Es decir, en la formación de la Resiliencia no sólo intervienen factores verbales de la propia experiencia sino que también se genera a partir de factores afectivos mediante la presencia de otros significativos y de factores comunitarios mediante el reconocimiento de la sociedad de los procesos resilientes desarrollados. Es en la interacción de los sujetos donde se construyen los significados dominantes en cada individuo pero también es en esta red social en donde se puede propiciar la potenciación de los recursos que poseen. Desde la Terapia Narrativa se plantea que para que se produzca el cambio del discurso y el fortalecimiento de los elementos protectores es necesario que la nueva historia sea legitimada y reconocida por la comunidad. Las historias se refuerzan y enriquecen si se tienen en cuenta a las personas significativas para los sujetos. Por eso, un paso importante en la construcción de narrativas liberadoras es ayudar a las personas a que revisen, identifiquen, y decidan a qué grupos de pertenencia se van a invitar a acompañarles en la historia alternativa que define

ahora su identidad. Esto provoca una transición social de un estatus de vulnerabilidad a otro de capacidad. Se anima a las personas a compartir con los suyos sus propios logros. Así mismo hay que buscar que la nueva historia sea apoyada por la comunidad. Las conversaciones que ayudan a re-integrar socialmente el discurso potenciador animan a que se haga uso del nuevo conocimiento construido para ayudar a otras personas que estén pasando por situaciones similares de adversidad. En este sentido se promoverá uno de los factores protectores más potentes en el fortalecimiento de la Resiliencia, el altruismo o interés de las personas y colectivos por buscar formas de que su experiencia pueda servir para generar bienestar comunitario. Del mismo modo también se recuperará de manera indirecta el ritmo social al involucrarse el grupo en la sociedad y relacionarse con gente que no pertenezca al mundo de la prostitución (factor protector externo). Por todo ello, esta fase de la intervención se centra en la modificación de la percepción del relato dominante que presenta el círculo próximo de nuestras mujeres así como el de la sociedad a nivel general con el objetivo de reforzar el nuevo lenguaje positivo de nuestro grupo. A partir de dos sesiones de acción, se van a poner en marcha las siguientes prácticas.

Dinámica 20: Juntos Podemos

Objetivos: Conseguir que la nueva historia potenciadora sea legitimada, reconocida, y compartida por su grupo afectivo.

Materiales: Grupo de significativos.

Desarrollo: Se trata de que en un día establecido, cada miembro del grupo acuda a la intervención con aquella gente de su círculo más próximo con la que le gustaría compartir las nuevas narrativas de su vida (amigos, compañeras, familiares...). Una vez reunidos tanto las mujeres del grupo como sus significativos, cada una de las participantes contará su nueva visión de la realidad al resto de testigos. Cada vez que acabe una de nuestros sujetos, sus personas allegadas podrán compartir sus propios recuerdos con la persona, no para cuestionar o restar importancia a su relato sino para reforzarlo con las resonancias que les produce. Así mismo el responsable de la intervención debe interesarse por la persona que más se alegra del triunfo y está dispuesta a cambiar su propia visión de la situación, la que menos se sorprende porque siempre creyó en su fortaleza, la que más ha tenido que ver con que la habilidad o conocimiento se haya desarrollado, aquellas que no confian plenamente en la hegemonía del nuevo relato... De esta forma se modificará también la historia dominante de su grupo más cercano.

Dinámica 21: Hablando para el mundo entero

Objetivos: Ayudar a otras personas que estén pasando por situaciones similares de adversidad para reintegrar socialmente el discurso positivo.

Materiales: Auditorio con personas que también se encuentran en exclusión.

Desarrollo: A partir del contacto con otras asociaciones, comunidades, o grupos de apoyo donde se trabajen situaciones de vulnerabilidad, desempleo, marginación... nuestras participantes hablarán sobre sus logros y su nueva visión de la realidad ante un conjunto real de personas que nada tienen que ver con su círculo próximo. La realimentación y valoración recibida les permitirá juzgar el éxito o el fracaso de sus esfuerzos en base a las reacciones con que se encuentren. Además se conseguirá difundir a nuevos colectivos de la sociedad el mensaje de la Resiliencia y que se convierta en parte de ellos mismos.

En la tercera reunión se evaluará de manera autónoma este peldaño de la espiral mediante una reflexión grupal fruto de las conclusiones extraídas en el informe narrativo respecto a los cambios del lenguaje, de las relaciones, y de la acción.

8. Finalmente, la última etapa de la intervención tiene como propósito el asegurar que los sueños compartidos y las áreas para el cambio puedan realizarse mediante el diseño y la planificación de acciones concretas que lleven a los resultados deseados. Para hacer esto, la Indagación Apreciativa propone que las participantes deben auto-organizarse y comprometerse a realizar actuaciones, pruebas, y proyectos que moverán la realización real de ese futuro preferido. También deberán considerar cómo expandirán su involucramiento en las iniciativas a otros que puedan no estar presentes pero cuya experiencia en el tópico a llevarse a cabo es valiosa. Aquí los cambios organizacionales van a provenir de un movimiento totalmente espontáneo en el que normalmente los grupos crean planes para continuar juntos y consideran cómo comprometer a otros que hasta el momento no han participado del proceso. De esta forma, la capacidad cooperativa se ve aumentada no sólo a lo largo del proceso sino también a partir del resultado global en el que los miembros auto-organizados y los proyectos concretos de cambio que se inician están concentrados en la promoción de la Resiliencia. Las iniciativas planteadas estarán dedicadas a implementar acciones de cambio que las participantes creen poder conseguir para alcanzar la visión compartida de lo que pueden lograr. En conclusión, en esta fase se llevará a cabo la planificación de las acciones a desempeñar a partir de las fortalezas de cada uno y las del grupo en general para la consecución del futuro deseado

mediante la puesta en marcha de un proyecto común. Del mismo modo, se cerrará la espiral de acción a partir del reforzamiento y adhesión a los aspectos trabajados en la misma. Así a partir de un total de tres sesiones incluyendo la evaluación grupal, se realizarán estas dos actividades.

Dinámica 22: Dime cómo lo hacemos

Objetivos: Planificar las acciones para la consecución del futuro deseado.

Materiales: Pizarra, tizas y el propio diario personal de cada participante

Desarrollo: El grupo, a partir de las declaraciones de aspiración o proposiciones provocativas ya realizadas con anterioridad, realizará mediante un debate grupal la planificación de las acciones concretas que se presentarán en un plan de implementación a partir del cual poder alcanzar el futuro soñado. Este proyecto de futuro será transscrito por cada una de las componentes del grupo a su diario de registro para poder consultarlos siempre que lo necesiten y para asegurarnos de su cumplimiento y mantenimiento a lo largo del tiempo en el camino de la Resiliencia.

Dinámica 23: Una espiral para recordar

Objetivos: Cierre y realimentación real del aprendizaje constructivo.

Materiales: Todo lo necesario para preparar una fiesta.

Desarrollo: El grupo entero será protagonista de la celebración de su nuevo futuro. Entre todos se preparará una pequeña fiesta en donde se tendrá tiempo para la diversión y la dispersión pero también para reforzar el propio relato de sí mismas y la adhesión al grupo. También podrán invitar a aquellas personas que participaron en la fase anterior y que son significativas para compartir su experiencia.

En la última sesión de reflexión grupal procuraremos no sólo evaluar la ejecución de la última fase mediante los registros de los tres cambios sino que, de manera autoformativa, revisaremos e interpretaremos aquello que se ha aprendido y lo que todavía falta por adquirir valorando la finalidad y la calidad del trabajo realizado. De esta manera contribuiremos a que el aprendizaje sea auténtico y a que se convierta en parte de ellas mismas fomentándose la Resiliencia como parte de su identidad.

Tras la finalización de toda la espiral de acción se aplicarán una serie de medidas post-tratamiento con el objetivo de comprobar los cambios efectuados en la identidad de

las personas durante la implementación de la misma y la consecución de la promoción de la Resiliencia a lo largo del tiempo, para lo cual también se realizarán una serie de seguimientos de los efectos producidos por las acciones en el colectivo de mujeres que ejercen la prostitución. De forma concreta, en primer lugar se volverán a realizar las entrevistas individuales semi-estructuradas del inicio de la intervención para que, a través de un análisis cualitativo de las mismas, se pongan de manifiesto los cambios en la autopercepción personal, su nueva visión de los problemas presentes, la disponibilidad de recursos, la utilización de sus propias competencias y fortalezas en llevar a cabo su proyecto futuro y los intentos por cambiar de ocupación. Para esto lo compararemos con los datos encontrados en la línea base y con los obtenidos en las diversas evaluaciones del proceso. Además, al mismo tiempo realizaremos una última revisión del diario de tal forma que podamos contemplar los progresos efectuados en el discurso de las personas a lo largo del tiempo. Por último, se llevarán a cabo un total de cuatro seguimientos de los logros conseguidos, el primero será de forma presencial a los 3 meses de la finalización de la intervención, el segundo se fijará a los 6 meses y se ejecutará por vía telefónica (para evitar perder población), el tercero se llevará a cabo a los 12 meses a partir de una reunión presencial e individual, y por último, a los 18 meses se volverá a contactar por teléfono con todas las integrantes del grupo para cerciorarnos del mantenimiento de la Resiliencia.

ANEXO 2: MEDIDA PRE/POST-TRATAMIENTO

ENTREVISTA SEMI-ESTRUCTURADA

1. Nombre:
2. Edad:
3. Sexo: (La presente intervención está diseñada exclusivamente para mujeres sin incluir ningún tipo de transexualidad debido a que las variables a trabajar se verían modificadas en algunos aspectos)
4. Estado civil:
5. Grupo étnico/nacionalidad:
6. Ingresos económicos:
7. Situación de pobreza:

8. Composición del hogar y de la familia actual y en la infancia:
9. Genograma actual y pasado:
10. Familiares a su cargo:
11. Tipo de vivienda:

12. Migración:
13. Tiempo de residencia en España:
14. Situación de legalidad:
15. Dominio del idioma:

16. Nivel educacional/estudios realizados:
17. Experiencia laboral:
18. Inicio en el mundo de la prostitución ¿Por qué?:

19. Principales problemas:
20. Necesidades y carencias:
21. Recursos disponibles (apoyo, medios para resolver problemas...):

22. Propia auto-percepción:
23. Cualidades positivas/negativas:
24. ¿Te gustaría un nuevo empleo? ¿Has intentado otra ocupación mediante la búsqueda de trabajo? ¿Tienes otro empleo?
25. Proyecto de futuro personal/social/laboral:

ANEXO 3: TEST SOCIOCÉTRICO

El test sociométrico trata de analizar y medir las relaciones humanas de carácter afectivo en grupos de no más de treinta personas. Mediante esta técnica, se pueden analizar las relaciones de atracción y rechazo, la percepción de las relaciones afectivas positivas entre dichos miembros y la percepción de las relaciones afectivas negativas, además de conocer las características de los miembros del grupo, saber el status sociométrico de un conjunto de sujetos, averiguar las tensiones existentes en los grupos, y conocer el dinamismo y la transformación de los grupos (Clemente, 1992). Su aplicación se divide en los siguientes pasos:

Primer Paso: Recogida de la Información

Nombre:

Indica a aquellas tres compañeras del grupo a las que elegirías para llevar a cabo las acciones realizadas en esta fase de la intervención.

- a)
- b)
- c)

Indica a aquellas tres compañeras del grupo a las que NO elegirías para llevar a cabo las acciones realizadas en esta fase de la intervención.

- a)
- b)
- c)

Indica a aquellas tres compañeras del grupo que crees que te han elegido para llevar a cabo las acciones realizadas en esta fase de la intervención.

- a)
- b)

c)

Indica a aquellas tres compañeras del grupo que crees que NO te han elegido para llevar a cabo las acciones realizadas en esta fase de la intervención.

a)

b)

c)

Segundo Paso: Matriz Sociométrica

Se trata de una matriz cuadrada $N \times N$ donde N es el número de sujetos. Cada una de sus filas indica las emisiones que realiza cada sujeto mediante una E, mientras que en cada columna se sitúan las recepciones de dichos sujetos, R. La percepción de elecciones se señala mediante () y la de rechazos con []. Con esta disposición se observa rápidamente la situación social de cada sujeto.

Tercer Paso: Sociograma

No es más que la representación gráfica de los resultados obtenidos en el paso anterior. En él se puede observar la posición de todos los miembros del grupo y las relaciones existentes. Se pueden juntar varias preguntas en un mismo Sociograma o hacer uno para cada una de las preguntas.

Estas figuras serán las utilizadas para la reflexión grupal de cada una de las acciones de la espiral junto con los cálculos posteriores.

Cuarto Paso: Índices Sociométricos

Individuales:

1. Pop: Indica lo popular que es cada sujeto (Popularidad).
2. Ant: Indica lo antipático que es cada sujeto (Antipatía).
3. CA: Grado de conexión que posee cada individuo con el resto del grupo (Conexión Afectiva).

4. SS: Indicativo del aprecio que recibe cada persona dentro del grupo, lo que permite determinar la posición que ocupa cada miembro (Status Sociométrico).

Grupales:

1. IA: Valor de la unión que se produce entre los miembros del grupo (Índice de Asociación).
2. ID: Contempla el grado de disociación o enfrentamiento que se produce en el grupo (Índice de Disociación).
3. IC: Grado de correspondencia recíproca de elecciones positivas en comparación con el total de emisiones del grupo (Índice de Coherencia).