

unir

UNIVERSIDAD
INTERNACIONAL
DE LA RIOJA

Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Educación

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

Trabajo fin de grado presentado por:

Juana M^a Tubío Ordóñez

Titulación:

Grado en Trabajo Social

Línea de investigación:

**Empírica-Descriptiva-Explicativa-
Cualitativa**

Director/a:

M^a Jesús Martínez Pestaña

Ciudad: SANTIAGO DE COMPOSTELA

Fecha: 24 de julio de 2013

Firmado por:

CATEGORÍA TESAURO: 3.4.4. INTERVENCIÓN SOCIAL

ÍNDICE

	Pág.
1. INTRODUCCIÓN	4
1.1. Justificación del tema	5
1.2. Planteamiento del problema	8
1.3. Objetivos	9
2. MARCO TEÓRICO	10
Creencias irracionales basadas en patrones culturales y de género	11
Sentimiento de valía personal	12
Estrategias para enfrentarse a los problemas	15
Estado de ánimo positivo	16
Capacidad de sentirse personas con derechos que deben ser respetados	17
Roles estereotipados que conllevan patrones de sumisión	21
Expectativas de las mujeres respecto al programa	23
Satisfacción por haber realizado el programa	23
Utilidad de la intervención realizada según las mujeres	24
Establecimiento de relaciones más abiertas y desarrollo de otros aspectos personales que el maltrato puede haber anulado	24
Satisfacción hacia la vida que tienen las mujeres como resultado de haber realizado el programa	25
3. MARCO METODOLÓGICO	26
4. DISCUSIÓN CRÍTICA DE LOS RESULTADOS	29
5. CONCLUSIONES	46
6. LIMITACIONES Y PROSPECTIVA	49
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	50
8. ANEXOS: ÍNDICE	52
ANEXO I: MODELOS DE CUESTIONARIOS	52
ANEXO II: INDICE DE TABLAS	62
ANEXO III: INDICE DE GRÁFICOS	65
ANEXO IV: ÍNDICE DE TABLAS COMPARATIVAS Y ESCALAS	70

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

RESUMEN

El fenómeno de la violencia contra las mujeres con discapacidad proviene tanto de sus parejas, exparejas, pero también se detecta que hay cuidadores/as u otros familiares, así como personal cuidador de centros/residencias, vulnerándose derechos fundamentales. El objetivo de esta investigación era conocer el impacto social y la evolución de las mujeres con discapacidad que participaron en el programa durante los años 2011 y 2012 en la asociación ACADAR (Asociación de Mulleres con Discapacidade de Galicia). Esto ayudará en la toma de decisiones de la puesta en marcha de futuros programas de intervención. Para ello se realizó una formación al personal profesional y se pasaron los cuestionarios a las mujeres con discapacidad necesarios para realizar el estudio del impacto social a través de las entrevistas realizadas.

PALABRAS CLAVE

Violencia-Mujeres con discapacidad-Intervención Social-Impacto-Evaluación

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

1. INTRODUCCIÓN

El tema de la violencia contra las mujeres es un fenómeno social que se trata de erradicar. Desde la ONU, UE y desde los gobiernos estatal y autonómicos dictan leyes y se ponen en marcha programas específicos para erradicar este fenómeno. Pero para ponerlos en marcha es necesario conocer la realidad de primera mano.

Hay investigaciones sobre violencia de género pero sobre violencia contra las mujeres con discapacidad existen muy pocos estudios al respecto. Es sabido, por estudios realizados¹, que el fenómeno de la violencia contra las mujeres con discapacidad proviene tanto de sus parejas, exparejas, pero también se detecta que hay cuidadores/as u otros familiares, así como personal cuidador de centros/residencias que ejercen actos violentos contra las personas con discapacidad y más agudizado contra las mujeres con discapacidad, vulnerándose derechos fundamentales de las personas.

En nuestra entidad ACADAR (Asociación de Mujeres con Discapacidad de Galicia), conocedoras de este fenómeno, hemos desarrollado durante dos años, diferentes talleres preventivos y de atención con las propias mujeres con discapacidad en el ámbito del Programa de “Violencia: Tolerancia Cero” llevado a cabo en Galicia, con el objetivo de contribuir a erradicar esta lacra social en nuestra entidad.

El objetivo de esta investigación es conocer la evolución de las mujeres que han participado en el programa durante los años 2011 y 2012. Desconocemos el impacto social en las mujeres con discapacidad con la participación en el programa. Esto nos va a ayudar en la toma de decisiones de la puesta en marcha de futuros programas.

1 Algunos estudios elaborados por organizaciones de personas con discapacidad:

- CNSE (2010): *Situación de las Mujeres Sordas ante la Violencia de Género*. España. Una investigación de carácter cualitativo, restringida a las Federaciones de asociaciones de personas sordas de tres Comunidades Autónomas (Madrid, Galicia y Andalucía)

http://www.observatorioviolencia.org/upload_images/File/DOC1276603015_situacion_de_las_mujeres_sordas_ante_la_violencia_de_genero.pdf

- Federación de Asociaciones para la Promoción de la Mujer con Discapacidad LUNA Andalucía (2011): *Autodiagnóstico de la situación de las mujeres con discapacidad en Andalucía*. Consejería para la Igualdad y Bienestar Social de la Junta de Andalucía. Estudio realizado en la Comunidad Autónoma de Andalucía con una muestra de 1.115 mujeres que trata las diferentes formas de violencia ejercidas contra las mujeres con discapacidad. De las 1.115 mujeres con discapacidad entrevistadas, 345 habían sido víctimas de violencia, lo que representa el 31% de las mujeres con discapacidad.
- TUBÍO ORDÓÑEZ, J.M., *Violencia y mujeres con discapacidad*. Estudio sobre la violencia contra las mujeres con discapacidad físico y/u orgánica en la comunidad autónoma de Galicia. El caso de COGAMI (Conderación Galega de Persoas con Discapacidad). Trabajo Fin de Máster. UNIR, 2012.

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

Para ello se analizó el marco teórico en el que se enmarca este fenómeno así como referencias de recientes estudios y/o informes realizados sobre la violencia contra las mujeres con discapacidad.

Se realizó las definiciones de los conceptos más relevantes de esta investigación. Se hizo referencia a los estudios e informes más recientes sobre la temática con la referencia bibliográfica. Se hizo una justificación de la importancia de llevar a cabo esta investigación. Se explicaron los objetivos generales y específicos que se querían conseguir con la investigación y se realizó el diseño y la metodología que se llevó a cabo.

Después de realizar la recogida de datos, se pasó a su posterior análisis desde un punto de vista crítico y la elaboración de las conclusiones finales de esta investigación.

1.1. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA

Según la Encuesta de Discapacidad, Autonomía personal y situaciones de Dependencia (EDAD) de 2008 del INE, 3,85 millones de personas tienen discapacidad en España. El 60% de las personas con discapacidad son mujeres. Una de las principales características de esta población femenina es que se trata de un grupo muy heterogéneo, pero que comparte la especificidad de sufrir un alto índice de discriminación múltiple.

Los datos muestran que, a nivel general, las mujeres con discapacidad tienen un mayor índice de analfabetismo, niveles educativos más bajos, menor actividad laboral y/o con puestos de trabajo de menor responsabilidad y peor remunerados, mayor aislamiento social, más baja autoestima, mayor dependencia económica respecto de la familia y/o personas responsables de apoyarlas, mayor dependencia socioafectiva y emocional, mayor posibilidad de sufrir todo tipo de violencia, menor desarrollo personal y social, gran desconocimiento de la sexualidad y numerosos y catastróficos mitos al respecto, mayor desprotección sociosanitaria y baja autovaloración de la imagen corporal. Esto se traduce en la existencia de un alto índice de violencia en este grupo poblacional.

Según el Informe elaborado por el Parlamento Europeo sobre la situación de las mujeres de los grupos minoritarios en la Unión Europea en el año 2004, casi el 80% de las mujeres con discapacidad es víctima de la violencia y tiene un riesgo cuatro veces mayor que el resto de mujeres de sufrir violencia sexual. Así como las mujeres sin discapacidad son objeto de una violencia mayoritariamente causada por su pareja o ex

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

pareja, las mujeres con discapacidad, el 68% de las cuales vive en instituciones, están expuestas a la violencia de personas de su entorno, ya sea personal sanitario, de servicio o cuidadores/as.

Como se ha señalado anteriormente, en España existen algunos estudios desarrollados por las organizaciones de personas con discapacidad sobre la violencia ejercida contra mujeres con discapacidad. Sin embargo la falta de estadísticas y estudios específicos en materia de violencia de género y discapacidad es un hecho que trasciende a la realidad de las niñas y mujeres en España. Del mismo modo que acontece en otros países, la discapacidad no se ha ligado al concepto de violencia de género en ningún estudio significativo de ámbito estatal ni por parte de las instituciones públicas ni por el de las instituciones académicas.

Es por lo tanto esencial incluir la discapacidad de forma efectiva como indicador y en los informes oficiales que se realicen para visibilizar la violencia ejercida contra las mujeres con discapacidad. Se precisa la reunión sistemática de datos desagregados por sexo y por otros factores, como la edad, el origen étnico y la discapacidad, detallando la prevalencia de todas las formas de violencia contra la mujer; las causas y consecuencias de la violencia contra la mujer, y la eficacia de cualesquiera medidas que se apliquen para prevenir y reparar la violencia contra la mujer.

La vulnerabilidad de las niñas y mujeres con discapacidad en relación con la violencia está estrechamente ligada a dos factores claves:

- La percepción social de que los hombres y mujeres no son iguales, lo que supone una dominación social y física de los hombres hacia las mujeres.
- La percepción social de la discapacidad, en donde los cuerpos de las personas con discapacidad son vistos diferentes al del resto, incapaces y enfermos y, por tanto, no normales.

La interseccionalidad de estos dos factores es la principal causa y la razón de muchas violaciones, desigualdades y vulneraciones de los derechos fundamentales de las niñas y mujeres con discapacidad en la sociedad.

Una de las consecuencias provocadas por esta interseccionalidad es la autopercepción negativa de estas niñas y mujeres, que se ve agravada por la frecuente falta de formación (incluida la falta de educación en derechos y sobre su propia sexualidad), ausencia de empleo, escasa o nula capacidad económica, y desarrollo de un

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

trabajo en el seno de la familia no mercantilizado y pocas veces adecuado a la propia discapacidad.

Esta autopercepción negativa se pone especialmente de manifiesto ante la severidad de un déficit. En este caso, la falta de habilitación o rehabilitación adecuadas pueden provocar en las mujeres con discapacidad situaciones de grave indefensión ante la posibilidad de repeler y afrontar situaciones de abuso o maltrato. Especialmente, la adquisición de la discapacidad en la vida adulta generará, en muchos casos, situaciones de dependencia que hagan aún más vulnerables a tales mujeres.

La mayor vulnerabilidad de las mujeres con discapacidad está también ligada a la imagen social que de ella se tiene, así como a las explicaciones, en ocasiones irracionales, que se han esgrimido para explicar o justificar abusos sexuales perpetrados contra ellas. Por este motivo, sus entornos comunitarios no suelen contar con una previsión de recursos inclusivos para ellas, lo que las convierte en más débiles ante la violencia. Esto se manifiesta en:

- Mayores dificultades para expresar los malos tratos debido a barreras de comunicación.
- Dificultad de acceso a los puntos de información y asesoramiento, principalmente debido a la existencia de barreras físicas, tecnológicas o de la comunicación.
- Enfrentamiento entre los papeles tradicionales asignados a la condición de mujer y la negación de éstos mismos en la mujer con discapacidad.
- Mayor dependencia de la asistencia y cuidados de otros.
- Miedo a denunciar el abuso por la posibilidad de la pérdida de los vínculos y la provisión de cuidados.
- Menor credibilidad a la hora de comunicar o denunciar hechos de este tipo. Ante algunos estamentos sociales, es posible que no se les crea.
- Vivir frecuentemente en entornos que favorecen la violencia (familias desestructuradas, instituciones, residencias y hospitales).

Esta discriminación de las niñas y mujeres con discapacidad se traduce en una cultura de impunidad de la violencia. En este sentido, muchas niñas y mujeres con discapacidad experimentan explotación, violencia y abuso en el hogar o en otros lugares. Esta violencia incluye la violación, la esterilización forzada, el aborto coercitivo, y el

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

tratamiento involuntario. Tales actos, incluso, pueden llegar a equivaler a tortura o tratos inhumanos o degradantes.

La violencia contra las mujeres con discapacidad es un tema muy desconocido hoy en día, y máxime en la comunidad autónoma de Galicia. Durante dos años hemos implementado un programa para contribuir a erradicar esta lacra social en nuestra entidad, ACADAR (Asociación de Mulleres con Discapacidade de Galicia).

El trabajo que se realizó consiste en el estudio del perfil así como la evolución de las mujeres que han participado en el programa “Violencia:Tolerancia Cero” durante los años 2011 y 2012. Esto ayudará en la toma de decisiones de la puesta en marcha de futuros programas.

1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Se ha implementado en la asociación ACADAR un programa durante dos años (2011 y 2012) “Violencia:Tolerancia Cero”, pero se desconoce el impacto social en las mujeres con discapacidad con la participación en este programa.

Esta investigación es fundamental para conocer el impacto social con la implementación de estos programas con el objetivo de erradicar el fenómeno de la violencia contra las mujeres con discapacidad. Además, se desconoce el cambio percibido por ellas mismas así como el cambio percibido a nivel técnico. Es muy importante evidenciar estos resultados de estas acciones al tratarse de un problema social y que está oculto para la mayoría de la sociedad; aunque cada vez más sale a luz pública en los medios de comunicación, hay muy pocos estudios sobre el impacto social en las mujeres con discapacidad de las acciones llevadas a cabo en este campo. Toda esta información, servirá de ayuda en la toma de decisiones de la puesta en marcha de futuros programas o la realización de investigaciones sobre la temática. Las mujeres con discapacidad son invisibles al resto de la sociedad, y al igual que se están tomando medidas para erradicar la violencia de género, la violencia contra las mujeres con discapacidad es un fenómeno desconocido por lo que es muy importante ponerlo de relieve con estudios científicos.

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

1.3. OBJETIVOS

Con este estudio se pretende como objetivo general conocer el impacto producido en las mujeres con discapacidad que han participado en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia. El programa se ha implementado durante los años 2011 y 2012, especialmente en los últimos meses.

Para conseguir el objetivo general de esta investigación se estudiará el perfil de las mujeres con discapacidad que participaron en la implementación del programa. Se analizará la edad, el ámbito de procedencia (si es rural o urbano), situación laboral, estado civil, si tiene o no hijos/as, nivel de estudios, grupo de convivencia, tipo de discapacidad y situación de violencia.

Además, se trata de conocer los cambios que se produjeron en ellas mismas durante su participación en el programa. Se analizarán los cambios desde el punto de vista de la percepción de las propias mujeres y desde el punto de vista a nivel técnico. Los cambios que se analizaron fueron: creencias irracionales, autoestima, afrontamiento de los problemas, estado emocional, capacidad asertiva, ideología de género, expectativas y la percepción del cambio. Estos ítems se analizaron en dos momentos: al inicio y al final del programa.

Además se estudiará cuántas de las mujeres participantes en el programa consiguieron trabajo, tanto durante la realización del mismo como al finalizar este.

Resumiendo y concretando:

Objetivo general

Conocer el impacto producido en las mujeres con discapacidad que han participado en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia.

Objetivos específicos

1. Determinar el perfil de las mujeres que participaron en el programa: edad, el ámbito de procedencia (si es rural o urbano), situación laboral, estado civil, si tiene o no hijos/as, nivel de estudios, grupo de convivencia, tipo de discapacidad y situación de violencia.

2. Evaluar la situación de las mujeres antes del inicio del programa: autoestima, creencias irracionales, asertividad, afrontamiento de problemas, estado de ánimo, ideología de género y expectativas iniciales hacia el programa.

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

3. Descubrir el nivel de cambio que se ha producido en las mujeres después del programa: autoestima, creencias irracionales, asertividad, afrontamiento de problemas, estado de ánimo, ideología de género y cumplimiento de expectativas iniciales hacia el programa, grado de satisfacción con el programa y grado de aplicabilidad del programa a su vida.

4. Identificar actitudes y comportamientos observables en las mujeres.

5. Analizar el grado de consecución de los objetivos del programa según la percepción de las mujeres.

6. Analizar los efectos a largo plazo que ha producido el programa en las mujeres, valorando su sensación de bienestar y aspectos cognitivos, comportamentales y afectivos.

7. Determinar la inserción laboral de las mujeres que han pasado por el programa.

Al mismo tiempo, la investigación pretende actuar como un instrumento para:

- La sensibilización de la entidad, de los agentes sociales, de la población en general, de las administraciones públicas sobre la situación de violencia en las mujeres con discapacidad.
- Una mayor información sobre la situación real de este colectivo para la programación futura de medidas, tanto por parte de la entidad como de los poderes públicos que operan en este ámbito, y que permita avanzar en la consecución de la igualdad real y efectiva para este grupo de población.
- La identificación de aspectos concretos en los que es preciso obtener un mayor conocimiento y/o deficiencias de aplicación en el ámbito de la discapacidad, género y violencia en la entidad.

2. MARCO TEÓRICO

Para explicar el marco teórico en esta investigación, se tendrá en cuenta los conceptos claves atendiendo a las variables que se evalúan.

Se entiende por mujer con discapacidad física y/u orgánica: Mujeres con certificado de discapacidad con 33% o más o equivalente (incapacidades de la Seguridad Social)² con una edad comprendida entre los 18 y 65 años. Incluye a mujeres con discapacidad

² LEY 51/2003, de 2 de diciembre, de igualdad de oportunidades, no discriminación y accesibilidad universal de las personas con discapacidad. Artículo 1.2.

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

física: enfermedades crónicas tales como la diabetes, enfermedades renales y cardíacas, epilepsia, VIH/sida, o enfermedades que afectan sobre todo a la mujer tales como el cáncer de mama, la artritis, el lupus, la fibromialgia y la osteoporosis.

Se definen poblaciones de *Ámbito rural* los ayuntamientos que tienen menos de 20.000 habitantes y de *Ámbito urbano* los ayuntamientos con 20.000 habitantes o más³.

Las variables que se han valorado en esta investigación han sido escogidas por su relación directa con las finalidades del programa “Violencia:Tolerancia Cero”⁴, y su importancia reside en su capacidad para actuar transversalmente en todos los objetivos. Por ejemplo, una mujer con una asertividad fuerte y consolidada – además de otras variables condicionantes – será menos proclive a quedar atrapada en una relación abusiva y de control, ya que será consciente, defenderá sus derechos y podrá identificar previamente situaciones susceptibles de dominio. Por lo tanto, una mujer asertiva será menos vulnerable y sabrá gestionar situaciones de cariz abusivo de forma efectiva. En este apartado veremos cómo estas variables quedan afectadas por las situaciones de maltrato y cómo repercuten en la superación de la violencia.

Creencias irracionales basadas en patrones culturales y de género

Ellis y Grieger (1990) definen las creencias irracionales como afirmaciones dogmáticas sobre cómo debería ser el mundo, o más concretamente, la sociedad en la que vivimos. Estos autores relacionan este concepto con la activación de experiencias (problemas familiares, insatisfacción laboral, traumas infantiles tempranos y todo lo que pueda enmarcarse como productor de infelicidad), creencias o ideas (básicamente ideas irracionales y autoacusatorias que provocan sentimientos de infelicidad y sus consecuencias o síntomas neuróticos y emociones negativas, así como el pánico depresivo y la rabia que surgen a partir de nuestras creencias (Boeree, 1997).

A pesar de que la activación de las experiencias sea real y cause un gran dolor, son las creencias las que otorgan el calificativo de larga duración y mantienen el problema a largo plazo. Por esta razón, en el caso de las mujeres maltratadas, la intervención debe recaer en las creencias irracionales, de tal modo que la mujer pueda finalmente disfrutar de los efectos psicológicos positivos derivados de las ideas racionales. Por ejemplo,

³ TUBÍO ORDÓÑEZ, J.M., Violencia y mujeres con discapacidad. Estudio sobre la violencia contra las mujeres con discapacidad físico y /u orgánica en la comunidad autónoma de Galicia. El caso de COGAMI (Conderación Galega de Persoas con Discapacidad). Trabajo Fin de Máster. UNIR, 2012.

⁴ Programa “Violencia: Tolerancia Cero”. Programa de Prevención de la Obra Social “La Caixa”. Guía de Evaluación: Trinidad Donoso, Esther Luna González y Anna Velasco Martínez.

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

imaginemos que una personas que ha sufrido maltrato cree que tiene que ser perfecta, ya que piensa erróneamente que es lo adecuado y acertado. En muchas ocasiones, el agresor promueve en la mujer que tiene que “ser perfecta” y “hacer las cosas correctamente”. Pero, ¿qué es , qué significa, qué se pretende con “ser perfecta” y “hacer las cosas correctamente”? Por ello, es necesario que la intervención recaiga en esta creencia de inadecuación de “ser perfecta” y/o “hacer las cosas correctamente”.

Igualmente, se sabe que, durante un proceso de comunicación interna, determinadas interpretaciones respecto a un evento pueden afectar negativamente al bienestar emocional, a las decisiones que se toman a la calidad de la relación con los demás (Vocate, 1994). Algunas de estas interpretaciones se sustentan en pensamientos irracionales relativamente frecuentes, que es posible aprender a controlar. De hecho, tales pensamientos tienen mayor influencia en la medida en que no son totalmente conscientes (Bargh y Tota, 1988). En este sentido, es necesario contrarrestar las ideas que nos obligan a renunciar a nuestras propias opiniones y deseos en beneficio de una supuesta concordia, dejar de culpabilizarnos porque las cosas no salen como esperábamos o fijar nuestra atención únicamente en los aspectos negativos. (Adler y Towne, 2003).

Asimismo, es positivo conocer cómo estas expectativas pueden afectar a nuestro comportamiento y al de los demás a través del mecanismo de las profecías autocumplidas. Estas creencias adoptan la forma de afirmaciones absolutas. “Puedo creer que tengo que ser perfecta, convencerme de que nadie me quiere o de que siempre meto la pata”. La clave está en cuestionar estas afirmaciones para que dejen de ser creencias irracionales.

Sentimiento de valía personal

La autoestima es la percepción subjetiva de que una persona posee valor en sí misma, independientemente del contexto en que se encuentre, las circunstancias que la rodeen o la percepción que los demás tengan de ella.

El sentimiento del yo puede influir de manera positiva o negativa, según si este sentimiento tiene un polo negativo o positivo en la capacidad de autonomía de la persona, la iniciativa para dirigir proyectos propios, la percepción de competencia y autoeficacia personal que implica conocer y valorar las capacidades y cualidades personales, la posibilidad de articular un sentimiento de identidad y, por último, la percepción de seguridad relacionada con las expectativas de control sobre los acontecimientos. Por eso,

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

una percepción positiva del “yo” no solo influye una renovada sensación de autonomía, sino que también puede incluir el respeto para consigo misma, así como la confianza necesaria para realizar las tareas propias de la vida y relacionarse con los demás.

Si ha desarrollado un sentimiento de valía personal, la mujer reconoce su derecho al respeto y a la defensa de sus necesidades. Se siente preparada para afrontar las dificultades de la vida. Sabe equivocarse, aprender, rectificar y seguir adelante sin sentir desconfianza en sí misma. Disfruta de lo que posee – cualidades y recursos – y se siente contenta consigo misma, ya que tiene conciencia de poseer méritos legítimos.

Las investigaciones y estudios de todo tipo coinciden en que uno de los efectos de la violencia ejercida contra las mujeres es la pérdida de la autoestima (Bosch, 2002). En un trabajo realizado por Echeburúa y Corral (1995) se muestran las consecuencias de la violencia hacia la mujer en forma de una serie de síntomas, entre los que se encuentran la depresión y la pérdida de autoestima, así como sentimientos de culpabilidad. La depresión está muy relacionada con el déficit de autoestima y la falta gradual de implicación en actividades lúdicas. Más en concreto, la indefensión nace de la incapacidad de predecir o controlar la violencia dirigida contra la víctima (Pelegrín y Garcés, 2004). En opinión del defensor del pueblo, el maltrato sufrido por la mujer socava su autoestima de tal manera que esta no percibe en ocasiones la humillación a la que está sometida.

Atendiendo a los factores de vulnerabilidad de las mujeres, la literatura especializada coincide en afirmar que existen dos grandes tipos de carencias o factores que propician la aparición de conductas violentas; se trata de la carencia de recursos (económicos, laborales, sociales, etc) y las dificultades emocionales (empatía, frialdad emotiva, problemas de identidad y autoestima, etc) (Pérez et al., 1986; Pelegrín y Garcés, 2004; Ruíz y Jiménez, 2004). Por influencia de la sociedad, las mujeres no desarrollan la confianza en sus propias capacidades de liderazgo y de autoestima y, en parte como consecuencia de ello, tienen experiencias menos positivas que los varones en estos campos de acción, y máxime si es una mujer con discapacidad.

El sexismo y el androcentrismo que impregnan los estereotipos de género tienen el peligro de crear chicas y mujeres con baja autoestima y hombres dominantes. La baja autoestima es fuente de dependencia e inseguridad y de una identidad débil dispuesta a ser arrendada a bajo precio (Ballarín, 2006). La baja autoestima constituye una gran

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

barrera para la construcción de la subjetividad y para la formación de sujetos autónomos (Amurrio et al., 2008). En un estudio realizado por Josephs, Markus y Tafarodi (1992) se observó cómo las diferencias de género influyen en la autoestima (Flores, 2005). En el orden de la sociedad patriarcal las mujeres se constituyen con relación a los demás y los hombres con relación a sí mismos. Esto puede producir mujeres con excesiva tolerancia hacia los demás que, en ocasiones, incluso ante el maltrato, se culpabilizan a sí mismas en aras de una lealtad equivocada hacia el otro. La pérdida de autoestima se produce a través de la descalificación constante a que está sometida, la mujer se ve privada de todas sus cualidades; una repetición constante de que “no vale nada”, de manera directa o indirecta, hace que acabe creyéndoselo. Todas las estructuras psicológicas de la persona – imagen de su cuerpo, imagen que tiene de los demás, valores e ideales - , todo lo que le da coherencia y propósito en la vida, se invaden sistemáticamente.

Esta erosión continua de la autoestima se produce a partir de vulnerabilidades existentes y puntos débiles: roles impuestos, miedos, privación social y distorsión de la realidad (Gil Rodríguez y Lloret, 2007). La desvalorización impide cualquier intento de reafirmación. La mujer, privada de su propio “yo” y confundida con la invasión psíquica por parte del agresor, puede llegar a pensar que no sería capaz de arreglárselas sola ni vivir sin él y que estaría imposibilitada para cuidar de sí misma, palabras que recibe a menudo por parte del agresor. Estas expresiones indican un intento de minusvalorarla, de minar su autoestima y, por tanto, son una forma de violencia psicológica. Sometida a la lógica del abuso de poder que está presente en todo maltrato, la mujer no “ve” la agresión y no la concibe como tal, por lo que le resulta difícil defenderse.

Algunos efectos que causa la denigración del “yo” en la mujer son:

- Se compara negativamente con los demás.
- Siente vergüenza respecto a lo que hace y a lo que es.
- Se desprecia a sí misma: se siente insignificante, defectuosa. No se cree digna de ser aceptada tal como es.
- Duda constantemente de que pueda valerse por sí misma. Le cuesta tomar una decisión, emprender un proyecto, establecer prioridades.
- Tiene un sentimiento constante e irracional de culpabilidad; tiende a disculparse por todo, se reprocha constantemente los errores y equivocaciones.

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

- Se diluye y aliena en el servicio a los demás, en el cumplimiento de sus roles y en la predisposición a la entrega.

Sólo se ha enumerado alguno de estos efectos, pero se ha de tener en cuenta que la percepción positiva del “yo” es central en la construcción de la persona y que menoscabar este sentimiento tiene múltiples ramificaciones e influencias.

Estrategias para enfrentarse a los problemas

Las respuestas que se dan a distintas situaciones problemáticas responden a diferentes estilos. Se puede distinguir cinco estilos básicos en la forma de encauzar y afrontar una situación: competición, evitación, compromiso, colaboración y acomodación.

La interrelación entre estos cinco estilos es la búsqueda de satisfacción tanto de las propias necesidades como de las ajenas:

- Competición, supone perseguir los objetivos personales a costa de las otras personas, sin detenerse a pensar en los demás.

- Compromiso, es una actitud basada en la negociación, en la búsqueda de soluciones de acuerdo, normalmente basadas en el pacto y en la renuncia parcial al interés de los individuos o de los grupos.

- Colaboración, implica un nivel de incorporación de unos y otros en la búsqueda de un objetivo común; supone explorar el desacuerdo, generando alternativas comunes que satisfagan a ambas partes.

- Evitación, actitud básica que se caracteriza por no afrontar los problemas; se evitan o posponen los conflictos, lo que implica no tenerse en cuenta a uno mismo ni a los demás.

- Acomodación, supone ceder habitualmente a los puntos de vista de los demás, renunciando a los propios.

Si bien estos cinco estilos parten de una situación de igualdad entre ambas partes, al referirse a mujeres que han sufrido algún tipo de maltrato, debemos tener en cuenta que no están en este plano de igualdad. Sin embargo, podemos tomar como referencia estos cinco estilos en el marco de actuación que se ocupa, en la medida en que se puede realizar una clasificación entre respuestas activas y pasivas.

Las respuestas activas son las que persiguen un cambio ante el problema y la situación recibida o planteada (competición, compromiso y colaboración). Un ejemplo sería buscar vías de ayuda en colaboración con otras personas ajenas o expertas en este

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

tipo de situaciones, compartir la angustia y/o la situación, dejarse ayudar por profesionales o personas cercanas, etc.

Por su lado, las respuestas pasivas serían aquellas que no implican una transformación en la forma de actuar ante un problema. Más bien, se busca satisfacer las necesidades del otro por encima de las propias (evitación y acomodación). En este caso, se habla de actitudes y comportamientos que intentan evitar “lo que le molesta para que no se enfade” o que implican afirmaciones sumidas del tipo “vale, lo que tu digas” a pesar de que no se está de acuerdo con la situación o con lo ocurrido.

Las mujeres que han sufrido maltrato adoptan con frecuencia una respuesta pasiva para enfrentarse a los problemas. Follingstad, Neckerman y Vormbrock (1988) afirman que las mujeres maltratadas intentan evitar sentir o pensar en emociones que les lleven volver a experimentar lo que han sufrido porque, de esta manera, se protegen del caos, la confusión y el peligro. En un primer momento, las estrategias de evitación ayudan a la mujer a no enfrentarse totalmente al impacto emocional del incidente. Sin embargo, la utilización de este tipo de estrategias tiene consecuencias negativas a largo plazo, como presentar mayor sintomatología psicológica y/o malestar emocional y mayor dificultad para abandonar la relación abusiva. En consecuencia, en el trabajo con mujeres que han sufrido maltrato, lo más importante es transformar las respuestas pasivas en respuestas activas.

Estado de ánimo positivo

La relación entre estado afectivo y comportamiento tiene, en estos momentos, dos líneas abiertas. La que considera que el estado de ánimo es una estructura general con dos dimensiones (estado de ánimo positivo y negativo) y la que sugiere que está formado por múltiples estados específicos. Existe una estrecha relación entre estados de ánimo, pensamientos y comportamientos. Es una relación cíclica que afecta a la totalidad de la persona y tiene consecuencias en múltiples mecanismos vitales. Los estados de ánimo negativos, según lo extremos que sean, crean en la persona una incapacidad para adaptarse al entorno, responder ante él, relacionarse y tener un sentido positivo de la vida, entre otras muchas consecuencias.

Los estados de ánimo positivos afectan a los pensamientos y a las cogniciones e influyen en la capacidad de autoeficacia de la persona, es decir, la capacidad de sentirse competente para abordar varias tareas. También tienen una influencia sobre la toma de

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

decisiones, la capacidad de pensar de manera coherente y el buen rendimiento en tareas de tipo cognitivo. Por último, los estados de ánimo influyen en la representación que se hace la persona de la realidad, ya que cuando es positivo conducirá a un replanteamiento positivo de los hechos y viceversa.

Con relación a las emociones, los estados de ánimo influyen en el sentimiento de bienestar general, la sensación de valía para empezar nuevos aprendizajes, la ilusión y la alegría con la que se acometen las tareas. En cuanto a los comportamientos, el estado de ánimo está relacionado con las estrategias de afrontamiento de los problemas y la intensidad y persistencia de las propuestas de acción que se inician. Y, en un sentido global, un estado de ánimo positivo reforzará el sistema inmunológico.

Una alteración del estado de ánimo incluye síntomas como: tristeza, disminución del interés o de la capacidad para sentir o dar placer, pérdida o aumento de peso y/o apetito, insomnio o hipersomnia, agitación o enlentecimiento psicomotor, pérdida de energía y fatiga, sentimientos de inutilidad o de culpa, disminución de la capacidad para pensar, concentrarme o tomar decisiones; sentimientos de desesperanza, pensamientos recurrentes de muerte, ideación suicida, etc

Capacidad de sentirse personas con derechos que deben ser respetados

La asertividad es la capacidad de sentirse una persona con derechos propios que ha de ser respetados por los demás. Se dice que la persona asertiva es capaz de exponer sus deseos, sentimientos y opiniones de forma respetuosa y no permitir que estos derechos sean socavados en interés de los derechos de los demás.

Pero la asertividad va más allá, ya que se ubica dentro de las habilidades sociales y, como cualquiera de ellas, es aprendida y se estratifica en varios niveles de concreción. Siguiendo el esquema planteado por Puig (1995) sobre el aprendizaje de valores, estos tienen tres niveles para llegar a ser interiorizados: el nivel cognitivo, el actitudinal y el comportamental. La asertividad sigue este mismo proceso y no puede afirmarse que una persona es asertiva hasta que ha alcanzado los tres niveles. En 1997, Piaget e Inhelder propusieron el pensamiento formal como la capacidad cognitiva de abstracción necesaria para la consolidación de la identidad personal, el desarrollo del juicio moral y la comprensión de la realidad social. Anos más tarde, en una publicación posterior, Spivack y Shure (1974) presentaron una propuesta referente a las capacidades cognitivas necesarias para poder desarrollar ciertas habilidades sociales- entre ellas la asertividad –

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

de forma completa. Su teoría estaba compuesta por los “cinco pensamientos” que deberían darse en cualquier interacción interpersonal:

- Pensamiento causal: es la capacidad de poder comprender el origen de un problema o un conflicto interpersonal y está estrechamente relacionado con el siguiente pensamiento.
- Pensamiento consecuencial: es conocido por facilitar la anticipación de los efectos que pueden ocasionar cualquier acto y, por lo tanto, permite prever las consecuencias de las propias acciones.
- Pensamiento alternativo: imprescindible para poder imaginar diferentes soluciones a un mismo problema. Aporta capacidad de creatividad y flexibilidad frente a situaciones interpersonales.
- Pensamiento de perspectiva: también conocido como empatía, permite poder situarse en el lugar de la otra persona. En decir, plantea la posibilidad de sentir desde su punto de vista, lo que facilita la comprensión de sus sentimientos y reacciones.
- Pensamiento de medios-fin: es la capacidad de saber plantear unos objetivos y los medios necesarios para conseguirlos.

Estos cinco pensamientos posibilitan un análisis profundo de las relaciones personales, los conflictos y la alteridad, componentes imprescindibles para el buen desarrollo de la asertividad. Es importante destacar que, como señalan en sus publicaciones Piaget e Inhelder (1967), estas capacidades cognitivas no empiezan a desarrollarse hasta la adolescencia.

La dimensión actitudinal de la asertividad es el segundo nivel para una correcta asertividad. Es un proceso de transición entre el desarrollo y el entrenamiento cognitivo y la aplicación de estas creencias. Por lo tanto, debe darse un proceso de reflexión y maduración en el que la persona se cuestione la importancia del respeto y la defensa de sus propios derechos y deberes, así como los ajenos. También confluyen otros aspectos como la capacidad de autopercebirse y autovalorarse de una forma sana y ajustada a la realidad que permita tener cierta seguridad en uno/a mismo/a.

Finalmente, para poder considerar que una persona es asertiva, estas capacidades cognitivas y actitudes asumidas han de cristalizarse en una serie de conductas

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

características. Michelson propone la conocida clasificación de las distintas formas de enfrentarse a las interacciones interpersonales:

- **Personas agresivas:** se caracterizan por situarse en un plano de superioridad en las relaciones interpersonales, haciendo prevalecer sus propios intereses y opiniones. Tienen muy presentes sus derechos y los deberes de las otras personas, pero parecen no ser conscientes de sus obligaciones y de los derechos de los demás.
- **Personas asertivas:** se caracterizan por situarse en un plano de igualdad en las relaciones interpersonales. Tienen presentes sus deberes y los de las demás personas y defienden tanto sus propios derechos como los de los demás.
- **Personas inhibidas/pasivas:** se caracterizan por situarse en un plano de inferioridad en la relación interpersonal, haciendo prevalecer los intereses y los derechos de las demás personas y llevando a un segundo plano sus propios sentimientos y opiniones. Son personas complacientes que tienen muy presentes sus deberes.

No obstante, como ya se ha comentado, la asertividad no es un constructor estático e inmodificable. La asertividad, como la agresividad o la inhibición, se aprende. Las personas son por definición seres relacionales y por eso se constituyen en comunidad. Dentro de estas comunidades se socializan a través de las relaciones interpersonales y, a través de ellas, se construye la identidad de género. Pero no se puede quedar en esta lectura superficial de la situación, ya que las relaciones interpersonales no son neutras. Mujeres y hombres se socializan de forma distinta desde el nacimiento, proyectando unas expectativas diferenciadas para cada sexo, premiando unas y reprimiendo otras que parecen salirse de lo socialmente aceptado. De este modo, y bajo el paraguas del patriarcado, una socialización “correcta” debía asegurar un patrón inclinado hacia la conducta agresiva en los hombres y otro inclinado hacia la conducta inhibida en las mujeres. Así se preparaba al varón para la competitividad del mundo público y se aseguraba que la mujer perpetuara su papel sumiso, reproductor y cuidador del ámbito privado. En palabras de Ferreira (1992) “las influencias mencionadas configuran en la personalidad femenina una predisposición o campo fértil para admitir la relación de sometimiento a un hombre”. Por lo tanto, y aunque estos estereotipos de género cada vez están más debilitados, lo deseable y/o esperado de una mujer son las conductas pasivas

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

y las conductas esperables en un hombre son las agresivas y dominantes. Se trata de modelos antagónicos que permiten perpetuar el código patriarcal. A todo ello, hay que sumarle el concepto de amor romántico que algunas mujeres suelen confundir con el concepto sano de relación amorosa.

Una mujer predispuesta a complacer al otro desde la discreción y la obediencia, incapaz de reconocer sus propios derechos, es mucho más proclive a sufrir violencia (psicológica, física, sexual o económica) y a no poder o saber escapar de ella, a lo que debe añadirse, además, el fenómeno de desgaste psicológico que comporta cualquier maltrato. Son muchos los autores y autoras (por ejemplo, Lorente 1998) que subrayan que el maltrato supone para la víctima una situación de amenaza incontrolable para la vida y la seguridad personal, junto con una situación de ansiedad extrema, respuestas de alerta y sobresalto permanente, depresión, pérdida de autoestima, sentimientos de culpa, falta de asertividad y otros trastornos psicológicos. Como ya se sabe, la violencia de género empieza por la devaluación psicológica de la mujer, que interioriza y asume la poca valía que le atribuye su agresor, lo que la convierte en una persona aún más inhibida si cabe y refuerza el comportamiento agresivo del maltratador. Por lo tanto, la falta de asertividad suele cruzarse con el maltrato como causa y como consecuencia.

Como se puede observar en la siguiente lista, elaborada a partir de un estudio de carácter cualitativo llevado a cabo por Altarriba (1992), el perfil de la mujeres maltratadas está estrechamente relacionado con las características definitorias de la conducta inhibida.

Algunas características de las mujeres maltratadas:

- Un componente pasivo frente a la resolución de conflictos. Vive todas las situaciones de conflicto como una incapacidad de afrontamiento y, por lo tanto, adopta una actitud pasiva o bien utiliza el mecanismo de defensa de la negación delante de la situación.
- Criterios de socialización abundantes en la desvalorización del rol de la mujer. Su experiencia social, desde la identificación con el rol materno a la educación recibida y los contactos con las otras mujeres de su entorno, ha supuesto la desvalorización de su papel como mujer.

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

- Una marcada capacidad de adaptación a todas las situaciones que se generan como conducta aprendida resultante de la evitación del conflicto, debido a que vive este conflicto con gran temor y con la incapacidad de afrontarlo.
- Una insuficiente resolución personal en la generación o tramitación de iniciativas, producto de la incapacidad y la desvalorización vividas.
- Una tendencia al autopoicionamiento secundario frente al rol masculino.
- Una inclinación a orientar sus comportamientos en función de las demandas masculinas, reprimiendo la propia percepción de las situaciones y reduciendo la comunicación explícita e implícita de sus propios posicionamientos.

Roles estereotipados que conllevan patrones de sumisión

Ideología de género es el concepto que se utiliza para definir los papeles que desde la cultura se les ha concedido a los hombres y a las mujeres. Estos estereotipos asignados a las personas a partir del sexo biológico abarcan características físicas, económicas, sociales, eróticas, psicológicas, jurídicas, políticas y culturales. Es un elemento que influye en los juicios, los comportamientos y las relaciones sociales de las personas.

El hecho de ser mujeres o de ser hombres son categorías construidas que, ideológicamente, se corresponde con lo que una sociedad considera “femenino” o “masculino”. Esta dicotomía establecida sobre ambos sexos dará como resultado que un género sea considerado inferior al otro o, por lo menos dotado de valores que lo diferencien y lo minusvaloren, lo que establecerá unas relaciones de poder no igualitarias.

Si algo es indiscutible para las personas es el significado que tiene ser mujer o ser hombre, los contenidos de las relaciones entre mujeres y hombres y los deberes y las prohibiciones para las mujeres por ser mujeres y para los hombres por ser hombres. Toda la vida está estructurada sobre estas normas de género y el desempeño de cada persona depende de su comportamiento y del manejo de esa normatividad.

De acuerdo con Lagarde, la ideología de género enfatiza las diferencias entre sexos y relega a las mujeres los roles de esposa, ama de casa y madre; las mujeres son consideradas personas débiles y necesitadas de protección. El hombre es, en esta concepción, el encargado de darle esa protección a la mujer, a la vez que es visto como la autoridad. Los roles asignados al hombre enfatizan su función proveedora, le otorgan un lugar privilegiado en la toma de decisiones y reservan para él la esfera pública y externa

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

al hogar. Sin embargo, la ideología feminista, por su parte, mantiene que las diferencias de género son fundamentalmente de carácter social y que los roles, tareas y funciones de los hombres y mujeres son, esencialmente, los mismos.

El análisis sobre lo que implica la adopción de una ideología de género nos permitirá entender las consecuencias en las mujeres de la asunción de estas creencias estereotipadas sobre su manera de “ser” y “estar” en el mundo:

- Las actividades que realiza quedan relegadas a un segundo plano; la mayoría de ellas invisibilizadas como “quehacer” de las mujeres. Esto se atribuye tanto a los trabajos realizados dentro del hogar como a los de fuera, ya que el trabajo femenino adquiere connotaciones de menos valor por sus características de feminización de los sectores o por estar alejados de los centros de poder.
- La afectividad, los valores, el imaginario, las fantasías y la subjetividad de la mujer se tamizan a partir de los deseos del varón, de la masculinidad.
- La identidad del sujeto o percepción de sí, de su corporalidad, de su estado de la existencia en el mundo, queda mermada como propia y como ser absoluto en el mundo para concebirse con relación a “otro”.
- Los bienes, tanto materiales como simbólicos, los recursos vitales, no solo tienen una distribución desigual entre hombres y mujeres, sino que la consideración del acceso a estos bienes y recursos queda mediatizada por la propia ideología, con lo que no se es consciente de la desigual distribución y retribución.
- La ausencia de poder de las mujeres en cualquier situación y contexto.
- El sentido de la vida y su proyección, que no puede concebirse independientemente de las tareas asignadas, de los límites impuestos como pertenecientes a un género determinado.

En general, la ideología de género predispone a una relación desigualitaria y sexista del hombre hacia la mujer y a una relación de sumisión y dependencia de la mujer hacia el hombre. En este sentido, es crucial que las mujeres reflexionen sobre los valores de género que quieren transmitir a sus hijos/as para lograr en ellos el germen de la transformación social que requiere el problema de la violencia, contribuyendo así a su erradicación en generaciones futuras (Rojas, 1995).

Expectativas de las mujeres respecto al programa

Las tres variables siguientes no están relacionadas de manera directa con aspectos que se consideran afectados por situaciones de maltrato. Son variables que interceden en las intervenciones, ofrecen información sobre qué espera la mujer de la intervención – expectativas -, si se han cumplido – cumplimiento de las expectativas -, el grado de satisfacción alcanzado por haber realizado la intervención y qué aplicabilidad se considera que tiene la intervención realizada.

Es necesario incluir estas mediciones para que el personal técnico pueda tener información sobre lo que esperan las mujeres del proceso de intervención, saber si este cubre sus necesidades y conocer su grado global de satisfacción.

Expectativas

La expectativa es la probabilidad percibida de que una acción produzca determinados resultados y, en gran medida, actúa como determinante del esfuerzo y de la persistencia en las actividades que se realicen, además de mediar en los patrones de pensamiento y en las respuestas emocionales. Dado que las expectativas actúan como determinantes de la conducta pueden utilizarse como predictores de la misma.

En los estudios sobre expectativas, se observa que tienen un efecto directo sobre el rendimiento obtenido tras la intervención realizada. Si las expectativas son altas, la mujer se implicará a fondo en la intervención que va a llevarse a cabo.

Existe una estrecha relación entre las expectativas y las necesidades o su cumplimiento. Si la intervención responde a sus expectativas, la mujer, además de sentirse satisfecha con el programa, tendrá la percepción de que se han cumplido sus expectativas y se han cubierto sus necesidades.

Satisfacción por haber realizado el programa

La satisfacción es uno de los indicadores de calidad para medir los resultados. Puede definirse como la medida en que la intervención ofrecida cumple con una serie de requisitos, que abarcan tanto el cumplimiento de las expectativas previas sobre el programa, como aspectos logísticos y organizativos, metodología utilizada y atención recibida por parte del personal que lo ha desarrollado. Asimismo, en la satisfacción también interviene el clima del grupo y las relaciones que la mujer haya mantenido y desarrollado.

Utilidad de la intervención realizada según las mujeres

Este indicador evalúa el grado de percepción que tienen las mujeres sobre los contenidos de la intervención y en qué medida el desarrollo de actividades les resulta útil y aplicable a su vida. En un programa que pretende provocar cambios cognitivos, actitudinales y comportamentales en las mujeres, esta medida ofrece un feedback de las capacidades aplicativas de la intervención a la vida real.

Establecimiento de relaciones más abiertas y desarrollo de otros aspectos personales que el maltrato puede haber anulado

A raíz del trabajo en grupo y como consecuencia de la dinámica grupal, las mujeres desarrollan una serie de conductas beneficiosas tanto para sí mismas como para su capacidad de relación. Estos indicadores pueden agruparse en dos categorías:

- Conductas expresivas y de desarrollo.
- Capacidad de relacionarse, conectar y formar parte de un grupo de una manera constructiva.

Estas dos categorías reflejan el impacto que ha tenido el maltrato en la vida personal y relacional de la mujer. En este sentido, los indicadores de la escala valoran su proceso de desarrollo en los siguientes aspectos:

- Lenguaje verbal: en situaciones traumáticas el lenguaje verbal sufre transformaciones. Es difícil conectar los pensamientos con las palabras y eliminar las emociones de las ideas y las palabras. En el transcurso de las sesiones, las mujeres pueden pasar de un discurso incoherente – difícil de seguir, con dificultades para expresar pensamientos y emociones – a hablar con seguridad, dirigirse directamente a la dinamizadora o a las demás participantes, expresarse con claridad y coherencia, etc.

- Lenguaje no verbal: el aislamiento, junto con el miedo y la ansiedad que puede haber producido el maltrato, hace que muchas mujeres inicien su trabajo en el grupo con ansiedad, sin establecer contacto con el resto de participantes. En estos casos, se detecta expresiones faciales y corporales como: ceño fruncido, postura rígida, postura contrahecha, cabeza agachada, gestos manuales constantes o muletillas no verbales, manos apretadas, boca apretada, etc. Después de su paso por el grupo, el lenguaje no verbal refleja una mayor distensión y contacto con la facilitadora y las demás participantes, con una postura relajada y distendida y muestras de sentirse a gusto.

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

- Capacidad de salir de sí: la mujer tiende a encerrarse en sí misma, a no prestar atención ni al medio ni al contexto. En la mayoría de las ocasiones, este blindaje es un mecanismo de defensa hacia el exterior. Las manifestaciones varían según la mujer. En líneas generales, la entrada en el grupo está marcada por una actitud de indiferencia hacia el resto de participantes, sin dar muestras de querer implicarse en los problemas de los demás. Progresivamente, esta postura irá cambiando para mostrar una mayor apertura y colaboración.

- Capacidad de humor: el humor es variable y depende de las características y la personalidad de cada persona. Lo que se valora en esta categoría es que la mujer, independientemente de su propensión al humor, sea capaz de participar en el humor de las otras, intervenir en las situaciones divertidas y gozar de ellas. Es un indicador del estado de ánimo y de la satisfacción global de la mujer.

- Comunicación con el resto del grupo: en la mayoría de los casos, abrirse a las relaciones con el resto del grupo significará un gran esfuerzo para la mujer. Necesita afianzar la confianza en sí misma y en las demás para poder comunicarse abiertamente, intervenir en las conversaciones sin necesidad de ser preguntada o interpelada y sentir cierta seguridad para expresar sus emociones. Sus primeras intervenciones serán poco comunicativas, breves y sin implicaciones personales. Esta comunicación tendrá una relación directa con la satisfacción que le produce pertenecer al grupo, compartir, ofrecer y recibir: elementos que son artífices y efectos de la cohesión grupal.

- Implicación e interés en las actividades que se realizan dentro del grupo: el mismo sentido de alienación, autocompasión y embotamiento que acompaña al maltrato se reflejará en una falta de interés por lo que se vive en el grupo y por las actividades que se realizan, una actitud que, paulatinamente, se transformará en motivación e interés por las actividades.

Satisfacción hacia la vida que tienen las mujeres como resultado de haber realizado el programa

Para introducir el concepto de forma muy resumida compartimos la siguiente definición: “Grado en que una persona juzga su vida, de un modo general o global, en términos positivos”. Es decir, midiendo el bienestar subjetivo lo que se pretende es estudiar en qué aspectos una persona valora su existencia de forma positiva.

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

En 1969, Bradburn propuso dos categorías en torno a la felicidad o el bienestar. La primera se centra en la valoración que las personas hacen de su propia vida; y la segunda, en el dominio de los sentimientos y las emociones positivas frente a las negativas. Keyes, Ryff y Shmotkin (entre otros) plantearon en 2002 otra categorización, en la que diferencian dos categorías dentro del constructor de bienestar. Por una parte, afirman la existencia de un bienestar subjetivo (centrado en los afectos, los sentimientos y la satisfacción con la vida) y un bienestar psicológico (más centrado en los indicadores de funcionamiento positivo de la vida, como el desarrollo de capacidades y el crecimiento personal). Del mismo modo, Ryan y Deci (2001) argumentan que el eje central del concepto de bienestar subjetivo lo fundamentan factores hedonistas tales como la satisfacción con la vida, la presencia de ánimo positivos y la ausencia de negativos.

Por lo tanto, el bienestar es percibido a través de las distintas esferas que median en la vida de las personas. Páez (1986) propone distintas dimensiones psicosociales involucradas en la percepción de bienestar: el nivel macrosocial (que tiene en cuenta variables como el rol sexual, la clase social, la edad); el microsociales (que incluye los sucesos vitales, la red y el soporte social, los procesos de socialización, etc.) y el psicológico (como la autoestima, las competencias psicosociales, etc).

3. MARCO METODOLÓGICO

En esta investigación se utilizó una metodología basada en técnicas cualitativas, gracias a la utilización de cuestionarios, entrevistas individuales y la observación. Para la investigación se han utilizado los siguientes instrumentos que se especifican a continuación:

- Ficha de Inscripción (Anexo I).
- Cuestionario de Inicio (Anexo II).
- Cuestionario de Salida (Anexo III).
- Escala de Percepción del cambio (Anexo IV).
- Estrella de Percepción del Cambio (Anexo V).
- Cuestionario de Percepción del Cambio (Anexo VI).

En la Ficha de Inscripción se han recogido datos básicos para poder acceder al programa. Cabe destacar que el número de mujeres que se han inscrito no se

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

corresponde con el número de mujeres que han terminado el programa completo, que han sido 39 en total sobre el que se ha trabajado en esta investigación.

Todos los instrumentos que se han utilizado fueron a través de entrevistas individuales en las que se le ha prestado la ayuda necesaria para la comprensión de los contenidos existentes en los mismos. Además, se ha utilizado la técnica de la observación a lo largo del todo el desarrollo del programa para complementar la realización de esta investigación.

Las ciudades donde se ha llevado a cabo el programa en Galicia han sido Santiago de Compostela, Lugo, Ourense, Ferrol y Vigo.

El día de inicio del programa se ha pasado a cada mujer un Cuestionario de Inicio.

A la hora de cubrir los cuestionarios, se trató de que fuese un proceso dinámico, interesante, motivador, proactivo y beneficioso para todas las personas implicadas.

El personal técnico tenía que conocer bien la dinámica del programa, su enfoque y las necesidades que se intentaban cubrir con su aplicación; en definitiva, “debía hacerlo suyo”. Solo así se pudo realizar una evaluación atractiva, interesante y que no quedara como elemento marginal y puntual sin conexión con todo lo que se estaba trabajando. El personal técnico se comprometió para poder comprometer a las participantes.

En cada uno de los momentos que se han pasado los cuestionarios la motivación de las mujeres adquirió una importancia considerable. El personal técnico fue quien ha promovido la motivación y ha buscado las estrategias para conseguir interesar a las participantes. Ha sido importante ofrecer un motivo y un por qué de la evaluación, expresar en voz alta la necesidad que representaba para todas, insistir en el factor de cambio y mejora. Las mujeres han estado y se han sentido integradas en la evaluación, no se actuó simplemente como meras portadoras de información.

Para ello se realizó una formación, en la cual se había aconsejado no convertir el pase de los cuestionarios en simples instrumentos pregunta-respuesta. El personal técnico debía conocer bien los cuestionarios que se cumplimentaron a través de entrevistas individualizadas.

El cuestionario inicial se ha cumplimentado antes de iniciar la aplicación del programa, individualmente por cada mujer con el asesoramiento del personal técnico. Varios motivos han justificado esta decisión.

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

- Antes de iniciar el trabajo grupal el asesoramiento del técnico o la técnica para cumplimentar el cuestionario inicial ha servido para entablar contacto, se ha iniciado la relación y se ha establecido la sinergia necesaria entre la persona facilitadora del grupo y cada una de sus integrantes.
- La mujer debía estar sola con la persona técnica para que se pudiera sentirse cómoda, planteara las preguntas que consideraba necesarias, se tomara el tiempo individual que necesitara sin estar condicionada por el grupo o por las comparaciones de lo que respondían o tardasen en responder las demás mujeres en el momento de realizarlo.
- En mujeres con alta vulnerabilidad social (con dificultades de idioma, con discapacidad auditiva, con discapacidad intelectual, etc) el personal técnico ha tenido que leer los ítems de las escalas con explicaciones sobre lo que se intentaba medir adecuándolas a la comprensión de la persona.
- Se ha evitado la frialdad que suponía iniciar las sesiones grupales con escalas de autoinforme donde la mujer se sentía explorada y analizada y no contribuía a la necesaria cohesión de grupo.

Ha sido conveniente utilizar la información que ya se poseía sobre la mujer para rellenar apartados y no se repitieran preguntas con datos que ya se habían obtenido.

El cuestionario final lo ha rellenado individualmente la mujer con la técnica/o responsable una vez finalizado el programa.

Cubrir el cuestionario final ha servido para establecer posibles procesos de continuidad de la atención y la ayuda, así como para mantener el vínculo a fin de poder observar cómo se han instaurado los cambios que se pudieran haber producido.

Ha sido necesario recordar a la mujer que, aunque fuera posible que las escalas le sonaran por haberlas realizado anteriormente, se procuró que se situara en el momento de cubrir el cuestionario y no intentara recordar lo que pusiera anteriormente. Se debió insistir en que pensara en ella misma, en sus emociones y sentimientos y no en lo que creía que era mejor.

El cuestionario de permanencia del cambio lo ha realizado cada mujer aproximadamente a los tres meses de haber finalizado el programa. Con este cuestionario se ha pretendido comprobar el estado de satisfacción de la mujer consigo misma y con su vida y de qué forma han permanecido los cambios que se produjeron como resultado de

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

la intervención . Por esta razón se impuso un espacio temporal entre la finalización de las sesiones y el cumplimiento del cuestionario.

Se llevó a cabo un estudio previo sobre la situación laboral de cada mujer participante antes de comenzar en el programa, durante y después de este.

4. DISCUSIÓN CRÍTICA DE LOS RESULTADOS

Los resultados obtenidos se han analizado teniendo en cuenta los objetivos que se habían planteado para esta investigación :

Objetivo general

Conocer el impacto producido en las mujeres con discapacidad que han participado en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia.

Objetivos específicos

1. Determinar el perfil de las mujeres que participaron en el programa: edad, el ámbito de procedencia (si es rural o urbano), situación laboral, estado civil, si tiene o no hijos/as, nivel de estudios, grupo de convivencia, tipo de discapacidad y situación de violencia.

2. Evaluar la situación de las mujeres antes del inicio del programa: autoestima, creencias irracionales, asertividad, afrontamiento de problemas, estado de ánimo, ideología de género y expectativas iniciales hacia el programa.

3. Descubrir el nivel de cambio que se ha producido en las mujeres después del programa: autoestima, creencias irracionales, asertividad, afrontamiento de problemas, estado de ánimo, ideología de género y cumplimiento de expectativas iniciales hacia el programa, grado de satisfacción con el programa y grado de aplicabilidad del programa a su vida.

4. Identificar actitudes y comportamientos observables en las mujeres.

5. Conocer el grado de consecución de los objetivos del programa según la percepción de las mujeres.

6. Analizar los efectos a largo plazo que ha producido el programa en las mujeres, valorando su sensación de bienestar y aspectos cognitivos, comportamentales y afectivos.

7. Determinar la inserción laboral de las mujeres que han pasado por el programa.

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

Se presentan a continuación los resultados pormenorizados de la investigación atendiendo a los objetivos marcados y que se han cumplido todos como se demuestra a continuación:

EDAD

Atendiendo a la edad de las treinta y nueve mujeres que han participado en esta investigación, podemos observar en la tabla nº1, que 12 de ellas tienen una edad comprendida entre 31 y 45 años, lo que representa un 46,15% del total de las mujeres participantes. Con edades comprendidas entre 46 a 65 años han sido 9 (23,08% del total) y 12 mujeres de 18 a 30 años (30,77% del total).

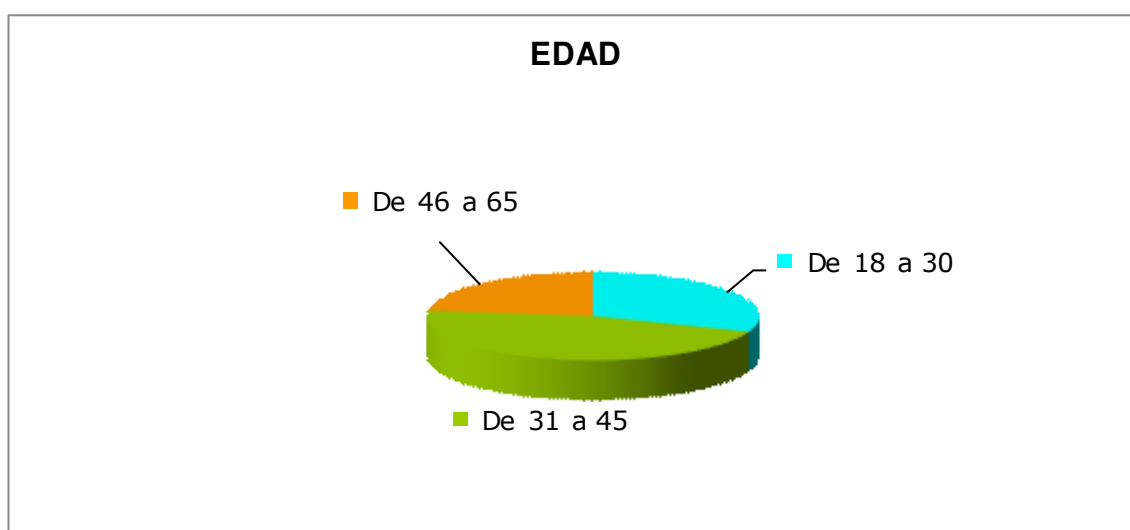
TABLA Nº1: Edad

Edad	Parcial	%
18-30	12	30,77%
31-45	18	46,15%
46-65	9	23,08%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

En el siguiente gráfico de sectores se puede observar los datos en cuanto a la edad, obtenidos de las mujeres entrevistadas.

GRÁFICO Nº1: Edad



Fuente: elaboración propia

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

TIPO DE DISCAPACIDAD

Según el tipo de discapacidad se ha detectado que de las 39 mujeres que han participado en programa, como se puede ver en cuadro nº2 destaca que 19 de ellas eran mujeres con una discapacidad física y/u orgánica (48,71% del total de las participantes) y 10 de ellas eran mujeres con discapacidad intelectual leve, las cuales han comprendido perfectamente los contenidos abordados a lo largo del programa perfectamente.

Cabe destacar que de las 4 mujeres con discapacidad sensorial (10,26% del total) todas tenían una discapacidad auditiva, pero sin ninguna dificultad a la hora de comprensión ya que todas poseían productos de apoyo que solventaban la desventaja con respecto a las demás.

TABLA Nº2: Tipo de discapacidad

Tipo de Discapacidad	Parcial	%
Física y/u orgánica	19	48,71%
Sensorial	4	10,26%
Mental	6	15,38%
Intelectual	10	25,65%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

Se debe resaltar la gran cohesión del grupo durante el desarrollo del programa, quedando en un aspecto irrelevante el tipo de discapacidad durante todo el programa.

En el siguiente gráfico se puede observar más visualmente el tipo de discapacidad de las participantes:

GRÁFICO Nº2: Tipo de discapacidad



Fuente: elaboración propia

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

ESTADO CIVIL

En cuanto al estado civil, se puede destacar que 18 de las participantes (46,16% del total) son mujeres solteras y 11 de ellas (28,20% del total) estaban casadas. En la tabla N^o3, se observa que de las mujeres participantes 1 estaba viuda y otra vivía en pareja lo que representa cada una el 2,52% del total.

En general, las familias ejercen una protección mucho mayor en las mujeres que en los hombres: miedo a embarazos, miedo a agresiones sexuales, etc. En las mujeres con discapacidad la sobreprotección es mucho más acuciante y esto se refleja en los datos obtenidos en la investigación. Las familias son reacias a que sus hijas tengan pareja o se casen porque también ven la posibilidad, si están percibiendo una prestación, una pérdida de ingresos económicos en la unidad familiar.

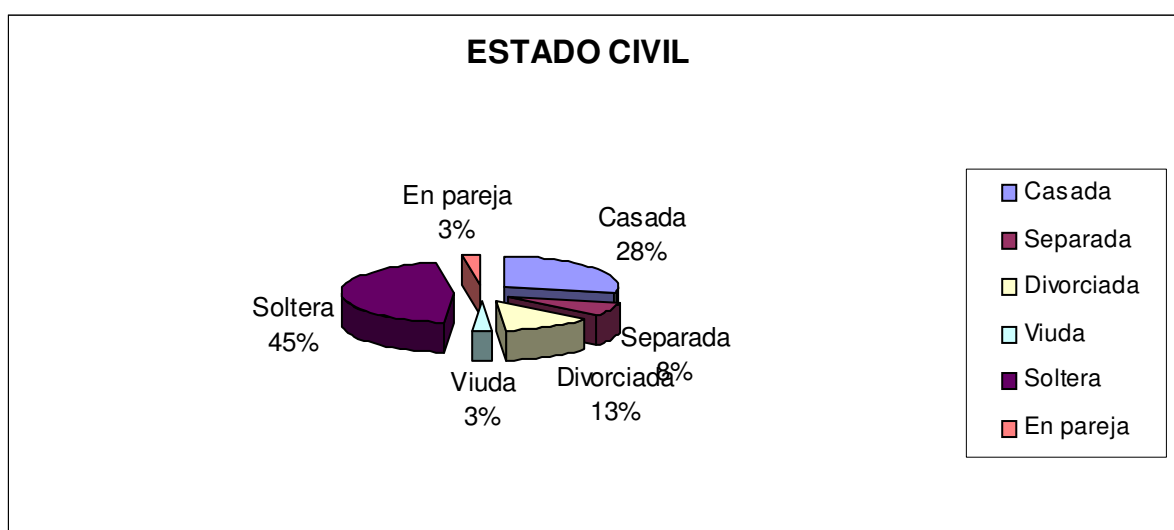
TABLA N^o3: Estado civil

Estado Civil	Parcial	%
Casada	11	28,20%
Separada	3	7,70%
Divorciada	5	12,82%
Viuda	1	2,56%
Soltera	18	46,16%
En pareja	1	2,56%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

En el gráfico N^o3 podemos visualizar el estado civil de las mujeres participantes.

GRÁFICO N^o3: Estado civil



Fuente: elaboración propia

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

CONVIVENCIA

En la siguiente tabla se puede ver que 12 de las mujeres conviven con su pareja porque no han tenido hijas/os o ya están fuera del ámbito familiar. Del total de las 39 mujeres participantes, 13 de ellas viven con sus familiares. 2 de ellas viven en una residencia puesto que tienen una discapacidad muy alta que no pueden realizar ninguna actividad de su vida diaria ni tampoco instrumental; además, no existe en la comunidad autónoma de Galicia un recurso que les permita cubrir sus necesidades viviendo en su domicilio porque requieren de muchas horas de atención y el único recurso existente es la residencia, aunque su deseo es poder vivir donde ellas quieran elegir.

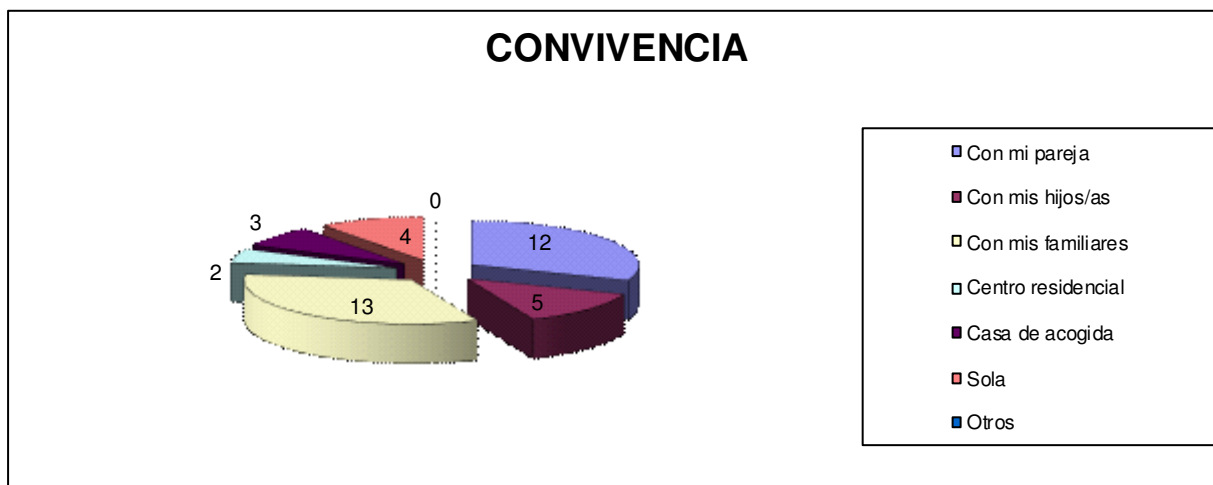
TABLA N^o4: Convivencia

Convivencia	Parcial	%
Con mi pareja	12	30,77%
Con mis hijos/as	5	12,82%
Con mis familiares	13	33,33%
Centro residencial	2	5,13%
Casa de acogida	3	7,69%
Sola	4	10,26%
Otros	0	0,00%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

Se puede observar más gráficamente con quién conviven las mujeres que han realizado el programa.

GRÁFICO N^o4: Convivencia



Fuente: elaboración propia

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

HIJAS O HIJOS

De los datos obtenidos en la investigación, en la tabla N^o5, destacan que 26 de las mujeres no han tenido hijas/os. Las que sí han tenido, ha sido muy en contra de sus familias, e incluso varias de ellas han roto sus relaciones por este motivo durante años.

La sociedad en general y las familias en particular, siguen viendo a las mujeres con discapacidad como seres asexuados y sin capacidad para poder decidir sobre el derecho a ejercer la maternidad, aunque no estén incapacitadas judicialmente. Tratan de persuadir las para que no tengan descendencia porque conciben que van a ser una carga para ellas.

Cabe destacar que de las 26 mujeres que no tienen hijas/os les han extirpado parte o total de sus órganos sexuales internos a 6 de ellas. Esto se ha detectado a través del tiempo y de las entrevistas que se han realizado. Al preguntarles por los motivos que había para ello comentaron que les habían sugerido para “ahorro de visitas ginecológicas, gasto de material higiénico femenino, porque no iban a tener hijas/os...”, esto es lo que han comentado las propias mujeres.

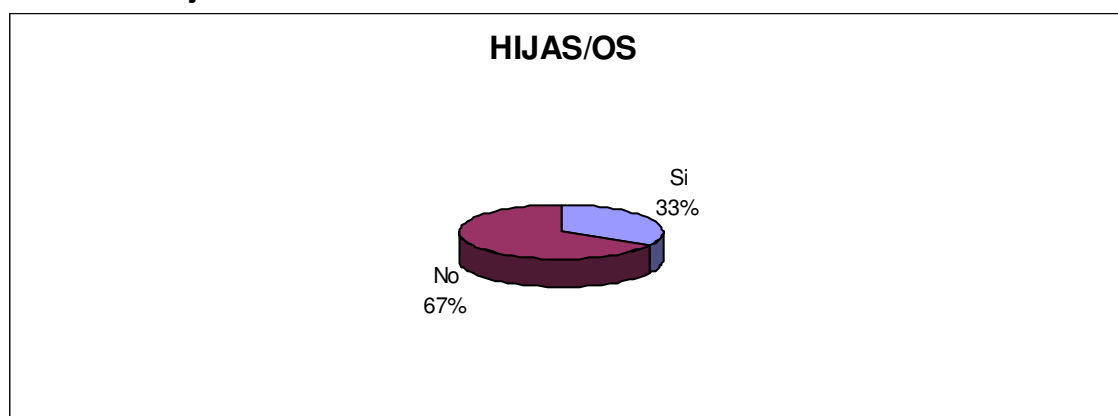
TABLA N^o5: Hijas/os

Hijas/os	Parcial	%
Si	13	33,33%
No	26	66,67%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

Podemos ver en el gráfico N^o5, la proporción de las mujeres que han tenido hijas/os y las que no.

GRÁFICO N^o5: Hijas/os



Fuente: elaboración propia

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
"Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

ESTUDIOS/FORMACIÓN

De las 39 mujeres se puede observar en la tabla siguiente que ninguna de ellas han estudiado en la universidad. 31 de ellas han realizado estudios básicos o primarios y 5 han logrado terminar un ciclo formativo o estudios de bachillerato.

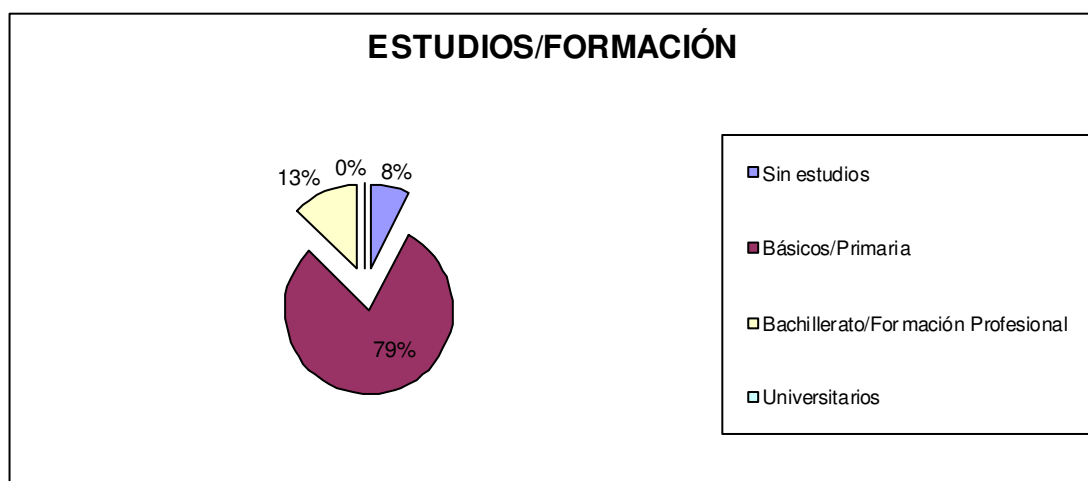
TABLA N^o6: Estudios/formación

Estudios/Formación	Parcial	%
Sin estudios	3	7,69%
Básicos/Primaria	31	79,49%
Bachillerato/Formación Profesional	5	12,82%
Universitarios	0	0,00%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

La formación es uno de los requisitos que se requiere para poder insertarse laboralmente. Como podemos ver a través de los resultados de la investigación las mujeres con discapacidad difícilmente llegan a tener estudios universitarios por falta de motivación en el ámbito familiar, por orientaciones erróneas fruto de creencias de que las personas con discapacidad no pueden estudiar. Otra explicación a todo esto es que durante la etapa obligatoria se cuenta con los recursos necesarios para poder estudiar: transporte escolar adaptado, cuidadoras/es en los centros. Mientras que las siguientes etapas no se están prestando los apoyos necesarios porque non son etapas de estudio obligatorias y aducen a la falta de presupuesto económico para dotar de los recursos necesarios para poder estar en igualdad de condiciones que el resto de la sociedad.

GRÁFICO N^o6: Estudios/formación



Fuente: elaboración propia

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

ÁMBITO DE PROCEDENCIA

En cuanto al ámbito de procedencia de las 39 mujeres participantes, cabe destacar que 27 eran del ámbito urbano y 12 mujeres vivían en ámbito rural, como se observa en la tabla nº2 que se presenta a continuación.

TABLA Nº7: Ámbito de procedencia

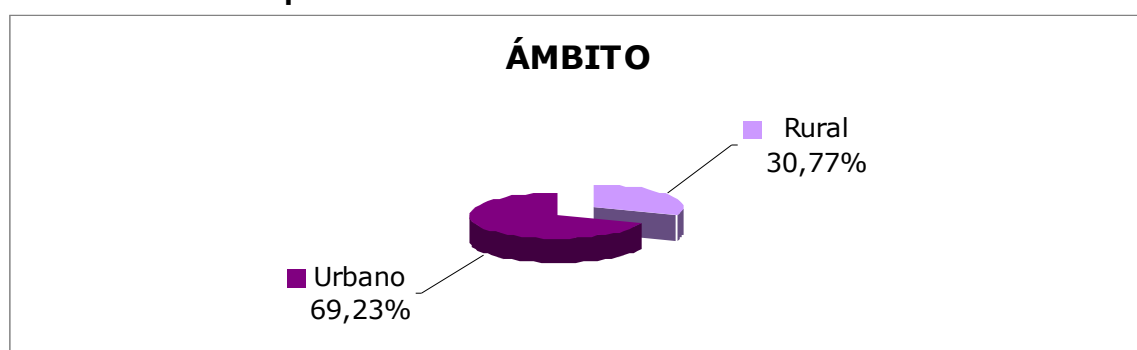
Ámbito	Parcial	%
Rural	12	30,77%
Urbano	27	69,23%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

Las personas que viven en el medio rural tienen más dificultades para acceder a los recursos en igualdad de condiciones, y máxime si estamos abordando la participación en programas que versan sobre la violencia y mujeres con discapacidad. Esto se refleja en la tabla que acabamos de analizar y en el gráfico que se presenta a continuación.

La confluencia de factores como el género, la discapacidad y el ámbito de residencia hace que estas se conviertan en un grupo con un alto riesgo de sufrir algún tipo de maltrato. En este momento residir en el rural genera desigualdades que están siendo ignoradas en las mujeres con discapacidad. Desigualdades en cuanto a la accesibilidad a las instituciones públicas, acceso a los servicios y recursos sociales, medios de transporte accesibles, etc. que dificultan la participación en igualdad de oportunidades. Cabe destacar de lo dicho, que en el medio rural el acceso a la información tiene más dificultades, por ejemplo, disponer de banda ancha para poder acceder a internet. Esta desventaja incide en la alfabetización tecnológica del medio rural y máxime en las mujeres con discapacidad con mayores dificultades.

GRÁFICO Nº7: Ámbito de procedencia



Fuente: elaboración propia

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

Para corroborar lo dicho anteriormente, podemos observar en este gráfico que el 69,23% eran mujeres que procedían del ámbito urbano frente al 30,77% procedentes del ámbito rural.

SITUACIÓN LABORAL

En cuanto a la situación laboral de las mujeres participantes se analizó su situación al inicio del programa. Como podemos observar en el cuadro nº3, 21 mujeres se encontraban en situación de paradas, lo que supone un 53,85%, y 3 (7,69%) de ellas sólo realizaban trabajos puntuales referidos a cuidados de personas y/o tareas domésticas.

TABLA Nº8: Situación laboral al iniciar el programa

Situación Laboral	Parcial	%
Parada	21	53,85%
Ama de casa	7	17,95%
Pensionista	8	20,51%
Estudiante	0	0,00%
Trabajos puntuales	3	7,69%
Trabajo estable	0	0,00%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

Analizaremos a continuación a través del gráfico nº4, los cambios que se han producido al finalizar el programa como ha cambiado la situación laboral de las mujeres que han participado en el mismo.

TABLA Nº9: Situación laboral al finalizar el programa

Situación Laboral Finalización Programa	Parcial	%
Parada	10	25,64%
Ama de casa	3	7,70%
Pensionista	6	15,38%
Estudiante	5	12,82%
Trabajos puntuales	14	35,90%
Trabajo estable	1	2,56%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

Como se puede observar en la tabla Nº9 de las 27 paradas que había al principio se ha pasado a 13 después de realizar el programa. Al analizar el apartado de ama de casa ha pasado de haber 7 a haber 5. Esto se explica que con la realización del programa ha aumentado la autoestima y han confiado en sus capacidades para realizar cursos de

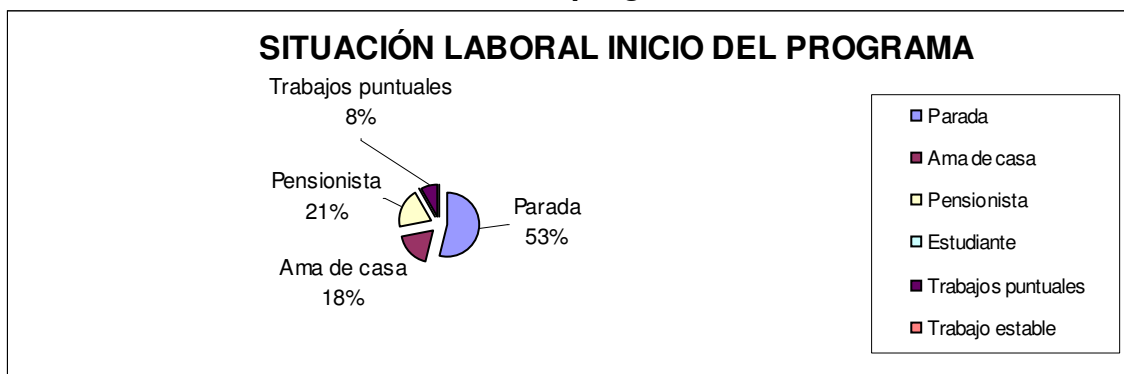
Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

formación e iniciar un itinerario de búsqueda activa de empleo. Cabe destacar que se ha trabajado mano a mano con el personal de orientación laboral interdisciplinariamente para el cambio de actitudes y de aptitudes de las mujeres realizando cursos de técnicas de búsqueda de empleo así como contactos con empresas para trabajar con el empresariado en la incorporación a su puesto de trabajo. De hecho como se puede observar en la tabla nº4, una de las mujeres ha conseguido que le hicieran un contrato indefinido.

En cuanto a las mujeres que están percibiendo una prestación es necesario un trabajo más a largo plazo ya que la presión de las familias y de ellas mismas para poder iniciar una búsqueda activa de empleo o la realización de cursos de capacitación profesional ya que piensan que si trabajan no van a recuperar sus prestaciones al terminar el mismo.

Se puede observar en siguiente gráfico la evolución de las mujeres en cuanto a su situación laboral al inicio y al término del mismo:

GRÁFICO Nº8: Situación laboral al iniciar el programa



Fuente: elaboración propia

GRÁFICO Nº9: Situación laboral al finalizar el programa



Fuente: elaboración propia

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

VIOLENCIA

En cuanto a la situación de violencia cabe destacar de los resultados que 29 de las mujeres participantes en el programa han sufrido algún tipo de violencia a lo largo de su vida, bien fuese por parte de sus parejas o por parte de familiares. Y como se puede observar en la tabla N^o10, 7 de ellas la están viviendo en la actualidad.

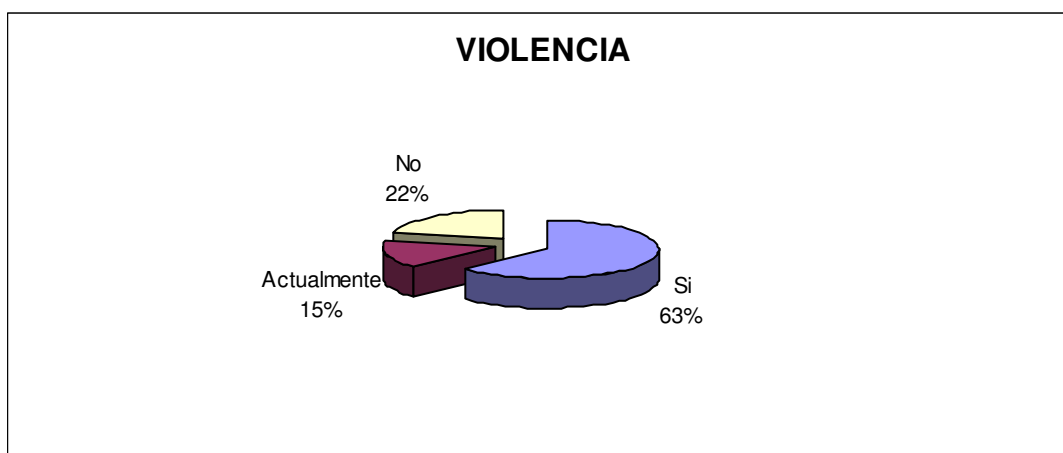
TABLA N^o10: Violencia

Violencia	Parcial	%
Si	29	29,00%
Actualmente	7	7,00%
No	10	10,00%
TOTAL	46	46,00%

Fuente: elaboración propia

Se puede ver mejor en el siguiente gráfico los porcentajes preocupantes a este respecto.

GRÁFICO N^o10: Violencia



Fuente: elaboración propia

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS DATOS OBTENIDOS EN EL CUESTIONARIO INICIAL, CUESTIONARIO DE SALIDA Y LA EVOLUCIÓN DE LAS PUNTUACIONES ENTRE EL INICIAL Y EL DE SALIDA DE LAS DIFERENTES ESCALAS⁵

El cuestionario de inicio tenía una finalidad diagnóstica y evaluativa. Pretendía valorar el estado de la mujer en una serie de variables (explicadas a continuación) que

⁵ Todas las variables están recogidas ampliamente en el ANEXO IV Tablas comparativas y escalas, de cada mujer, tanto al inicio como al finalizar el programa, así como las medias del grupo

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

podían condicionar sus cogniciones, emociones y comportamientos de tal forma que impidiesen el desarrollo personal autónomo, independiente, y con capacidad de elección personal. Estas variables se intentaron modificar con la participación en el programa.

El cuestionario de salida pretendía valorar cómo ha afectado la participación en el programa a las variables medidas al inicio para comprobar si las mujeres habían experimentado algún cambio al término del mismo.

Todas las variables medidas utilizan una escala de tipo Likert, que consta de una serie de enunciados en los que las mujeres deben evaluar, en función de su criterio, su nivel de acuerdo o desacuerdo con la afirmación, es decir, en que medida llevan a cabo esa conducta o tienen un pensamiento o sentimiento.

ESCALA DE CREENCIAS IRRACIONALES

Los valores obtenidos en el grupo de mujeres que participaron en el programa, fueron al inicio sobre 18 y al terminar sobre 10. Teniendo en cuenta que el valor máximo que se podía obtener era 6 y el máximo 24, y que:

- los resultados de 6 a 12, indicaban un bajo nivel de creencias
- de 13 a 17, indicaban un nivel medio de creencias irracionales, y
- de 18 a 24, indicaban un alto nivel de creencias irracionales, lo que conlleva en las mujeres miedos y angustias capaces de aniquilar la voluntad y la fuerza para actuar enfrentarse al futuro y establecer metas propias.

El grupo de mujeres al inicio tenían un alto nivel de creencias irracionales (18), en cambio al finalizar el programa su nivel ha bajado (10).

Para poder ver la evolución entre la fase inicial y la final de la media de los valores de las mujeres, hay que tener en cuenta:

- Los valores negativos que se aproximan a -18 indicaban una mejora: el nivel de creencias irracionales ha bajado.
- Cuanto más cerca de -18 estuviera el resultado, más bajaba el nivel de creencias irracionales.
- Los resultados positivos indicaban que el nivel de creencias irracionales había aumentado. Cuanto más cerca de 18 estaba el resultado, más aumentaba el nivel de creencias irracionales.

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

Por tanto, en el grupo de mujeres que ha participado en el programa, cuya diferencia entre el inicio y el final es de $-7,83$ indica que han mejorado en su nivel de creencias irracionales.

ESCALA DE AUTOESTIMA

En la escala de autoestima, la puntuación mínima era de 10 y la máxima de 40. Los resultados podían variar entre:

- De 10 a 20; indicaban un nivel bajo de autoestima.
- De 21 a 29, indicaban un nivel medio de autoestima.
- De 30 a 40, indicaban un alto grado de autoestima.

Los resultados obtenidos en esta investigación al inicio del programa fue de más de 23 (nivel medio de autoestima) y al finalizar de más 36 (nivel alto de autoestima).

La evolución de los resultados se puede decir que es de más 12 con lo que ha aumentado la autoestima del grupo y de cada una de las mujeres que han realizado el programa (como podemos ver más detalladamente en la página 66), teniendo en cuenta lo siguiente:

- Los resultados positivos indicaban una mejora: la autoestima había aumentado. Cuanto más cerca de 30 estaba el resultado, más había subido el nivel de autoestima.
- Los resultados negativos indicaban que la autoestima había bajado. Cuanto más cerca de -30 estaba el resultado, más había bajado el nivel de autoestima.
- Si el resultado era 0, la autoestima no había variado.

ESCALA DE AFRONTAMIENTO DE LOS PROBLEMAS

En la escala de afrontamiento de los problemas, la puntuación mínima teórica era de 5 y la máxima de 20:

- Los resultados de 5 a 9, indicaban un nivel bajo de capacidad para enfrentarse de manera activa a los problemas.
- De 10 a 15, indicaban un nivel medio de capacidad de afrontamiento activo a los problemas.
- De 16 a 20, indicaban un alto grado de capacidad de afrontamiento activo y resolución de los problemas.

El valor medio obtenido por el grupo de mujeres al inicio del programa ha sido de más de 10 por lo que al inicio del programa tenían un nivel medio bajo de capacidad de

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

afrontamiento a los problemas. En cambio el resultado de la media obtenida al final ha sido de más de 17 por lo que indicó que el grupo había alcanzado un alto grado de capacidad de afrontamiento activo y resolución de los problemas, lo que se ha detectado en la adopción de estrategias y de recursos por parte de las mujeres para afrontar ciertas situaciones problemáticas en sus vidas.

Al analizar la evolución desde el inicio hasta el final del programa, se pudo observar que el resultado fue de más de 6, lo que nos indicó una buena evolución ya que:

- Los resultados positivos indicaban una mejora: la capacidad para enfrentarse de manera activa a los problemas era mayor. Cuanto más cerca de 15 estaba el resultado, más había subido.
- Los resultados negativos indicaban que la capacidad para enfrentarse de manera activa a los problemas había disminuido. Cuanto más cerca de -15 estaba el resultado, más había bajado.
- Si el resultado era 0, la capacidad para enfrentarse de manera activa a los problemas no había variado.

ESCALA DE ESTADO DE ÁNIMO

La puntuación mínima teórica en esta escala era de 1 y la máxima de 5. Al inicio, el grupo de mujeres objeto de esta investigación, habían obtenido un resultado de media de más de 3 al inicio del programa, y de más 4 (casi 5) al finalizar el mismo, teniendo en cuenta las siguientes indicaciones:

- Los resultados positivos indicaban que el estado de ánimo había mejorado. Cuanto más cerca de 4 estaba el resultado, más había mejorado.
- Los resultados negativos indicaban que el estado de ánimo había empeorado. Cuanto más cerca de -4 estaba el resultado, más había bajado.
- Si el resultado era 0, el estado de ánimo no había variado.

Comentaban en las entrevistas realizadas al finalizar el programa que no “sabían que se iba a dar en los diferentes talleres”, “estaban muy nerviosas”, etc. Se observa que la diferencia del inicio y del final es de más de 1 por lo que el estado de ánimo del grupo en general había mejorado.

CAPACIDAD ASERTIVA

La puntuación mínima teórica en esta escala era de 10 y el máximo de 40. El grupo de mujeres al inicio del programa habían obtenido un resultado de media de más de 31 y

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

al finalizar el programa, el resultado había sido de más de 16. Aunque aparentemente, parece que había disminuido la capacidad asertiva, se debía tener en cuenta:

- Resultados de 10 a 20, indicaban un nivel alto de asertividad, por lo tanto las mujeres eran capaces de defender sus derechos sin vulnerar los de las demás.
- Resultados de 21 a 29, indicaban un nivel medio de asertividad.
- Resultados de 30 a 40, indicaban un bajo grado de asertividad. En este caso, las mujeres se caracterizan por tener un papel sumiso en las relaciones interpersonales y por no hacer prevalecer sus derechos.

Ojo que la interpretación de las puntuaciones era a la inversa, por lo que el grupo en concreto, en cuanto a la evolución del inicio al final del programa había obtenido un –14 (casi –15) lo que significó una mejora, teniendo en cuenta lo siguiente:

- Los resultados negativos indicaban que la capacidad asertiva había aumentado. Cuanto más cerca de -30 estaba el resultado, más había mejorado.
- Los resultados positivos indicaban que la capacidad asertiva había disminuido. Cuanto más cerca de 30 estaba el resultado, más había bajado.
- Si el resultado era 0, la capacidad asertiva no había variado.

ESCALA DE IDEOLOGÍA DE GÉNERO

La puntuación mínima teórica era de 8 y el máximo de 32. Las media de las puntuaciones obtenidas al inicio del programa por el grupo de mujeres era de más de 25 (casi 26) y al finalizar fue de más de 17 (casi 18). Esto significó que al inicio el grupo tenía un alto grado de ideología de género, es decir, las mujeres que obtuvieron esta puntuación tenían muy asumidos los roles que la sociedad patriarcal asignaba a cada género. Siguiendo la siguiente escala:

- Resultados de 8 a 16, indicaban que un nivel bajo de ideología de género, lo que significaba que su imaginario estaba cargado de pocas ideologías estereotipadas en este ámbito.
- Resultados de 17 a 23, indicaban un nivel medio de ideología de género.
- Resultados de 24 a 32, indicaban un alto grado de ideología de género.

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

Por lo tanto al finalizar el programa, se había pasado a un nivel medio.

La evolución entre ambos espacios de tiempo había sido de -7 por lo que se ha conseguido disminuir las ideas estereotipadas de género a lo largo de la participación del programa, teniendo en cuenta las siguientes indicaciones:

- Los resultados negativos indicaban que las ideas estereotipadas de género habían disminuido. Cuanto más cerca de -24 estaba el resultado, más habían disminuido.
- Los resultados positivos indicaban que las ideas estereotipadas sobre el género habían aumentado. Cuanto más cerca de 24 estaba el resultado, más habían aumentado.
- Si el resultado era 0, las ideas estereotipadas sobre el género no habían cambiado.

ESCALA DE EXPECTATIVAS Y CUMPLIMIENTO DE EXPECTATIVAS

Los valores obtenidos por las mujeres al inicio del programa en cuanto a las expectativas y el cumplimiento de las mismas ha sido de más de 3, mientras que al finalizar ha sido de 5. Teniendo en cuenta que el valor mínimo era de 1 y el máximo de 5, según los siguientes tramos:

- Resultados 1 y 2, indicaban que tenían pocas expectativas depositadas en este programa o bien que no creían que les iba a servir para nada su paso por el programa para su crecimiento personal.
- Resultado 3, indicaba que las mujeres se mostraban indecisas para valorar si el programa les había servido o les ha servido para su crecimiento personal.
- Resultados de 4 y 5, demostraban que al inicio del programa presentaban unas altas expectativas hacia el taller, o bien que al final constataron que este programa ha sido beneficioso para su crecimiento personal.

La evolución de los resultados en este aspecto al grupo de mujeres han obtenido una media de 1,7, por lo que las expectativas iniciales se han conseguido, teniendo en cuenta lo siguiente:

- Los resultados positivos indicaban que las expectativas iniciales se habían superado. Cuanto más cerca de 4 estaba el resultado más se habían superado
- Los resultados negativos indicaban que las expectativas iniciales no se habían cumplido. Cuanto más cerca de -4 estaba el resultado, menos se habían cumplido.
- Si el resultado era 0, las expectativas iniciales se habían correspondido con la realidad.

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

ESCALA DE SATISFACCIÓN

En cuanto a la satisfacción, el valor mínimo era un 1 y el máximo un 5. Según se observa en los resultados obtenidos, que ha sido de un 5, el grado de satisfacción por participar en este programa del grupo de mujeres es el más alto, teniendo en cuenta lo siguiente:

- Resultados 1 y 2: Indicaban una baja satisfacción sobre el programa.
- Resultados 3: Indicaba que las mujeres valoraban que el programa les había aportado poca ayuda.
- Resultados 4 y 5: Indicaban que las mujeres estaban altamente satisfechas con el contenido del programa.

ESCALA DE UTILIDAD

Si tenemos en cuenta la escala de utilidad, el valor medio obtenido ha sido de 4,6, siguiendo el siguiente tramo:

- Resultados 1 y 2: Indicaban que el taller no les había sido de utilidad.
- Resultados 3: Indicaba que las mujeres valoraron que el programa les había sido de poca utilidad.
- Resultados 4 y 5: Indicaban que las mujeres valoraron que el programa es de alta aplicabilidad en sus vidas. Por lo que el grupo de mujeres valoró que el programa (o los contenidos) fue de alta aplicabilidad en sus vidas.

ESCALA DE PERCEPCIÓN AL CAMBIO

El valor medio obtenido por el grupo de mujeres al inicio, en cuanto a la percepción al cambio, ha sido de 15,5, mientras que al finalizarlo el valor ha sido de 40. Se puede observar también que la evolución entre el inicio y el final ha sido de un valor de 24,37, esto significa que ha habido cambios en las mujeres participantes, porque si el resultado fuera igual o menor que cero significaría que no hubo cambios en las mujeres o bien que fueran negativos. Es decir, a mayor diferencia mayor cambio observado.

PERMANENCIA AL CAMBIO

Después de tres meses de finalización del programa se ha pasado a cada mujer el cuestionario de permanencia al cambio en el que se ha obtenido una media de 4,2 lo que nos demuestra que las mujeres que han pasado por el programa valoran que se sienten mucho mejor antes de iniciarlo, tal y como se muestra en la siguiente escala de valores:

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

- Resultados 1 y 2: Indicaban que las mujeres se sentían peor una vez finalizado el programa.
- Resultados 3: Revelaba que las mujeres no percibieron grandes cambios en su vida después de haber finalizado el programa.
- Resultados 4 y 5: Demostraba que las mujeres valoraban que una vez finalizado el programa se sentían mejor o mucho mejor que antes de iniciarlo.

ESTRELLAS DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE DE LAS 39 MUJERES PARTICIPANTES

A partir de la página 87, están anexadas todas y cada una de las estrellas de auto percepción del aprendizaje de las 39 mujeres que han participado en el programa. Si el resultado es igual o menor a 0, significa que no ha habido cambios en la mujer o bien que los cambios han sido negativos. De las mujeres que han iniciado y finalizado el programa todas han percibido mejoras en muchos o en todos los aspectos que se analizaron.

5. CONCLUSIONES

La vulnerabilidad de las niñas y mujeres con discapacidad en relación con la violencia está estrechamente ligada a dos factores claves:

- La percepción social de que los hombres y mujeres no son iguales, lo que supone una dominación social y física de los hombres hacia las mujeres.
- La percepción social de la discapacidad, en donde los cuerpos de las personas con discapacidad son vistos diferentes al del resto, incapaces y enfermos y, por tanto, no normales.

La interseccionalidad de estos dos factores es la principal causa y la razón de muchas violaciones, desigualdades y vulneraciones de los derechos fundamentales de las niñas y mujeres con discapacidad en la sociedad.

Una de las consecuencias provocadas por esta interseccionalidad es la auto percepción negativa de estas niñas y mujeres, que se ve agravada por la frecuente falta de formación (incluida la falta de educación en derechos y sobre su propia sexualidad), ausencia de empleo, escasa o nula capacidad económica, y desarrollo de un trabajo en el seno de la familia no mercantilizado y pocas veces adecuado a la propia discapacidad.

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

Esta autopercepción negativa se pone especialmente de manifiesto ante la severidad de un déficit. En este caso, la falta de habilitación o rehabilitación adecuadas pueden provocar en las mujeres con discapacidad situaciones de grave indefensión ante la posibilidad de repeler y afrontar situaciones de abuso o maltrato. Especialmente, la adquisición de la discapacidad en la vida adulta generará, en muchos casos, situaciones de dependencia que hagan aún más vulnerables a tales mujeres.

La mayor vulnerabilidad de las mujeres con discapacidad está también ligada a la imagen social que de ella se tiene, así como a las explicaciones, en ocasiones irracionales, que se han esgrimido para explicar o justificar abusos sexuales perpetrados contra ellas. Por este motivo, sus entornos comunitarios no suelen contar con una previsión de recursos inclusivos para ellas, lo que las convierte en más débiles ante la violencia. Así se ha comprobado con esta investigación, por lo general, las mujeres con discapacidad tienen:

- Mayores dificultades para expresar los malos tratos debido a barreras de comunicación.
- Dificultad de acceso a los puntos de información y asesoramiento, principalmente debido a la existencia de barreras físicas, tecnológicas o de la comunicación.
- Enfrentamiento entre los papeles tradicionales asignados a la condición de mujer y la negación de éstos mismos en la mujer con discapacidad.
- Mayor dependencia de la asistencia y cuidados de otros.
- Miedo a denunciar el abuso por la posibilidad de la pérdida de los vínculos y la provisión de cuidados.
- Menor credibilidad a la hora de comunicar o denunciar hechos de este tipo. Ante algunos estamentos sociales, es posible que no se les crea.
- Vivir frecuentemente en entornos que favorecen la violencia (familias desestructuradas, instituciones, residencias y hospitales).

La violencia contra las mujeres con discapacidad es un tema que se debe visibilizar a través de investigaciones y estudios científicos con el objetivo de poner en relieve este importante fenómeno. Durante dos años hemos implementado un programa para contribuir a erradicar esta lacra social en nuestra entidad, ACADAR (Asociación de Mulleres con Discapacidade de Galicia).

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

A raíz de este estudio del impacto en las mujeres con discapacidad en el programa “Violencia:Tolerancia Cero” se pueden observar las siguientes conclusiones:

- El perfil de la mujer con discapacidad (joven, de mediana edad o de edad más avanzada), con escasa formación, sin empleo pero con mucho trabajo no reconocido socialmente (cuidadoras de familiares, por ejemplo). La mayoría de ellas solteras, con nivel de estudios muy básico, conviven la mayoría con sus familiares. La mayoría de las mujeres, sufrieron o sufren violencia, ya bien sea psicológica, económica, física, sexual, etc.
- En este programa han participado más mujeres del ámbito urbano que del rural, porque tenían más oportunidades en cuanto a desplazamientos más autónomos, y máxime si las mujeres tienen graves dificultades para desplazarse porque precisan de transporte adaptado, “encarece mucho su participación” (dice la Administración) porque hay que movilizar un transporte adaptado específico para poder acudir a los programas, y máxime si es de zona rural. Pero se debe invertir en fomentar la autonomía de las personas como “personas con pleno derecho” reconocido por la legislación a nivel de la ONU, europea, estatal y autonómica.
- Se logra la inserción laboral de las mujeres con discapacidad, con la implementación de programas que aborden la violencia de las que han sufrido y/o poner en el consciente situaciones de violencia que ellas mismas creían “normales”. Para ello es necesario capacitar a las mujeres con discapacidad hacia la superación de las secuelas (y/o a nivel preventivo) de las secuelas de las situaciones de violencia, a identificar situaciones de violencia, activar los factores críticos que las capacite para enfrentarse a los elementos culturales que sirven de base a la violencia; es necesario favorecer e impulsar los procesos de cambio que les permitirá regularizar su vida cotidiana.
- Este estudio es una muestra de la eficacia de los programas ya que se ha comprobado en qué grado las mujeres han alcanzado los objetivos; pero además de la efectividad ya se han medido los logros alcanzados medidos en el tiempo con un resultado de excelente.
- Los cambios que se han producido en las mujeres que han participado en el programa ha sido muy positivo tanto desde el punto de vista de las propias mujeres como de las técnicas que han implementado los diferentes talleres a lo largo del programa. Los

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

aspectos de cambio que se han analizado, fueron creencias irracionales, autoestima, afrontamiento de los problemas, estado emocional, capacidad asertiva, ideología de género, y expectativas de las propias mujeres y la percepción al cambio. En todos ellos, se ha observado una evolución positiva.

- La realización de programas de capacitación en los aspectos mencionados anteriormente, aumentaron las posibilidades de empleabilidad de las mujeres al aumentar sus competencias que favorecieron el inicio en trabajos remunerados.
- Es necesario realizar programas dónde las mujeres con discapacidad sean las protagonistas, que se sientan artífices del proceso de cambio y que este proceso contribuya a promover los factores de resiliencia⁶ y a activar su empoderamiento. Las mujeres con discapacidad son, ante todo, mujeres, sobre las que las desigualdades de género construidas en una sociedad patriarcal inciden de igual manera.
- Con el fin de reducir el impacto emocional que provoca el maltrato y ayudar tanto a las víctimas como a las personas que se encuentran de situación de riesgo, es muy necesario la implementación de programas de prevención y de intervención para lograr una sociedad más justa y fomentar la igualdad de oportunidades entre las personas.

6. LIMITACIONES Y PROSPECTIVA

Como líneas de investigación futuras se pueden destacar las siguientes:

- Conocer el grado la accesibilidad de los recursos y servicios de atención disponibles para las mujeres víctimas de violencia.
- Analizar la legislación vigente en temas de violencia e investigar si contempla medidas y/o dispositivos adicionales para las mujeres que necesitan ayuda de otra persona para estar en igualdad de condiciones que el resto.
- Conocer el grado de participación de las mujeres con discapacidad en puestos de responsabilidad.

⁶ American Psychological Association: <http://www.apa.org/centrodeapoyo/resiliencia-camino.aspx>

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
"Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- CERMI (Comité Español Representantes de Personas con Discapacidad) (2013). *Contribución escrita del CERMI al Comité sobre los derechos de las personas con discapacidad en su medio día de debate general sobre mujeres y niñas con discapacidad*. Recuperado el 20 de marzo de 2013, de http://www.ohchr.org/Documents/HRBodies/CRPD/DGD/2013_Submissions/CERMI.doc
- CERMI (Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad). (2012). *Manual: La transversalidad de género en las políticas públicas de discapacidad. Volumen I*. Recuperado el 25 de marzo de 2013, de http://www.cermi.es/es-ES/MujeresDiscapacidad/conferencia_internacional_de_mujeres_con_discapacidad/Lists/documentos%20mujeres/Attachments/3/La%20transversalidad%20del%20genero.pdf
- CERMI (2011). *2º manifiesto de los derechos de las mujeres y niñas con discapacidad de la Unión Europeo. Una herramienta para activistas y responsables políticos*. Recuperado el 1 de abril de 2013, de http://www.cermi.es/es-ES/MujeresDiscapacidad/conferencia_internacional_de_mujeres_con_discapacidad/Lists/documentos%20mujeres/Attachments/1/2%C2%BA%20MANIFIESTO%20PROCURADO RA.pdf
- CERMI (Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad). Informe para contribuir al Estudio Analítico sobre la Violencia contra las Mujeres y Niñas y la Discapacidad. Recuperado el 29 de marzo de 2013, de <http://www.cermi.es/es-ES/MujeresDiscapacidad/Publicaciones/Paginas/OtrasPublicaciones.aspx?TSMEIdPub=4>
- Consejería para la Igualdad y Bienestar Social (Junta de Andalucía). *Mujeres con discapacidad y violencia sexual: Guía para profesionales*. Dirección General de Personas con Discapacidad. Recuperado el 2 de mayo de 2013, de http://sid.usal.es/idocs/F8/FDO20906/Violencia_sexual.pdf
- Naciones Unidas (2006). *Estudio sobre todas las formas de violencia contra la mujer*. Informe del Secretario General. Asamblea General A/61/122/Add.1. - Donoso T., Luna, E. y Velasco, A. (2012). Obra Social "La Caixa": Programa "Violencia: Tolerancia Cero". Guía de Evaluación.
- Fernández, P., Ramírez, M.J., y Ramiro, P (2005). *Diagnostico social sobre violencia de género y discapacidad en la ciudad de Madrid*. Área de Gobierno de Empleo y Servicios a la Ciudadanía. Ayuntamiento de Madrid: DL. M. 32.806- 2005.

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

- Fernández, P. (2006). *La mujer con discapacidad física en la Comunidad de Madrid. Incidencia de la violencia de género y malos tratos y desempleo como factores de discriminación*. Coordinadora de Minusválidos Físicos de la Comunidad de Madrid, Obra Social Caja Madrid ISBN 84-934135-8-5.
- Instituto de la Mujer (2007). *La salud en las mujeres con discapacidad. Guía de Salud XVII*. Madrid. Recuperado el 25 de marzo de 2013, de http://www.inmujer.gob.es/areasTematicas/salud/publicaciones/GuiaSalud/docs/Salud_XVII.pdf
- Mun, G., Conde, A., y Portillo, I. (2006). *Mujer, Discapacidad y Violencia. El rostro oculto de la desigualdad*. Nº93. Madrid. Instituto de la Mujer. Recuperado el 30 de marzo de 2013, de <http://www.inmujer.gob.es/areasTematicas/estudios/serieEstudios/docs/discapacidadViolencia.pdf>
- San Segundo, T. (2009). *La violencia de género: origen y consecuencias en más allá de la Ley: Enfoques sobre la Violencia de Género*. Jornadas Fundación Aequitas-UNED, varios autores, coord. Fernando Reviriego Picón. Madrid. Marzo 2009, Jacaryan, S.A. p. 21 a 40 ISBN: 978-84-692-2506-6.
- Santamaría, C., López, P. y Mendigure V. (2003). “*Conflictos y dificultades para la inclusión social de las personas con discapacidad. Aproximación general y análisis de la situación de las mujeres*”. Recuperado el 30 de abril de 2013, de <http://www.carm.es/ctra/cendoc/haddock/14058.pdf>
- Torres, L. y Antón, E. (2005). *Lo que usted debe saber sobre violencia de género*. León. Obra Social Caja España. Recuperado el 15 de marzo de 2013, de http://www.cajaespana.es/Images/VIOLENCIA%20DE%20GENERO_tcm6-33400.pdf
- Tubío, J.M. (2012). *Violencia y mujeres con discapacidad. Estudio sobre la violencia contra las mujeres con discapacidad físico y /u orgánica en la comunidad autónoma de Galicia. El caso de COGAMI*. Trabajo Fin de Máster. UNIR. Recuperado el 2 de febrero, de <http://reunir.unir.net/handle/123456789/804>
- Xunta de Galicia (2011). *Estudio sobre discapacidad e xénero: aproximación á situación das mulleres con discapacidade en Galicia*. Recuperado el 5 de marzo de 2013, de http://benestar.xunta.es/export/sites/default/Benestar/Biblioteca/Documentos/Estudos_e_informes/Informe_estudo_Discapacidade_e_xenero_en_Galicia_DEF.pdf

8. ANEXOS

ÍNDICE

	Pág.
ANEXO I: MODELOS DE CUESTIONARIOS _____	53
Ficha de Inscripción _____	53
Cuestionario de Inicio _____	54
Cuestionario de Salida _____	56
Escala de Percepción del cambio _____	58
Estrella de Percepción del Cambio _____	59
Cuestionario de Percepción del Cambio _____	61
ANEXO II: INDICE DE TABLAS _____	62
ANEXO III: INDICE DE GRÁFICOS _____	65
ANEXO IV: TABLAS COMPARATIVAS Y ESCALAS _____	70
Escala de creencias irracionales _____	70
Escala de autoestima _____	72
Escala de afrontamiento de los problemas _____	74
Escala de estado de ánimo _____	76
Escala de asertividad _____	78
Escala de ideología de género _____	80
Escala de expectativas y cumplimiento de expectativas _____	82
Escala de satisfacción _____	82
Escala de utilidad _____	82
Escala de percepción al cambio _____	84
Permanencia al cambio _____	86
Estrellas de autopercepción del aprendizaje de las 39 mujeres participantes	88

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
"Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

ANEXO I: MODELOS DE CUESTIONARIOS

FICHA DE INSCRIPCIÓN

Localidad:	Entidad:	Alias:
-------------------	-----------------	---------------

1.1. Edad: _____

1.2. Tu situación actual es:

- Casada
- Separada
- Divorciada
- Viuda
- Soltera
- En pareja

1.3. ¿Con quién vives actualmente?

- Con mi pareja
- Con mis hijos/as
- Con familiares
- Centro residencial
- Casa de acogida o centro de asistencia
- Sola
- Otros(especificar) _____

1.4. ¿Tienes hijos/as?: Sí No

1.5. Situación laboral:

- Parada
- Ama de casa
- Pensionista
- Estudiante
- Trabajos puntuales
- Trabajo estable

1.6. Estudios/formación:

- Sin estudios.
- Básicos. Primaria.
- Bachillerato/Formación profesional
- Universitarios

1.7. Discapacidad:

- Sí No

1.8. Tipo de discapacidad

- Física
- Intelectual
- Mental

Sensorial:

- Auditiva
- Visual

1.9 ¿Algún acto violento en tu vida?

- Sí Actualmente No

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
 “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

**CUESTIONARIO DE INICIO DE LA EVALUACIÓN
 CIE**

ALIAS

1. Lee con atención y señala, marcando con una «x», con qué frecuencia piensas las siguientes frases:

	Nunca	A veces	Muy a menudo	Siempre
1. He de hacerlo todo bien para sentirme satisfecha.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Necesito agradar a todas las personas para sentirme bien.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Me obsesiono, le doy vueltas y no paro de pensar en hechos sin importancia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Dejo de hacer cosas y dejo de dar mi opinión por no herir a los demás.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Que me vayan bien las cosas solo depende de la suerte.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Creo que cualquier cosa que haga saldrá mal.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Lee y menciona tu grado de acuerdo o desacuerdo con las siguientes frases. Marca tu respuesta con una «x»:

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1. Me siento satisfecha de mí misma.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Creo que a veces no sirvo para nada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Creo que tengo algunas buenas cualidades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Soy capaz de hacer muchas cosas tan bien como las demás personas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. No me siento orgullosa de casi nada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Me siento a veces muy inútil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Valgo tanto como las demás personas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Me gustaría respetarme a mí misma un poco más.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Me inclino a sospechar que soy un fracaso.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Tengo una actitud positiva respecto a mí.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Lee e indica, marcando con una «x», con qué frecuencia haces lo siguiente cuando tienes un problema:

	Nunca	A veces	Muy a menudo	Siempre
1. Analizo las circunstancias para saber qué hacer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Trato de no precipitarme y de reflexionar sobre los pasos que he de seguir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Reflexiono sobre las estrategias que utilizaré.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Hago frente directamente a la situación.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Busco información con personas que saben.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Señala con qué cara te identificas en este momento:



**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

5. Lee las siguientes frases y señala, marcando con una «x», con qué frecuencia las realizas:

	Nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1. Cuando alguien dice algo con lo que no estoy de acuerdo, me pone nerviosa tener que exponer mi propia opinión.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Si hago algo que creo que no gusta a los demás, siento miedo o vergüenza de lo que puedan pensar de mí.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Me disgusta que los demás me vean cuando estoy nerviosa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Si se me olvida algo, me enfado conmigo misma.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Me enfado si no consigo hacer las cosas perfectamente .	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Me pongo nerviosa cuando quiero decir algo bonito a alguien.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Si no entiendo algo que me están explicando, me siento muy mal conmigo misma.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Si me critican sin razón me cuesta defenderme.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Cuando descubro que no sé algo, me siento mal conmigo misma.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Me cuesta decir «no».	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6. Indica con una «x» hasta qué punto estás de acuerdo o en desacuerdo con las siguientes frases:

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1. Cuando el/la niño/a está enfermo/a es la madre la que debe pedir permiso en el trabajo para cuidarlo/a.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. La mujer tiene más seguridad cuando el hombre trabaja que cuando trabaja ella.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Es más importante para una mujer que para un hombre llegar virgen al matrimonio.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. El hombre ayuda a la mujer con su soporte económico y ella satisface sus necesidades domésticas y emocionales.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Los pañales debería cambiarlos más la madre que el padre.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Es más desagradable que una mujer diga tacos y palabras malsonantes que el que los diga un hombre.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Las relaciones extramatrimoniales son más condenables en la mujer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Hay trabajos que una mujer no debería hacer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. ¿Crees que este taller te servirá para tu crecimiento personal?

Nada Casi Nada Poco Bastante Muchísimo

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

**CUESTIONARIO DE SALIDA DE LA EVALUACIÓN
CSE**

ALIAS

1. Lee con atención y señala, marcando con una «x», con qué frecuencia piensas las siguientes frases:

	Nunca	A veces	Muy a menudo	Siempre
1. He de hacerlo todo bien para sentirme satisfecha.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Necesito agradar a todas las personas para sentirme bien.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Me obsesiono, le doy vueltas y no paro de pensar en hechos sin importancia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Dejo de hacer cosas y dejo de dar mi opinión por no herir a los demás.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Que me vayan bien las cosas solo depende de la suerte.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Creo que cualquier cosa que haga saldrá mal.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Lee y menciona tu grado de acuerdo o desacuerdo con las siguientes frases. Marca tu respuesta con una «x»:

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1. Me siento satisfecha de mí misma.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Creo que a veces no sirvo para nada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Creo que tengo algunas buenas cualidades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Soy capaz de hacer muchas cosas tan bien como las demás personas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. No me siento orgullosa de casi nada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Me siento a veces muy inútil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Valgo tanto como las demás personas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Me gustaría respetarme a mí misma un poco más.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Me inclino a sospechar que soy un fracaso.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Tengo una actitud positiva respecto a mí.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Lee e indica, marcando con una «x», con qué frecuencia haces lo siguiente cuando tienes un problema:

	Nunca	A veces	Muy a menudo	Siempre
1. Analizo las circunstancias para saber qué hacer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Trato de no precipitarme y de reflexionar sobre los pasos que he de seguir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Reflexiono sobre las estrategias que utilizaré.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Hago frente directamente a la situación.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Busco información con personas que saben.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Señala con qué cara te identificas en este momento:



**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

5. Lee las siguientes frases y señala, marcando con una «x», con qué frecuencia las realizas:

	Nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1. Cuando alguien dice algo con lo que no estoy de acuerdo, me pone nerviosa tener que exponer mi propia opinión.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Si hago algo que creo que no les gusta a los demás, siento miedo o vergüenza de lo que puedan pensar de mí.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Me disgusta que los demás me vean cuando estoy nerviosa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Si se me olvida algo, me enfado conmigo misma.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Me enfado si no consigo hacer las cosas perfectamente.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Me pongo nerviosa cuando quiero decir algo bonito a alguien.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Si no entiendo algo que me están explicando, me siento muy mal conmigo misma.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Si me critican sin razón me cuesta defenderme.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Cuando descubro que no sé algo, me siento mal conmigo misma.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Me cuesta decir «no».	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6. Indica con una «x» hasta qué punto estás de acuerdo o en desacuerdo con las siguientes frases:

	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1. Cuando el/la niño/a está enfermo/a, es la madre la que debe pedir permiso en el trabajo para cuidarlo/a.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. La mujer tiene más seguridad cuando el hombre trabaja que cuando trabaja ella.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Es más importante para una mujer que para un hombre llegar virgen al matrimonio.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. El hombre ayuda a la mujer con su soporte económico y ella satisface sus necesidades domésticas y emocionales.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Los pañales debería cambiarlos más la madre que el padre.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Es más desagradable que una mujer diga tacos y palabras malsonantes que el que los diga un hombre.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Las relaciones extramatrimoniales son más condenables en la mujer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Hay trabajos que una mujer no debería hacer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. Respecto al taller en el que has participado:

	Nada	Casi nada	Poco	Bastante	Muchísimo
1. ¿Crees que te ha servido para tu crecimiento personal?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ¿Estás satisfecha con el tipo de ayuda que te ha aportado?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ¿Has podido aplicarlo a algún aspecto de tu vida?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

8. Si le recomendaras este taller a una amiga, cómo se lo explicarías:

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

ESCALA DE PERCEPCIÓN DEL CAMBIO

ALIAS

**El personal técnico valora a cada mujer del grupo en dos momentos:
Después de la segunda sesión y después de la última sesión.**

Marca con una «x» el número que mejor refleje la conducta y la actitud percibida:

	2ª SESIÓN	ÚLTIMA SESIÓN
1. Lenguaje no verbal (de ansiosa y sin contacto... a distendida y con contacto. Por ej.: ceño fruncido, postura rígida, postura contrahecha, cabeza gacha, gestos manuales constantes o muletillas no verbales, manos apretadas, boca apretada a postura relajada y distendida).	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
2. Expresiones verbales (de discurso incoherente y difícil de seguir a hablar con seguridad, dirigirse a la monitora o a las demás directamente, expresarse con claridad y coherencia).	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
3. Comunicación con el resto del grupo (de comunicarse apenas a menos que se la interpele directamente... a comunicarse abiertamente con el grupo).	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
4. Risas, bromas (de no bromear nunca ni participar apenas en las bromas de las demás... a reírse abiertamente con las bromas del resto del grupo y/o participar en las mismas).	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
5. Aportaciones a las conversaciones (de hacer breves aportaciones solo si se le pregunta... a ir interviniendo paulatinamente en las conversaciones, primero sin aludir a la experiencia propia y luego refiriéndose a sus vivencias).	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
6. Implicación e interés demostrados en las actividades (de no implicarse, dejarse llevar por las actividades con cierto o total automatismo, no demostrar ningún interés a implicarse totalmente, comprometerse a que salgan bien, demostrar un elevado interés en todo lo que se hace o dice).	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
7. Cohesión con el grupo (de un discurso donde prevalece el «yo»... a un discurso que integra el «nosotras» y realiza aportaciones para ayudar al crecimiento y el desarrollo del grupo).	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
8. Capacidad de salir de sí misma (de no querer ayudar a las demás ni implicarse en sus problemas, y manifestar una actitud pasiva e indiferente o centrada sólo en sí misma a hacer aportaciones cuando habla de sus problemas y/o colaborar con ideas, expresiones y bromas para ayudar a las demás. Habla y deja hablar).	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
9. Al acabar cada sesión (de no despedirse de nadie y abandonar rápidamente la sala a tomarse su tiempo para despedirse o hacer comentarios con las demás. De situación tensa de despido a situación distendida).	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
 “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

ALIAS

A continuación tienes una estrella. En cada uno de sus 14 extremos se indica un aspecto trabajado en este taller, como, por ejemplo, «distinguir los estereotipos y roles impuestos para hombres y mujeres por la sociedad». Esta estrella está graduada del 0 al 5, de manera que el centro vale 0 (nada) y los extremos 5 (mucho).

Cómo debes rellenarla:

1. Individualmente, debes valorar de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Pon una «x» sobre el número elegido.
2. A continuación une los puntos que hayas marcado y te aparecerá una estrella.
3. Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Pon una «x» sobre el nuevo número elegido.
4. Vuelve a unir los puntos y te aparecerá otra estrella que será tu nivel final de aprendizaje.

Ahora el/la técnico/a te pondrá un ejemplo.

1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombres y mujeres.
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.
4. Soy consciente de mi valor como persona.
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.
8. Distingo cuando me tratan de manera abusiva.
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: «tengo que hacerlo todo bien», «que las cosas funcionen bien solo depende de mí»...
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.
11. Conozco las consecuencias que tiene quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigos/as y conocidos/as.
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.

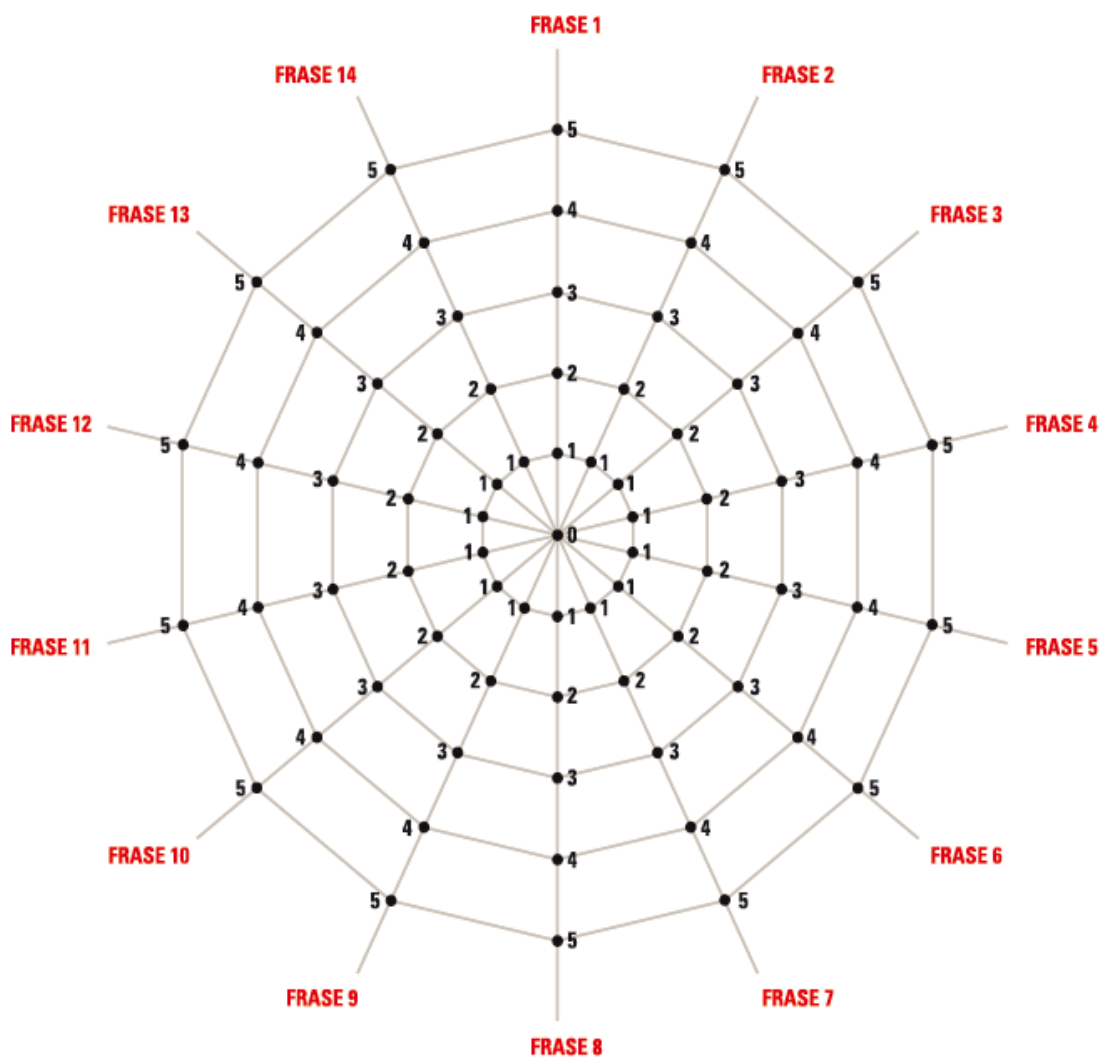
Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

1º paso:

Pon un punto en lo que pensabas al inicio del taller. Une los puntos.

2º paso:

Pon un punto en cómo piensas ahora y lo que crees que has aprendido. Une los puntos.



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

**CUESTIONARIO DE PERMANENCIA DEL CAMBIO
CPC**

ALIAS

1. ¿Cómo te sientes en general después de haber finalizado el taller y como resultado de haberlo realizado?

Mucho peor Peor Regular Mejor Mucho mejor

2. ¿Cómo te sientes después de haber realizado el taller?

	Nunca me siento así	Casi nunca me siento así	Algunas veces me siento así	Bastantes veces me siento así	Muchas veces me siento así
1. Me siento mejor conmigo misma.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Me gusta más divertirme.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Tengo más ilusiones.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Ha mejorado mi optimismo y mi alegría.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Creo que me sucederán cosas más agradables.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Creo que puedo superar mejor mis errores y debilidades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Tengo más ganas de vivir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Creo que, generalmente, tengo mejor humor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Siento que ahora todo me puede ir bien.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Tengo más confianza en mí misma.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. ¿Qué comportamientos o conductas has modificado como resultado de haber participado en el taller?

1. _____
2. _____
3. _____

4. Describe los miedos que tenías antes de participar en el programa y que ahora crees haber superado.

1. _____
2. _____
3. _____

5. Describe las ideas (sobre ti misma, sobre las relaciones de pareja, sobre las amistades, sobre tus hijos, sobre el papel de hombres y mujeres, etc.) que has cambiado como resultado de haber realizado el taller.

1. _____
2. _____
3. _____

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

ANEXO II: INDICE DE TABLAS

TABLA N^o1 (EDAD)

Edad	Parcial	%
18-30	12	30,77%
31-45	18	46,15%
46-65	9	23,08%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

TABLA N^o2 (TIPO DE DISCAPACIDAD)

Tipo de Discapacidad	Parcial	%
Física y/u orgánica	19	48,71%
Sensorial	4	10,26%
Mental	6	15,38%
Intelectual	10	25,65%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

TABLA N^o3 (ESTADO CIVIL)

Estado Civil	Parcial	%
Casada	11	28,20%
Separada	3	7,70%
Divorciada	5	12,82%
Viuda	1	2,56%
Soltera	18	46,16%
En pareja	1	2,56%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

TABLA Nº4 (CONVIVENCIA)

Convivencia	Parcial	%
Con mi pareja	12	30,77%
Con mis hijos/as	5	12,82%
Con mis familiares	13	33,33%
Centro residencial	2	5,13%
Casa de acogida	3	7,69%
Sola	4	10,26%
Otros	0	0,00%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

TABLA Nº5 (HIJAS/OS)

Hijas/os	Parcial	%
Si	13	33,33%
No	26	66,67%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

TABLA Nº6 (ESTUDIOS/FORMACIÓN)

Estudios/Formación	Parcial	%
Sin estudios	3	7,69%
Básicos/Primaria	31	79,49%
Bachillerato/Formación Profesional	5	12,82%
Universitarios	0	0,00%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

TABLA Nº7 (ÁMBITO)

Ámbito	Parcial	%
Rural	12	30,77%
Urbano	27	69,23%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

**Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa
“Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012**

TABLA N^o8 (SITUACIÓN LABORAL AL INICIO DEL PROGRAMA)

Situación Laboral Inicio Programa	Parcial	%
Parada	21	53,85%
Ama de casa	7	17,95%
Pensionista	8	20,51%
Estudiante	0	0,00%
Trabajos puntuales	3	7,69%
Trabajo estable	0	0,00%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

TABLA N^o9 (SITUACIÓN LABORAL AL FINALIZAR EL PROGRAMA)

Situación Laboral Finalización Programa	Parcial	%
Parada	10	25,64%
Ama de casa	3	7,70%
Pensionista	6	15,38%
Estudiante	5	12,82%
Trabajos puntuales	14	35,90%
Trabajo estable	1	2,56%
TOTAL	39	100,00%

Fuente: elaboración propia

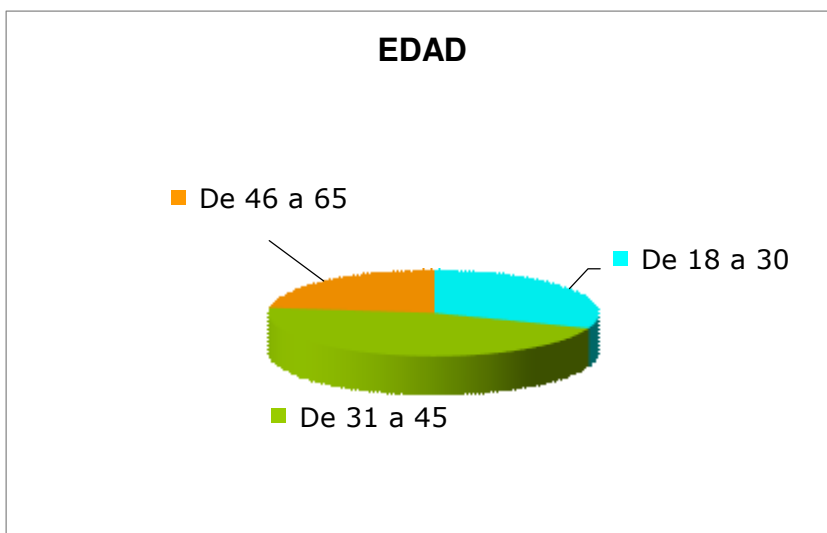
TABLA N^o10 (SITUACIÓN DE VIOLENCIA)

Violencia	Parcial	%
Si	29	29,00%
Actualmente	7	7,00%
No	10	10,00%
TOTAL	46	46,00%

Fuente: elaboración propia

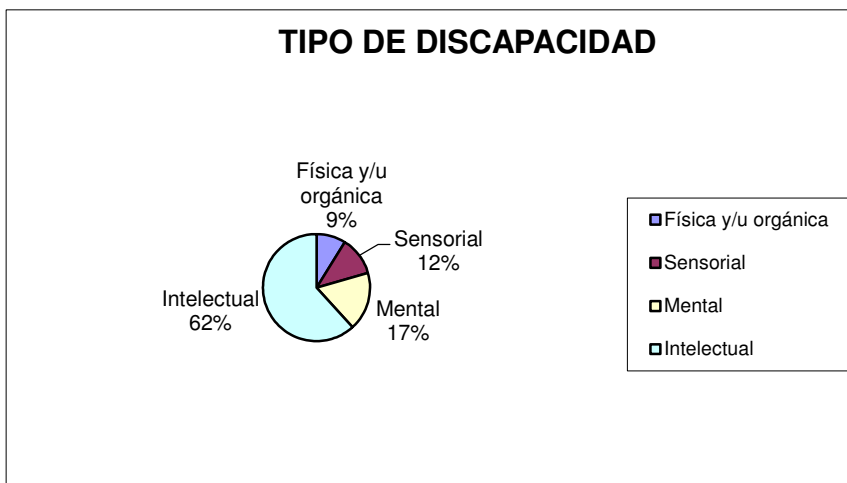
ANEXO III: INDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICO Nº1 (EDAD)



Fuente: elaboración propia

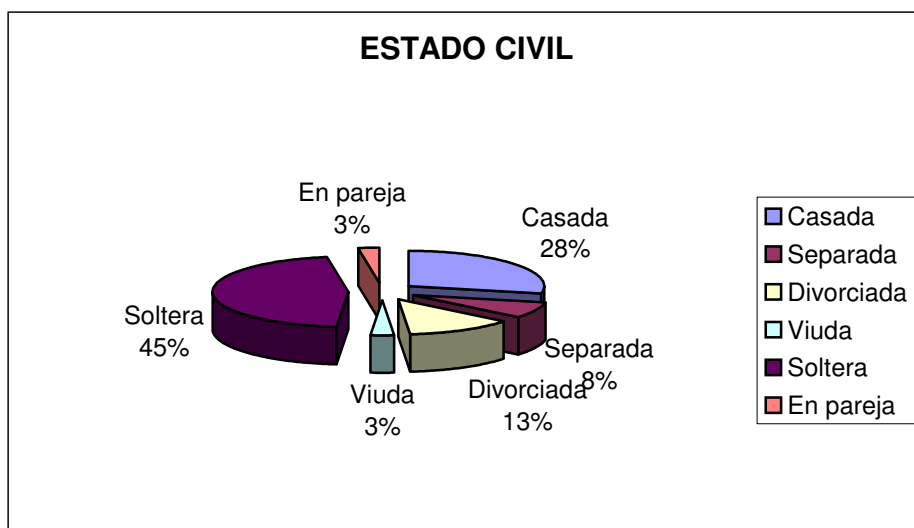
GRÁFICO Nº2 (TIPO DE DISCAPACIDAD)



Fuente: elaboración propia

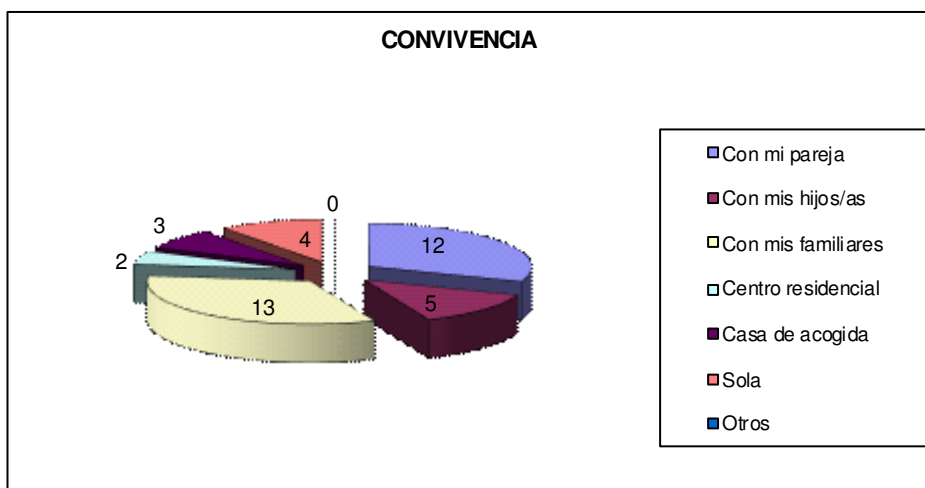
Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

GRÁFICO N°3 (ESTADO CIVIL)



Fuente: elaboración propia

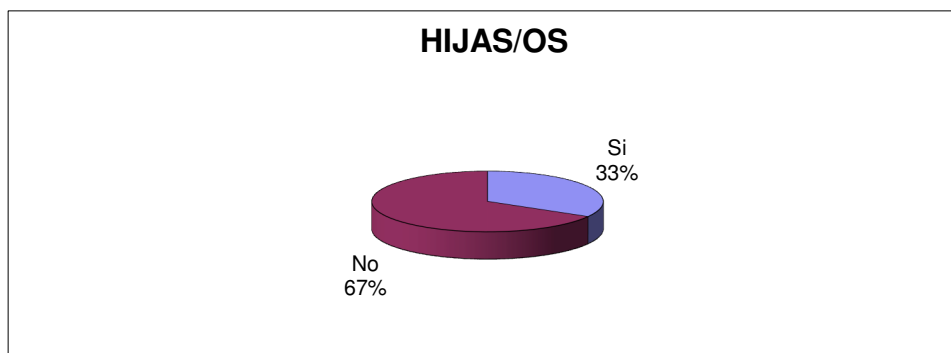
GRÁFICO N°4 (CONVIVENCIA)



Fuente: elaboración propia

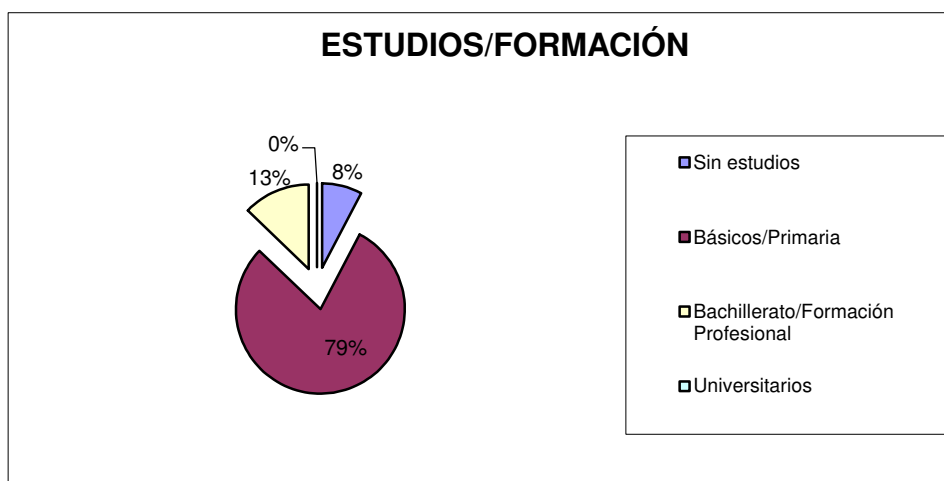
Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

GRÁFICO Nº5 (HIJAS/OS)



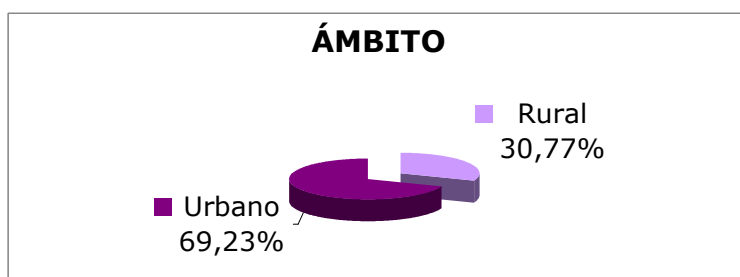
Fuente: elaboración propia

GRÁFICO Nº6 (ESTUDIOS/FORMACIÓN)



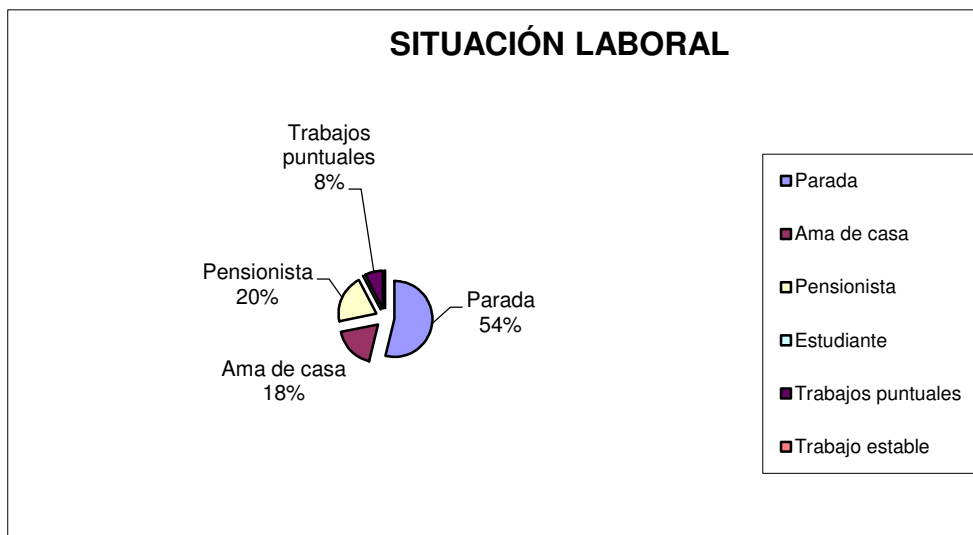
Fuente: elaboración propia

GRÁFICO Nº7 (ÁMBITO)



Fuente: elaboración propia

GRÁFICO Nº8 (SITUACIÓN LABORAL AL INICIO DEL PROGRAMA)



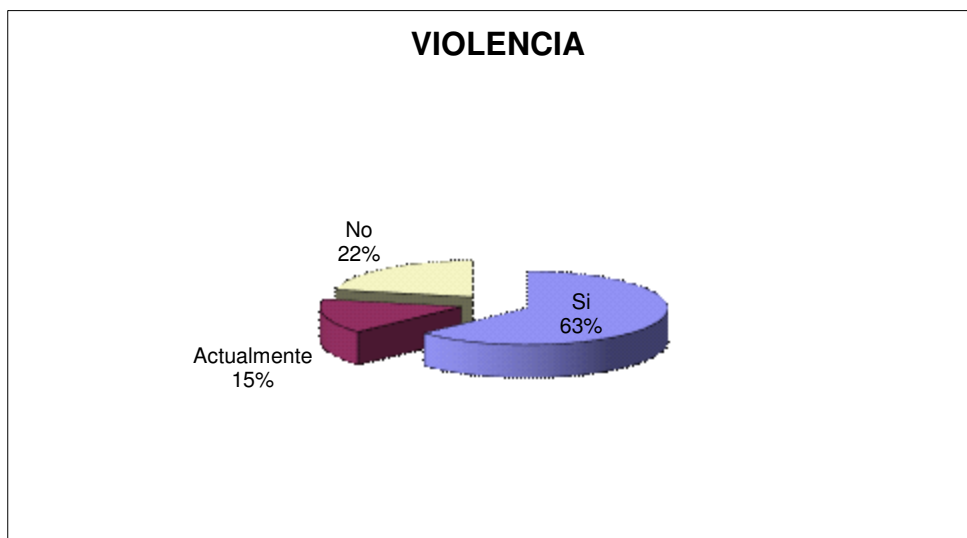
Fuente: elaboración propia

GRÁFICO Nº9 (SITUACIÓN LABORAL AL FINALIZAR EL PROGRAMA)



Fuente: elaboración propia

GRÁFICO Nº10 (SITUACIÓN DE VIOLENCIA)



Fuente: elaboración propia

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

ANEXO IV: TABLAS COMPARATIVAS

ESCALA DE CREENCIAS IRRACIONALES

CUESTIONARIO DE INICIO DE EVALUACIÓN

1 Nunca 3 Muy a menudo
2 A veces 4 Siempre

Número de personas: 30

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
1. He de hacerlo todo bien para sentirme satisfecha.	2	1	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2,7
2. Necesito agradar a todas las personas para sentirme bien.	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	1	2	3,23	
3. Me obsesiono, le doy vueltas y no paro de pensar en hechos sin importancia.	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	1	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3,1	
4. Dejo de hacer cosas y dejo de dar mi opinión por no herir a los demás.	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	2	1	1	4	1	3	3	4	4	4	2	2	3	4	4	3,07
5. Que me vayan bien las cosas solo depende de la suerte.	4	4	4	4	3	3	3	2	2	2	1	4	4	4	2	2	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3,2
6. Creo que cualquier cosa que haga saldrá mal.	3	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	3	2	3	2	3	1	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2,97
	21	19	22	21	18	17	16	18	16	16	17	20	19	19	15	17	14	15	17	23	18	20	20	21	20	19	19	19	16	16	MEDIA: 18,27	

CUESTIONARIO SALIDA DE EVALUACIÓN

1 Nunca 3 Muy a menudo
2 A veces 4 Siempre

Número de personas: 30

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1. He de hacerlo todo bien para sentirme satisfecha.	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3	3	1	1	2	2	4	4	2	2	3	3	1	2	2	1	1	1	1	1,87
2. Necesito agradar a todas las personas para sentirme bien.	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1,6
3. Me obsesiono, le doy vueltas y no paro de pensar en hechos sin importancia.	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1,73
4. Dejo de hacer cosas y dejo de dar mi opinión por no herir a los demás.	1	1	1	1	2	2	2	2	3	2	1	2	1	1	2	2	3	2	1	1	1	2	2	1	1	3	2	1	2	1,67	
5. Que me vayan bien las cosas solo depende de la suerte.	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	3	2	1	1	2	1,57
6. Creo que cualquier cosa que haga saldrá mal.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
	10	9	10	10	11	12	12	10	11	9	10	12	11	9	9	11	10	13	11	9	9	11	13	10	10	11	12	9	9	10	MEDIA: 10,43

CREENCIAS IRRACIONALES	Puntuación mínima teórica	6
	Puntuación máxima teórica	24
	Puntuación media obtenida por nuestra muestra	17,56
	Antes del programa	17,56
	Después del programa	15,02

Interpretación de las puntuaciones:

Resultados de 6 a 12: Indican un bajo nivel de creencias irracionales.

Resultados de 13 a 17. Indican un nivel medio de creencias irracionales.

Resultados de 18 a 24: Indican un alto nivel de creencias irracionales, lo que conlleva en las mujeres miedos y angustias capaces de aniquilar la voluntad y la fuerza para actuar, enfrentarse al futuro y establecer metas propias, entre otras cosas.

EVOLUCIÓN DE LAS PUNTACIONES ENTRE EL CUESTIONARIO INICIAL Y EL CUESTIONARIO FINAL

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
1. He de hacerlo todo bien para sentirme satisfecha.	-1	0	-2	-2	-2	-1	-1	-2	0	0	0	1	1	-2	-2	-1	-2	0	0	-2	-1	0	0	-2	0	0	-1	-1	-1	-1	-0,83	
2. Necesito agradar a todas las personas para sentirme bien.	-2	-2	-2	-2	-1	-1	-1	-2	-1	-2	-3	-2	-2	-2	-2	-2	-1	-1	-1	-1	-2	-2	-1	-1	-1	-2	-3	-2	-3	1	-1	-1,63
3. Me obsesiono, le doy vueltas y no paro de pensar en hechos sin importancia.	-2	-3	-2	-2	-1	-1	-1	-3	-3	-2	-1	-1	-1	-1	0	-1	-1	-3	-3	-2	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	0	1	-1,37	
4. Dejo de hacer cosas y dejo de dar mi opinión por no herir a los demás.	-3	-2	-3	-3	-2	-1	-1	-1	0	-1	-3	-2	-3	-2	-1	0	0	2	1	-3	0	-2	-1	-2	-3	-1	1	-1	-3	-2	-1,4	
5. Que me vayan bien las cosas solo depende de la suerte.	-2	-2	-2	-2	-1	-1	-1	0	-1	-1	1	-3	-3	-2	-1	-1	-1	0	-2	-3	-3	-3	-2	-3	-2	-1	-2	-2	-2	-1	-1,63	
6. Creo que cualquier cosa que haga saldrá mal.	-1	-1	-1	0	0	1	0	0	-1	-1	-1	0	-1	0	-1	0	-1	0	-1	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-0,97	
	-11	-10	-12	-11	-7	-5	-4	-8	-5	-7	-7	-8	-8	-10	-6	-6	-4	-2	-6	-14	-9	-9	-7	-11	-10	-8	-7	-10	-7	-6	MEDIA: -7,83	

- Los resultados negativos indican una mejora: el nivel de creencias irracionales ha bajado. Cuanto más cerca de -18 está el resultado, más ha bajado el nivel de creencias irracionales.

- Los resultados positivos indican que el nivel de creencias irracionales ha aumentado. Cuanto más cerca de 18 está el resultado, más ha aumentado el nivel de creencias irracionales.

- Si el resultado es 0, el nivel de creencias irracionales no ha cambiado.

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

ESCALA DE CREENCIAS IRRACIONALES

CUESTIONARIO DE INICIO DE EVALUACIÓN

1 Nunca 3 Muy a menudo
2 A veces 4 Siempre

Número de personas: 9

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1 2 3 4 5 6 7 8 9																		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1. He de hacerlo todo bien para sentirme satisfecha.	2	3	2	1	2	2	3	2	2										2,11
2. Necesito agradar a todas las personas para sentirme bien.	2	2	2	2	2	2	2	2	2										2
3. Me obsesiono, le doy vueltas y no paro de pensar en hechos sin importancia.	4	4	4	3	3	4	3	4	3										3,56
4. Dejo de hacer cosas y dejo de dar mi opinión por no herir a los demás.	4	3	4	2	3	3	2	3	3										3
5. Que me vayan bien las cosas solo depende de la suerte.	3	3	3	2	2	3	3	2	3										2,67
6. Creo que cualquier cosa que haga saldrá mal.	3	3	3	3	3	4	3	3											3,11
	18	18	18	13	15	17	17	16	16										MEDIA: 16,44

CUESTIONARIO SALIDA DE EVALUACIÓN

1 Nunca 3 Muy a menudo
2 A veces 4 Siempre

Número de personas: 9

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1 2 3 4 5 6 7 8 9																		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1. He de hacerlo todo bien para sentirme satisfecha.	2	2	2	1	1	2	2	2	2										1,78
2. Necesito agradar a todas las personas para sentirme bien.	1	1	1	1	2	2	2	2	2										1,56
3. Me obsesiono, le doy vueltas y no paro de pensar en hechos sin importancia.	1	1	1	1	1	1	1	1	1										1
4. Dejo de hacer cosas y dejo de dar mi opinión por no herir a los demás.	2	1	2	1	2	1	2	1	2										1,56
5. Que me vayan bien las cosas solo depende de la suerte.	1	1	1	1	1	1	1	1	1										1
6. Creo que cualquier cosa que haga saldrá mal.	2	2	2	2	2	2	2	2	2										2
	9	8	9	7	9	9	10	9	10										MEDIA: 8,89

CREENCIAS IRRACIONALES	Puntuación mínima teórica	6
	Puntuación máxima teórica	24
	Puntuación media obtenida por nuestra muestra	17,56
		15,02

Interpretación de las puntuaciones:

Resultados de 6 a 12: Indican un bajo nivel de creencias irracionales.
 Resultados de 13 a 17: Indican un nivel medio de creencias irracionales.
 Resultados de 18 a 24: Indican un alto nivel de creencias irracionales, lo que conlleva en las mujeres miedos y angustias capaces de aniquilar la voluntad y la fuerza para actuar, enfrentarse al futuro y establecer metas propias, entre otras cosas.

EVOLUCIÓN DE LAS PUNTACIONES ENTRE EL CUESTIONARIO INICIAL Y EL CUESTIONARIO FINAL

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1 2 3 4 5 6 7 8 9																		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1. He de hacerlo todo bien para sentirme satisfecha.	0	-1	0	0	-1	0	-1	0	0										-0,33
2. Necesito agradar a todas las personas para sentirme bien.	-1	-1	-1	-1	0	0	0	0	0										-0,44
3. Me obsesiono, le doy vueltas y no paro de pensar en hechos sin importancia.	-3	-3	-3	-2	-2	-3	-2	-3	-2										-2,56
4. Dejo de hacer cosas y dejo de dar mi opinión por no herir a los demás.	-2	-2	-2	-1	-1	-2	0	-2	-1										-1,44
5. Que me vayan bien las cosas solo depende de la suerte.	-2	-2	-2	-1	-1	-2	-2	-1	-2										-1,67
6. Creo que cualquier cosa que haga saldrá mal.	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-2	-1	-1										-1,11
	-9	-10	-9	-6	-6	-8	-7	-7	-6										MEDIA: -7,56

- Los resultados negativos indican una mejora: el nivel de creencias irracionales ha bajado. Cuanto más cerca de -18 está el resultado, más ha bajado el nivel de creencias irracionales.
 - Los resultados positivos indican que el nivel de creencias irracionales ha aumentado. Cuanto más cerca de 18 está el resultado, más ha aumentado el nivel de creencias irracionales.
 - Si el resultado es 0, el nivel de creencias irracionales no ha cambiado.

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

ESCALA DE AUTOESTIMA

CUESTIONARIO DE INICIO DE LA EVALUACIÓN

*Aviso a los/as profesionales que cumplimentan el cuestionario: Estos ítems debe puntuarse como el resto aunque en el recuento final de puntos, un 1 sumará 4 puntos, un 2 sumará 3, un 3 sumará 2 y un 4 sumará 1. Esto se debe a la forma en que está formulada la frase.

1 Totalmente en desacuerdo 3 De acuerdo
2 En desacuerdo 4 Muy de acuerdo

Número de personas: 30

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
1. Me siento satisfecha de mí misma.	1	3	3	3	3	3	2	1	2	2	2	3	3	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	3	2	1	1	1
2. Creo que a veces no sirvo para nada. (*)	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	4	1	2	4	1	1	3	3	3	3	3	3	3	
3. Creo que tengo algunas buenas cualidades.	2	2	2	1	1	1	2	2	2	3	3	3	4	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	
4. Soy capaz de hacer muchas cosas tan bien como las demás personas.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	1	2	2	2	2	2	2	2	4	1	
5. No me siento orgullosa de casi nada. (*)	3	2	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	3	3	4	4	1	1	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	
6. Me siento a veces muy inútil. (*)	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
7. Valgo tanto como las demás personas.	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3		
8. Me gustaría respetarme a mí misma un poco más. (*)	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
9. Me inclino a sospechar que soy un fracaso. (*)	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	1	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	
10. Tengo una actitud positiva respecto a mí.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
	20	24	25	23	24	22	23	22	25	24	27	29	29	21	22	22	24	28	26	23	24	21	25	25	24	23	23	24	25	22
	MEDIA: 23,97																													

CUESTIONARIO DE SALIDA DE LA EVALUACIÓN

*Aviso a los/as profesionales que cumplimentan el cuestionario: Estos ítems debe puntuarse como el resto aunque en el recuento final de puntos, un 1 sumará 4 puntos, un 2 sumará 3, un 3 sumará 2 y un 4 sumará 1. Esto se debe a la forma en que está formulada la frase.

1 Totalmente en desacuerdo 3 De acuerdo
2 En desacuerdo 4 Muy de acuerdo

Número de personas: 30

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
1. Me siento satisfecha de mí misma.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
2. Creo que a veces no sirvo para nada. (*)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
3. Creo que tengo algunas buenas cualidades.	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	
4. Soy capaz de hacer muchas cosas tan bien como las demás personas.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
5. No me siento orgullosa de casi nada. (*)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
6. Me siento a veces muy inútil. (*)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
7. Valgo tanto como las demás personas.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
8. Me gustaría respetarme a mí misma un poco más. (*)	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	
9. Me inclino a sospechar que soy un fracaso. (*)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
10. Tengo una actitud positiva respecto a mí.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
	36	36	36	37	37	37	36	36	36	37	37	36	36	35	36	37	37	35	35	37	37	32	36	37	37	37	37	36	36	
	MEDIA: 36,23																													

AUTOESTIMA	Puntuación mínima teórica	10
	Puntuación máxima teórica	40
	Puntuación media obtenida por nuestra muestra	26,33
	Después del programa	29,55

Interpretación de las puntuaciones:

Resultados de 6 a 20: Indican un bajo nivel de autoestima.
Resultados de 21 a 29. Indican un nivel medio de autoestima.
Resultados de 30 a 40: Indican un alto nivel de autoestima.

EVOLUCIÓN DE LAS PUNTACIONES ENTRE EL CUESTIONARIO INICIAL Y EL CUESTIONARIO FINAL

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
1. Me siento satisfecha de mí misma.	3	1	1	1	1	1	2	3	2	2	2	1	1	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	1	1	2	3	3	
2. Creo que a veces no sirvo para nada.	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-1	-1	-1	-1	-2	-2	-3	0	-1	-3	0	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2		
3. Creo que tengo algunas buenas cualidades.	1	1	1	3	3	3	1	1	1	1	1	1	-1	2	2	2	2	1	1	2	2	0	1	1	1	1	1	1		
4. Soy capaz de hacer muchas cosas tan bien como las demás personas.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	0	1	1	1	1	1	0	-1	3	2	2	2	2	2	2	2	0	3	
5. No me siento orgullosa de casi nada.	-2	-1	-1	-1	-1	-2	-2	-2	0	-1	-1	-1	-2	-1	-2	-3	0	1	-1	-1	-1	-2	-1	-1	-2	-1	-1	-2		
6. Me siento a veces muy inútil.	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	
7. Valgo tanto como las demás personas.	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	3	2	2	2	2	2	2	1	1	
8. Me gustaría respetarme a mí misma un poco más.	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	
9. Me inclino a sospechar que soy un fracaso.	-1	-1	0	-1	0	-1	-1	-1	-2	-1	0	0	-3	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-2	-2	-1	-1	
10. Tengo una actitud positiva respecto a mí.	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	16	12	11	14	13	15	13	14	11	13	10	7	7	14	14	15	13	7	9	14	13	11	11	12	13	14	14	13	11	14
	MEDIA: 12,27																													

- Los resultados positivos indican una mejora: la autoestima ha aumentado. Cuanto más cerca de 30 está el resultado, más ha subido el nivel de autoestima.
- Los resultados negativos indican que la autoestima ha bajado. Cuanto más cerca de -30 está el resultado, más ha bajado el nivel de autoestima.
- Si el resultado es 0, la autoestima no ha variado.

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

ESCALA DE AFRONTAMIENTO DE PROBLEMAS

CUESTIONARIO DE INICIO DE LA EVALUACIÓN

1 Nunca 3 Muy a menudo
2 A veces 4 Siempre

Número de personas: 30

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1. Analizo las circunstancias para saber qué hacer.	2	2	2	2	3	3	1	2	3	3	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	3	3	2	2	2	1,97
2. Trato de no precipitarme y de reflexionar sobre los pasos que he de seguir.	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2,27
3. Reflexiono sobre las estrategias que utilizaré.	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2,2
4. Hago frente directamente a la situación.	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	3	2	1	3	2	2	2	2	1	1	1	2	2	3	3	1,87
5. Busco información con personas que saben.	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2,43
	11	12	13	12	14	13	8	11	11	11	11	11	13	11	8	10	11	11	8	11	9	9	10	10	10	10	10	11	10	11	MEDIA: 10,73

CUESTIONARIO SALIDA DE EVALUACIÓN

1 Nunca 3 Muy a menudo
2 A veces 4 Siempre

Número de personas: 30

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1. Analizo las circunstancias para saber qué hacer.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
2. Trato de no precipitarme y de reflexionar sobre los pasos que he de seguir.	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3,34
3. Reflexiono sobre las estrategias que utilizaré.	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3,43
4. Hago frente directamente a la situación.	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2,8
5. Busco información con personas que saben.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
	17	18	17	17	18	19	18	18	18	16	18	17	18	17	17	17	18	16	14	19	18	17	17	17	17	17	17	19	19	18	MEDIA: 17,47

AFRONTAMIENTO DE PROBLEMAS	Puntuación mínima teórica	5
	Puntuación máxima teórica	20
	Puntuación media obtenida por nuestra muestra	14,88
	Después del programa	15,92

Interpretación de las puntuaciones:

Resultados de 5 a 9: Indican un nivel bajo de capacidad para enfrentarse de manera activa a los problemas.
 Resultados de 10 a 15: Indican un nivel medio de capacidad de afrontamiento activo de los problemas.
 Resultados de 16 a 20: Indican un alto grado de capacidad de afrontamiento activo y resolución de problemas, lo que tendrá consecuencias en l'adopción de unas buenas estrategias y recursos para afrontar las situaciones problemáticas en su vida.

EVOLUCIÓN DE LAS PUNTACIONES ENTRE EL CUESTIONARIO INICIAL Y EL CUESTIONARIO FINAL

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1. Analizo las circunstancias para saber qué hacer.	2	2	2	2	1	1	3	2	1	1	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2,03
2. Trato de no precipitarme y de reflexionar sobre los pasos que he de seguir.	1	2	1	2	0	1	1	1	2	2	1	0	0	0	1	1	1	1	0	2	2	1	0	0	1	1	1	2	2	2	1,07
3. Reflexiono sobre las estrategias que utilizaré.	1	0	0	0	1	2	2	1	1	1	0	2	0	2	2	0	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1,23
4. Hago frente directamente a la situación.	1	1	0	0	1	1	2	2	1	1	0	2	1	1	2	2	-1	1	2	0	1	1	0	2	1	2	1	1	0	-1	0,93
5. Busco información con personas que saben.	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1,57
	6	6	4	5	4	6	10	7	7	7	5	7	4	7	9	7	6	7	8	3	10	9	7	7	7	7	6	9	8	7	MEDIA: 6,73

- Los resultados positivos indican una mejora: la capacidad para enfrentarse de manera activa a los problemas es mayor. Cuanto más cerca de 15 está el resultado, más ha subido.
 - Los resultados negativos indican que la capacidad para enfrentarse de manera activa a los problemas ha disminuido. Cuanto más cerca de -15 está el resultado, más ha bajado.
 - Si el resultado es 0, la capacidad para enfrentarse de manera activa a los problemas no ha variado.

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

ESCALA DE AFRONTAMIENTO DE PROBLEMAS

CUESTIONARIO DE INICIO DE LA EVALUACIÓN

1 Nunca 3 Muy a menudo
2 A veces 4 Siempre

Número de personas: 9

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1 2 3 4 5 6 7 8 9																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9																
1. Analizo las circunstancias para saber qué hacer.	2	2	2	2	1	1	2	2	2																1,78
2. Trato de no precipitarme y de reflexionar sobre los pasos que he de seguir.	2	2	2	2	2	2	2	2	2																2
3. Reflexiono sobre las estrategias que utilizaré.	1	1	2	1	1	1	2	1	1																1,22
4. Hago frente directamente a la situación.	2	2	2	1	3	3	2	2	2																2,11
5. Busco información con personas que saben.	2	2	2	3	3	3	2	2	4																2,56
	9	9	10	9	10	10	10	9	11											MEDIA: 9,67					

CUESTIONARIO SALIDA DE EVALUACIÓN

1 Nunca 3 Muy a menudo
2 A veces 4 Siempre

Número de personas: 9

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1 2 3 4 5 6 7 8 9																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9																
1. Analizo las circunstancias para saber qué hacer.	3	3	4	4	3	4	4	4	4																3,67
2. Trato de no precipitarme y de reflexionar sobre los pasos que he de seguir.	4	4	2	3	4	4	3	3	3																3,33
3. Reflexiono sobre las estrategias que utilizaré.	3	3	3	3	3	4	3	4	3																3,22
4. Hago frente directamente a la situación.	3	3	3	3	3	4	3	3	3																3,11
5. Busco información con personas que saben.	4	4	4	4	4	4	4	4	4																4
	17	17	16	17	17	20	17	18	17											MEDIA: 17,33					

AFRONTAMIENTO DE PROBLEMAS	Puntuación mínima teórica	5
	Puntuación máxima teórica	20
	Puntuación media obtenida por nuestra muestra	14,88
	Después del programa	15,92

Interpretación de las puntuaciones:

Resultados de 5 a 9: Indican un nivel bajo de capacidad para enfrentarse de manera activa a los problemas.

Resultados de 10 a 15: Indican un nivel medio de capacidad de afrontamiento activo de los problemas.

Resultados de 16 a 20: Indican un alto grado de capacidad de afrontamiento activo y resolución de problemas, lo que tendrá consecuencias en la adopción de unas buenas estrategias y recursos para afrontar las situaciones problemáticas en su vida.

EVOLUCIÓN DE LAS PUNTACIONES ENTRE EL CUESTIONARIO INICIAL Y EL CUESTIONARIO FINAL

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1 2 3 4 5 6 7 8 9																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9																
1. Analizo las circunstancias para saber qué hacer.	1	1	2	2	2	3	2	2	2																1,89
2. Trato de no precipitarme y de reflexionar sobre los pasos que he de seguir.	2	2	0	1	2	2	1	1	1																1,33
3. Reflexiono sobre las estrategias que utilizaré.	2	2	1	2	2	3	1	3	2																2
4. Hago frente directamente a la situación.	1	1	1	2	0	1	1	1	1																1
5. Busco información con personas que saben.	2	2	2	1	1	1	2	2	0																1,44
	8	8	6	8	7	10	7	9	6											MEDIA: 7,67					

- Los resultados positivos indican una mejora: la capacidad para enfrentarse de manera activa a los problemas es mayor. Cuanto más cerca de 15 está el resultado, más ha subido.

- Los resultados negativos indican que la capacidad para enfrentarse de manera activa a los problemas ha disminuido. Cuanto más cerca de -15 está el resultado, más ha bajado.

- Si el resultado es 0, la capacidad para enfrentarse de manera activa a los problemas no ha variado.

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

ESCALA DE ESTADO DE ÁNIMO

CUESTIONARIO DE INICIO DE LA EVALUACIÓN Número de personas: 30

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
¿Con qué cara te identificas más?	2	4	2	4	2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	4	4	2	2	3	3	5	5	2	2	3	3	4	4	5	3	3,2
	2	4	2	4	2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	4	4	2	2	3	3	5	5	2	2	3	3	4	4	5	3	MEDIA: 3,2

CUESTIONARIO DE SALIDA DE LA EVALUACIÓN Número de personas: 30

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
¿Con qué cara te identificas más?	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	4,93
	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	MEDIA: 4,93

ESTADO DE ÁNIMO	Puntuación mínima teórica	1
	Puntuación máxima teórica	5
	Puntuación media obtenida por nuestra muestra	3,12
	Antes del programa	3,12
	Después del programa	3,82

Interpretación de las puntuaciones:
Las figuras representan una gradación de estado emocional negativo (enojo, tristeza, apatía) a estado emocional positivo. A mayor puntuación, mejor estado anímico.

EVOLUCIÓN DE LAS PUNTACIONES ENTRE EL CUESTIONARIO INICIAL Y EL CUESTIONARIO FINAL

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
¿Con qué cara te identificas más?	3	1	3	1	3	2	3	1	1	2	2	2	2	2	1	1	3	3	2	2	0	0	3	3	1	1	1	1	0	2	1,73
	3	1	3	1	3	2	3	1	1	2	2	2	2	2	1	1	3	3	2	2	0	0	3	3	1	1	1	1	0	2	MEDIA: 1,73

- Los resultados positivos indican que el estado de ánimo ha mejorado. Cuanto más cerca de 4 está el resultado, más ha mejorado.
- Los resultados negativos indican que el estado de ánimo ha empeorado. Cuanto más cerca de -4 está el resultado, más ha bajado.
- Si el resultado es 0, el estado de ánimo no ha variado.

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

ESCALA DE ASERTIVIDAD

CUESTIONARIO INICIO DE EVALUACIÓN

1 Nunca 3 Muy a menudo
2 A veces 4 Siempre

Número de personas: 30

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
1. Cuando alguien dice algo con lo que no estoy de acuerdo, me pone nerviosa tener que exponer mi propia opinión.	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	2	1	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	2	2	2	3	3,37
2. Si hago algo que creo no les gusta a los demás, siento miedo o vergüenza de lo que puedan pensar de mi.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	3	3	3	3	1	1	3	3	4	4	4	4	4	4	3,5
3. Me disgusta que los demás me vean cuando estoy nerviosa.	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	4	4	4	3	3,2	
4. Si se me olvida algo, me enfado conmigo misma.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
5. Me enfado, si no consigo hacer las cosas perfectamente.	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	4	4	4	4	4	4	2,45	
6. Me pongo nerviosa cuando quiero decir algo bonito a alguien.	3	3	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	4	2	3	3	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3,37	
7. Si no entiendo algo que me están explicando, me siento muy mal conmigo misma.	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	1	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2,43	
8. Si me critican sin razón me cuesta defenderme.	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3,03	
9. Cuando descubro que no sé algo, me siento mal conmigo misma.	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3,48	
10. Me cuesta decir que No.	2	3	2	3	4	4	4	4	4	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	1	1	3	2,69	
	29	30	30	32	33	35	32	31	29	30	30	31	30	25	31	29	33	32	32	30	26	27	32	31	37	32	35	34	33	36	MEDIA: 31,23	

CUESTIONARIO INICIO DE EVALUACIÓN

1 Totalmente en desacuerdo 3 De acuerdo
2 En desacuerdo 4 Muy de acuerdo

Número de personas: 30

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1. Cuando alguien dice algo con lo que no estoy de acuerdo, me pone nerviosa tener que exponer mi propia opinión.	1	1	2	2	2	3	1	1	1	2	2	3	3	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2		1,66
2. Si hago algo que creo no les gusta a los demás, siento miedo o vergüenza de lo que puedan pensar de mi.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1,14
3. Me disgusta que los demás me vean cuando estoy nerviosa.	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2,07
4. Si se me olvida algo, me enfado conmigo misma.	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1,37
5. Me enfado, si no consigo hacer las cosas perfectamente.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1,77
6. Me pongo nerviosa cuando quiero decir algo bonito a alguien.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1,57
7. Si no entiendo algo que me están explicando, me siento muy mal conmigo misma.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1,57
8. Si me critican sin razón me cuesta defenderme.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
9. Cuando descubro que no sé algo, me siento mal conmigo misma.	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1,27
10. Me cuesta decir que No.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
	16	16	18	18	17	19	18	18	18	17	17	20	20	17	16	14	17	18	18	14	16	15	15	16	12	14	13	15	11		MEDIA: 16,3

ASERTIVIDAD	Puntuación Mínima Teórica	10
	Puntuación Máxima Teórica	40
	Puntuación media obtenida por nuestra muestra	25,49
	Antes del programa	25,49
	Después del programa	22,52

Interpretación de las puntuaciones:

Resultados de 10 a 20: Indican un nivel alto de asertividad en las mujeres, por lo tanto son mujeres capaces de defender sus derechos sin vulnerar los de los demás.
Resultados de 21 a 29. Indica un nivel medio de asertividad en las mujeres.
Resultados de 30 a 40: Indica un bajo grado de asertividad en las mujeres. Se caracterizan por tener un papel sumiso en las relaciones interpersonales, no haciendo prevalecer sus derechos.

EVOLUCIÓN DE LAS PUNTACIONES ENTRE EL CUESTIONARIO INICIAL Y EL CUESTIONARIO FINAL

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1. Cuando alguien dice algo con lo que no estoy de acuerdo, me pone nerviosa tener que exponer mi propia opinión.	-3	-3	-2	-2	-2	-1	-2	-2	-2	-2	-2	-1	1	1	-1	-2	-3	-3	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-3	-1	-1	0	-1,71	
2. Si hago algo que creo no les gusta a los demás, siento miedo o vergüenza de lo que puedan pensar de mi.	-3	-3	-3	-3	-3	-3	-3	-3	-3	-3	-3	-2	1	-3	-2	-2	-1	-2	-2	0	0	-2	0	-3	-3	-3	-3	-3	-3	-2,36	
3. Me disgusta que los demás me vean cuando estoy nerviosa.	-1	-1	-1	-1	-1	-2	-2	0	0	0	-2	-1	-1	-2	-1	0	-1	0	0	0	0	0	-1	-1	-3	-1	-3	-3	-2	-1,13	
4. Si se me olvida algo, me enfado conmigo misma.	-3	-3	-3	-3	-3	-2	-2	-2	-2	-3	-3	-3	-3	-2	-2	-3	-3	-2	-2	-3	-3	-3	-2	-2	-2	-3	-3	-3	-3	-2,63	
5. Me enfado, si no consigo hacer las cosas perfectamente.	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	-2	-1	-1	-1	-1	0	-2	0	-2	-3	-2	-3	-2	-3	-0,68	
6. Me pongo nerviosa cuando quiero decir algo bonito a alguien.	-1	-1	-1	-1	-2	-2	-2	-1	0	-1	-1	-1	-3	-1	-2	-2	-2	-3	-3	-1	-2	-1	-1	-3	-3	-3	-2	-2	-3	-1,8	
7. Si no entiendo algo que me están explicando, me siento muy mal conmigo misma.	0	0	0	-1	0	-1	0	-1	0	-1	0	0	1	-1	-2	-1	-1	-2	0	-1	-1	-2	-1	-1	0	-2	-2	-2	-2	-0,86	
8. Si me critican sin razón me cuesta defenderme.	0	0	-1	-1	-1	0	0	-1	0	0	0	-1	-1	-2	-2	-2	-1	-1	-1	0	-2	-2	-2	-1	-1	-2	-2	-2	-2	-1,03	
9. Cuando descubro que no sé algo, me siento mal conmigo misma.	-2	-2	-1	-1	-3	-3	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-3	-2	-2	-2	-1	-3	-2	-3	-1	-3	-2	-3	-3	-3	-3	-2	-3	-2,21	
10. Me cuesta decir que No.	0	-1	0	-1	-2	-2	-2	-2	-2	-1	-1	0	0	0	0	-1	-1	0	0	0	0	0	0	0	0	-2	-2	0	1	-1	-0,69
	-13	-14	-12	-14	-16	-16	-14	-13	-11	-13	-13	-11	-10	-8	-15	-13	-19	-15	-14	-12	-12	-11	-17	-16	-21	-20	-21	-21	-18	MEDIA: -14,93	

- Los resultados negativos indican que la capacidad asertiva ha aumentado. Cuanto más cerca de -30 está el resultado, más ha mejorado.
- Los resultados positivos indican que la capacidad asertiva ha disminuido. Cuanto más cerca de 30 está el resultado, más ha bajado.
- Si el resultado es 0, la capacidad asertiva no ha variado.

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

ESCALA DE ASERTIVIDAD

CUESTIONARIO INICIO DE EVALUACIÓN

1 Nunca 3 Muy a menudo
2 A veces 4 Siempre

Número de personas: 9

	1	2	3	4	5	6	7	8	9															
IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9															
1. Cuando alguien dice algo con lo que no estoy de acuerdo, me pone nerviosa tener que exponer mi propia opinión.	4	4	4	3	4	4	3	3	4															3,67
2. Si hago algo que creo no les gusta a los demás, siento miedo o vergüenza de lo que puedan pensar de mi.	4	4	4	4	4	4	4	4	4															4
3. Me disgusta que los demás me vean cuando estoy nerviosa.	3	2	3	2	3	3	3	3	3															2,78
4. Si se me olvida algo, me enfado conmigo misma.	4	4	4	4	4	4	3	4	4															3,89
5. Me enfado, si no consigo hacer las cosas perfectamente.	2	3	3	2	2	2	2	3	3															2,44
6. Me pongo nerviosa cuando quiero decir algo bonito a alguien.	3	2	3	2	2	2	3	2	2															2,33
7. Si no entiendo algo que me están explicando, me siento muy mal conmigo misma.	4	4	4	4	4	4	4	4	4															4
8. Si me critican sin razón me cuesta defenderme.	4	3	3	3	3	3	3	4	2															3,11
9. Cuando descubro que no sé algo, me siento mal conmigo misma.	3	3	2	3	3	3	2	2	2															2,56
10. Me cuesta decir que No.																								
	31	29	30	27	29	29	27	29	28											MEDIA: 28,78				

CUESTIONARIO INICIO DE EVALUACIÓN

1 Totalmente en desacuerdo 3 De acuerdo
2 En desacuerdo 4 Muy de acuerdo

Número de personas: 9

	1	2	3	4	5	6	7	8	9															
IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9															
1. Cuando alguien dice algo con lo que no estoy de acuerdo, me pone nerviosa tener que exponer mi propia opinión.	2	2	2	2	1	1	2	2	2															1,78
2. Si hago algo que creo no les gusta a los demás, siento miedo o vergüenza de lo que puedan pensar de mi.	1	1	1	2	1	1	1	2	1															1,22
3. Me disgusta que los demás me vean cuando estoy nerviosa.	2	2	2	2	1	1	1	1	1															1,44
4. Si se me olvida algo, me enfado conmigo misma.	1	1	1	1	1	1	1	1	1															1
5. Me enfado, si no consigo hacer las cosas perfectamente.	1	1	1	1	1	1	1	1	1															1
6. Me pongo nerviosa cuando quiero decir algo bonito a alguien.	2	2	1	2	1	2	2	2	2															1,78
7. Si no entiendo algo que me están explicando, me siento muy mal conmigo misma.	1	1	1	1	1	1	1	1	1															1
8. Si me critican sin razón me cuesta defenderme.	1	2	1	2	1	1	2	2	1															1,44
9. Cuando descubro que no sé algo, me siento mal conmigo misma.	2	2	2	2	1	1	2	2	2															1,78
10. Me cuesta decir que No.	2	1	2	3	2	2	3	3	2															2,22
	15	15	14	18	11	12	16	17	14											MEDIA: 14,67				

ASERTIVIDAD	Puntuación Mínima Teórica	10
	Puntuación Máxima Teórica	40
	Puntuación media obtenida por nuestra muestra	25,49
	Antes del programa	25,49
	Después del programa	22,52

Interpretación de las puntuaciones:
 Resultados de 10 a 20: Indican un nivel alto de asertividad en las mujeres, por lo tanto son mujeres capaces de defender sus derechos sin vulnerar los de los demás.
 Resultados de 21 a 29. Indica un nivel medio de asertividad en las mujeres.
 Resultados de 30 a 40: Indica un bajo grado de asertividad en las mujeres. Se caracterizan por tener un papel sumiso en las relaciones interpersonales, no haciendo prevalecer sus derechos.

EVOLUCIÓN DE LAS PUNTACIONES ENTRE EL CUESTIONARIO INICIAL Y EL CUESTIONARIO FINAL

	1	2	3	4	5	6	7	8	9															
IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9															
1. Cuando alguien dice algo con lo que no estoy de acuerdo, me pone nerviosa tener que exponer mi propia opinión.	-2	-2	-2	-1	-3	-3	-1	-1	-2															-1,89
2. Si hago algo que creo no les gusta a los demás, siento miedo o vergüenza de lo que puedan pensar de mi.	-3	-3	-3	-2	-3	-3	-3	-2	-3															-2,78
3. Me disgusta que los demás me vean cuando estoy nerviosa.	-1	0	-1	0	-2	-2	-2	-2	-2															-1,34
4. Si se me olvida algo, me enfado conmigo misma.	-3	-3	-3	-3	-3	-3	-2	-3	-3															-2,89
5. Me enfado, si no consigo hacer las cosas perfectamente.	-1	-2	-2	-1	-1	-1	-1	-2	-2															-1,44
6. Me pongo nerviosa cuando quiero decir algo bonito a alguien.	-1	0	-2	0	-1	0	-1	0	0															-0,55
7. Si no entiendo algo que me están explicando, me siento muy mal conmigo misma.	-3	-3	-3	-3	-3	-3	-3	-3	-3															-3
8. Si me critican sin razón me cuesta defenderme.	-3	-1	-2	-1	-2	-2	-1	-2	-1															-1,67
9. Cuando descubro que no sé algo, me siento mal conmigo misma.	-1	-1	0	-1	-2	-2	0	0	0															-0,78
10. Me cuesta decir que No.																								
	-16	-14	-16	-9	-18	-17	-11	-12	-14											MEDIA: -14,11				

- Los resultados negativos indican que la capacidad asertiva ha aumentado. Cuanto más cerca de -30 está el resultado, más ha mejorado.
 - Los resultados positivos indican que la capacidad asertiva ha disminuido. Cuanto más cerca de 30 está el resultado, más ha bajado.
 - Si el resultado es 0, la capacidad asertiva no ha variado.

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

ESCALA DE IDEOLOGÍA DE GÉNERO

CUESTIONARIO INICIO DE EVALUACIÓN

1 Totalmente en desacuerdo
2 En desacuerdo

3 De acuerdo
4 Muy de acuerdo

Número de personas: 30

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1. Cuando el niño o niña está enfermo/a, es la madre que debe pedir permiso en el trabajo para cuidarlo.	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3,63
2. La mujer tiene más seguridad cuando el hombre trabaja que cuando ella trabaja.	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	2	3,4
3. Es más importante para una mujer que para un hombre llegar virgen al matrimonio.	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1,6
4. El hombre ayuda a la mujer con su soporte económico y ella satisface sus necesidades domésticas y emocionales.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3,03
5. Los pañales deberían cambiarlos más la madre que el padre.	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3,4
6. Es más desagradable que una mujer diga tacos y palabras malsonantes que el que los diga un hombre.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
7. Las relaciones extramatrimoniales son más condenables en la mujer.	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3,6
8. Hay trabajos que no debería hacer una mujer.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3,13
	24	22	23	24	25	27	25	25	25	26	26	26	26	25	26	26	27	27	26	26	28	28	27	27	26	26	28	26	25	27	MEDIA: 25,8

CUESTIONARIO INICIO DE EVALUACIÓN

1 Totalmente en desacuerdo
2 En desacuerdo

3 De acuerdo
4 Muy de acuerdo

Número de personas: 30

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1. Cuando el niño o niña está enfermo/a, es la madre que debe pedir permiso en el trabajo para cuidarlo.	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	1	3	3	3	2	2	3	2	2,57
2. La mujer tiene más seguridad cuando el hombre trabaja que cuando ella trabaja.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1,8
3. Es más importante para una mujer que para un hombre llegar virgen al matrimonio.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
4. El hombre ayuda a la mujer con su soporte económico y ella satisface sus necesidades domésticas y emocionales.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
5. Los pañales deberían cambiarlos más la madre que el padre.	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2,53
6. Es más desagradable que una mujer diga tacos y palabras malsonantes que el que los diga un hombre.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
7. Las relaciones extramatrimoniales son más condenables en la mujer.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
8. Hay trabajos que no debería hacer una mujer.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
	20	19	19	19	18	17	17	19	19	18	17	18	17	18	18	18	17	16	17	18	18	19	17	18	18	18	18	17	18	17	MEDIA: 17,9

IDEOLOGÍA DE GÉNERO	Puntuación Mínima Teórica	8
	Puntuación Máxima Teórica	32
	Puntuación media obtenida por nuestra muestra	15,77
		13,63

Interpretación de las puntuaciones:
Resultados de 8 a 16: Indican un nivel bajo de ideología de género en las mujeres, lo que significará que su imaginario de género está cargado de pocas ideologías estereotipadas de género.
Resultados de 17 a 23: Indica un nivel medio de ideología de género en las mujeres.
Resultados de 24 a 32: Indica un alto grado de ideología de género en las mujeres. esto es decir, que tienen muy asumidos los roles que la sociedad patriarcal asigna a cada género.

EVOLUCIÓN DE LAS PUNTACIONES ENTRE EL CUESTIONARIO INICIAL Y EL CUESTIONARIO FINAL

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1. Cuando el niño o niña está enfermo/a, es la madre que debe pedir permiso en el trabajo para cuidarlo.	1	1	0	0	0	-1	-1	0	0	0	-2	-1	-2	-1	-2	-2	-2	-2	-2	-1	-2	-1	-3	-1	-1	-1	-2	-1	-2	-1,06	
2. La mujer tiene más seguridad cuando el hombre trabaja que cuando ella trabaja.	-1	-1	-1	-1	-1	-2	-2	-2	-1	-1	-1	-3	-3	-2	-2	-2	-3	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	0	1	0	-1,6
3. Es más importante para una mujer que para un hombre llegar virgen al matrimonio.	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4
4. El hombre ayuda a la mujer con su soporte económico y ella satisface sus necesidades domésticas y emocionales.	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-2	-1,03
5. Los pañales deberían cambiarlos más la madre que el padre.	-1	0	0	0	-2	-2	-1	0	0	-2	-2	-1	-1	-2	0	0	0	-2	-1	-1	-1	-1	0	-1	-1	-1	0	-1	-1	-1	-0,87
6. Es más desagradable que una mujer diga tacos y palabras malsonantes que el que los diga un hombre.	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2	-2
7. Las relaciones extramatrimoniales son más condenables en la mujer.	0	0	0	-1	-1	-1	0	0	-1	-1	0	0	0	-1	-1	-1	-1	0	0	-1	-1	-1	-1	0	0	-1	-1	-1	-1	-1	-0,6
8. Hay trabajos que no debería hacer una mujer.	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-2	-2	-2	-1,13
	-4	-3	-4	-5	-7	-10	-8	-6	-6	-7	-9	-8	-9	-8	-7	-8	-10	-11	-9	-8	-10	-9	-10	-9	-8	-8	-10	-9	-7	-10	MEDIA: -7,9

- Los resultados negativos indican que las ideas estereotipadas de género han disminuido. Cuanto más cerca de -24 está el resultado, más han disminuido.
- Los resultados positivos indican que las ideas estereotipadas sobre el género han aumentado. Cuanto más cerca de 24 está el resultado, más han aumentado.
- Si el resultado es 0, las ideas estereotipadas sobre el género no han cambiado.

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

ESCALA DE EXPECTATIVAS Y CUMPLIMIENTO DE EXPECTATIVAS

CUESTIONARIO INICIO DE EVALUACIÓN Número de personas: 30
 1 Nada 3 Poco 5 Muchísimo
 2 Casi nada 4 Bastante

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30																														MEDIA
	1. ¿Crees que este taller te servirá/te ha servido para tu crecimiento personal?	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	
	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3,3

CUESTIONARIO SALIDA DE EVALUACIÓN Número de personas: 30
 1 Nada 3 Poco 5 Muchísimo
 2 Casi nada 4 Bastante

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30																														MEDIA
	1. ¿Crees que este taller te servirá/te ha servido para tu crecimiento personal?	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5

EXPECTATIVAS Y CUMPLIMIENTO EXPECTATIVAS	Puntuación Mínima Teórica	1
	Puntuación Máxima Teórica	5
	Puntuación media obtenida por nuestra muestra	4,32
	Antes del programa	4,32
	Después del programa	4,48

Interpretación de las puntuaciones:

Resultados 1 y 2: Significarán que tienen pocas expectativas depositadas en este programa, o bien que no creen que les haya servido para su crecimiento personal.
 Resultados 3: Significa que las mujeres se muestran indecisas para valorar si el programa les servirá o ha servido para su crecimiento personal.
 Resultados 4 y 5: Significarán que al inicio del programa presentan unas altas expectativas hacia el taller, o bien que al final constatan que este programa ha sido beneficioso para su crecimiento personal.

EVOLUCIÓN DE LAS PUNTACIONES ENTRE EL CUESTIONARIO INICIAL Y EL CUESTIONARIO FINAL

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30																														MEDIA
	1. ¿Crees que este taller te servirá/te ha servido para tu crecimiento personal?	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3	
	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3	1,7	

- Los resultados positivos indican que las expectativas iniciales se han superado. Cuanto más cerca de 4 está el resultado más se han superado
 - Los resultados negativos indican que las expectativas iniciales no se han cumplido. Cuanto más cerca de -4 está el resultado, menos se han cumplido.
 - Si el resultado es 0, las expectativas iniciales se han correspondido con la realidad.

ESCALA DE SATISFACCIÓN

CUESTIONARIO SALIDA DE EVALUACIÓN Número de personas: 30
 1 Nada 3 Poco 5 Muchísimo
 2 Casi nada 4 Bastante

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30																														MEDIA
	1. ¿Estás satisfecha con el tipo de ayuda que te ha aportado?	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	

SATISFACCIÓN	Puntuación Mínima Teórica	1
	Puntuación Máxima Teórica	5
	Puntuación media obtenida por nuestra muestra	4,52
	Después del programa	4,52

Interpretación de las puntuaciones:

Resultados 1 y 2: Indican una baja satisfacción sobre el programa.
 Resultados 3: Indica que las mujeres valoran que el programa les ha aportado poca ayuda.
 Resultados 4 y 5: Indican que las mujeres están altamente satisfechas con el contenido del programa.

ESCALA DE UTILIDAD

CUESTIONARIO SALIDA DE EVALUACIÓN Número personas: 30
 1 Nada 3 Poco 5 Muchísimo
 2 Casi nada 4 Bastante

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30																														MEDIA
	1. ¿Lo has podido aplicar a algún aspecto de tu vida?	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	4	4	
	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	4	4	4,6	

UTILIDAD	Puntuación Mínima Teórica	1
	Puntuación Máxima Teórica	5
	Puntuación media obtenida por nuestra muestra	4,25
	Después del programa	4,25

Interpretación de las puntuaciones:

Resultados 1 y 2: Indican que el taller no les ha sido de utilidad.
 Resultados 3: Indica que las mujeres valoran que el programa les ha sido de poca utilidad.
 Resultados 4 y 5: Indican que las mujeres valoran que el programa es de alta aplicabilidad en sus vidas.

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

ESCALA DE PERCEPCIÓN DEL CAMBIO

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN - 2ª SESIÓN Puntuación mínima: 1 Puntuación máxima: 5 Número de personas: 30
Ejemplos de partida (De...) Ejemplos de llegada (... a...)

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Lenguaje no verbal (de ansiosa, no contacto... a distendida, contacto. Ej.: de ceño fruncido, postura rígida, postura contrahecha, cabeza gacha, gestos manuales constantes o muletillas no verbales, manos apretadas, boca apretada... a postura relajada y distendida, muestra relajación).	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1,4
Expresiones verbales (de discurso incoherente, difícil de seguir... a habla con seguridad en la sesión, se dirige a la monitora o a las demás directamente, se expresa con claridad y coherencia).	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Comunicación con el resto del grupo (de apenas se comunica a menos que se le interpele directamente... a se comunica abiertamente con el grupo).	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1,47
Se ríe, hace bromas (de no hace muchas bromas ni apenas participa de las otras bromas... a se ríe abiertamente con las bromas de las otras y/o participa aportando).	1	1	1	1	1	2	1	2	3	3	3	5	4	3	3	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1,8
Aportaciones a las conversaciones (de hace aportaciones sólo si le pregunta, y cortas... a va haciendo aportaciones, primero sin eludir a la experiencia propia, y después hace aportaciones donde alude a la experiencia propia y a su vida).	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Implica e interés demostrados en las actividades (de no se implica, se deja llevar por las actividades con cierto o total automatismo, no demuestra ningún interés... a se implica totalmente, se compromete en que salgan bien, demuestra un alto interés en todo lo que se hace o dice).	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	4	2	2	2	1	1	1	1	1,8
Cohesión con el grupo (de su discurso es desde "yo" siempre... a un discurso donde integra el "nosotras" y va haciendo aportaciones para ayudar a crecer y desarrollar el grupo).	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Capacidad de salir si (de no manifiesta ninguna actitud de querer ayudar e implicarse en los problemas de las otras, actitud pasiva e indiferente o centrada sólo si misma... a hace aportaciones para ayudar a las otras cuando habla de sus problemas y/o colabora con ideas, expresiones y bromas para ayudar a las demás. Habla y deja hablar).	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	3	2	1	2	2	2	2	1,31
En las finalizaciones de las sesiones (de no se despide de nadie y abandona rápidamente la sala... a se toma su tiempo para despedirse o hacer comentarios con las otras. De situación tensa de despido... a situación distendida).	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1,83
	11	14	15	15	17	17	16	18	18	15	16	17	17	16	16	14	15	12	14	17	18	18	19	15	14	14	14	14	14	14	MEDIA: 15,5

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN - ÚLTIMA SESIÓN Puntuación mínima: 1 Puntuación máxima: 5 Número de personas: 30

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Lenguaje no verbal (de ansiosa, no contacto... a distendida, contacto. Ej.: de ceño fruncido, postura rígida, postura contrahecha, cabeza gacha, gestos manuales constantes o muletillas no verbales, manos apretadas, boca apretada... a postura relajada y distendida, muestra relajación).	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Expresiones verbales (de discurso incoherente, difícil de seguir... a habla con seguridad en la sesión, se dirige a la monitora o a las demás directamente, se expresa con claridad y coherencia).	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Comunicación con el resto del grupo (de apenas se comunica a menos que se le interpele directamente... a se comunica abiertamente con el grupo).	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	4	4	5	5	5	4,67
Se ríe, hace bromas (de no hace muchas bromas ni apenas participa de las otras bromas... a se ríe abiertamente con las bromas de las otras y/o participa aportando).	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4,97
Aportaciones a las conversaciones (de hace aportaciones sólo si le pregunta, y cortas... a va haciendo aportaciones, primero sin eludir a la experiencia propia, y después hace aportaciones donde alude a la experiencia propia y a su vida).	5	4	4	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4,53
Implica e interés demostrados en las actividades (de no se implica, se deja llevar por las actividades con cierto o total automatismo, no demuestra ningún interés... a se implica totalmente, se compromete en que salgan bien, demuestra un alto interés en todo lo que se hace o dice).	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Cohesión con el grupo (de su discurso es desde "yo" siempre... a un discurso donde integra el "nosotras" y va haciendo aportaciones para ayudar a crecer y desarrollar el grupo).	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Capacidad de salir si (de no manifiesta ninguna actitud de querer ayudar e implicarse en los problemas de las otras, actitud pasiva e indiferente o centrada sólo si misma... a hace aportaciones para ayudar a las otras cuando habla de sus problemas y/o colabora con ideas, expresiones y bromas para ayudar a las demás. Habla y deja hablar).	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
En las finalizaciones de las sesiones (de no se despide de nadie y abandona rápidamente la sala... a se toma su tiempo para despedirse o hacer comentarios con las otras. De situación tensa de despido... a situación distendida).	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	41	40	40	39	40	41	35	40	40	40	41	40	41	41	40	40	40	41	40	40	40	40	40	40	41	39	40	39	40	41	MEDIA: 40

DIFERENCIA (ÚLTIMA SESIÓN - 2ª SESIÓN)

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
Lenguaje no verbal (de ansiosa, no contacto... a distendida, contacto. Ej.: de ceño fruncido, postura rígida, postura contrahecha, cabeza gacha, gestos manuales constantes o muletillas no verbales, manos apretadas, boca apretada... a postura relajada y distendida, muestra relajación).	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3,6
Expresiones verbales (de discurso incoherente, difícil de seguir... a habla con seguridad en la sesión, se dirige a la monitora o a las demás directamente, se expresa con claridad y coherencia).	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Comunicación con el resto del grupo (de apenas se comunica a menos que se le interpele directamente... a se comunica abiertamente con el grupo).	4	4	4	3	3	3	2	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	3,2
Se ríe, hace bromas (de no hace muchas bromas ni apenas participa de las otras bromas... a se ríe abiertamente con las bromas de las otras y/o participa aportando).	4	4	4	4	4	3	4	3	2	2	0	1	2	2	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3,17
Aportaciones a las conversaciones (de hace aportaciones sólo si le pregunta, y cortas... a va haciendo aportaciones, primero sin eludir a la experiencia propia, y después hace aportaciones donde alude a la experiencia propia y a su vida).	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2,53
Implica e interés demostrados en las actividades (de no se implica, se deja llevar por las actividades con cierto o total automatismo, no demuestra ningún interés... a se implica totalmente, se compromete en que salgan bien, demuestra un alto interés en todo lo que se hace o dice).	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	1	3	3	3	4	4	4	4	3,2
Cohesión con el grupo (de su discurso es desde "yo" siempre... a un discurso donde integra el "nosotras" y va haciendo aportaciones para ayudar a crecer y desarrollar el grupo).	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Capacidad de salir si (de no manifiesta ninguna actitud de querer ayudar e implicarse en los problemas de las otras, actitud pasiva e indiferente o centrada sólo si misma... a hace aportaciones para ayudar a las otras cuando habla de sus problemas y/o colabora con ideas, expresiones y bromas para ayudar a las demás. Habla y deja hablar).	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3,69
En las finalizaciones de las sesiones (de no se despide de nadie y abandona rápidamente la sala... a se toma su tiempo para despedirse o hacer comentarios con las otras. De situación tensa de despido... a situación distendida).	-1	-1	-1	-1	-1	-2	0	-1	-1	-1	0	-1	-1	-1	-1	0	-1	0	-1	0	-1	0	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1	-0,83
	24	26	25	24	25	24	20	24	22	22	26	24	24	24	24	24	26	26	28	26	23	22	22	22	24	26	25	26	26	27	MEDIA: 24,37

- Los resultados positivos indican un cambio a positivo. Cuanto más cerca de 36 está el resultado, más positivo es el cambio observado.
 - Los resultados negativos indican un cambio a negativo. Cuanto más cerca de -36 está el resultado, más negativo es el cambio observado.
 - Un resultado igual a 0 indica que no se aprecia ningún cambio

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

ESCALA DE PERCEPCIÓN DEL CAMBIO

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN - 2ª SESIÓN Puntuación mínima: 1 Puntuación máxima: 5 Número de personas: 9

Ejemplos de partida (De...) Ejemplos de llegada (... a...)

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1 2 3 4 5 6 7 8 9										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9		
Lenguaje no verbal (de ansiosa, no contacto... a distendida, contacto. Ej.: de ceño fruncido, postura rígida, postura contrahecha, cabeza gacha, gestos manuales constantes o muecillas no verbales, manos apretadas, boca apretada... a postura relajada y distendida, muestra relajación).	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1
Expresiones verbales (de discurso incoherente, difícil de seguir... a habla con seguridad en la sesión, se dirige a la monitora o a las demás directamente, se expresa con claridad y coherencia).	1	2	1	1	2	3	1	1	1		1,44
Comunicación con el resto del grupo (de apenas se comunica a menos que se le interpele directamente... a se comunica abiertamente con el grupo).	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1
Se ríe, hace bromas (de no hace muchas bromas ni apenas participa de las otras bromas... a se ríe abiertamente con las bromas de las otras y/o participa aportando).	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1
Aportaciones a las conversaciones (de hace aportaciones sólo si le pregunta, y cortas... a va haciendo aportaciones, primero sin eludir a la experiencia propia, y después hace aportaciones donde alude a la experiencia propia y a su vida).	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1
Implica e interés demostrados en las actividades (de no se implica, se deja llevar por las actividades con cierto o total automatismo, no demuestra ningún interés... a se implica totalmente, se compromete en que salgan bien, demuestra un alto interés en todo lo que se hace o dice).	1	2	2	1	1	1	1	1	1		1,22
Cohesión con el grupo (de su discurso es desde "yo" siempre... a un discurso donde integra el "nosotras" y va haciendo aportaciones para ayudar a crecer y desarrollar el grupo).	1	1	1	2	1	1	1	1	1		1,11
Capacidad de salir sí (de no manifiesta ninguna actitud de querer ayudar e implicarse en los problemas de las otras, actitud pasiva e indiferente o centrada sólo sí misma... a hace aportaciones para ayudar a las otras cuando habla de sus problemas y/o colabora con ideas, expresiones y bromas para ayudar a las demás. Habla y deja hablar).	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1
En las finalizaciones de las sesiones (de no se despide de nadie y abandona rápidamente la sala... a se toma su tiempo para despedirse o hacer comentarios con las otras. De situación tensa de despido... a situación distendida).	1	1	1	2	2	2	1	1	2		1,44
	9	11	10	11	11	12	9	9	10		MEDIA: 10,22

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN - ÚLTIMA SESIÓN Puntuación mínima: 1 Puntuación máxima: 5 Número de personas: 9

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1 2 3 4 5 6 7 8 9										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9		
Lenguaje no verbal (de ansiosa, no contacto... a distendida, contacto. Ej.: de ceño fruncido, postura rígida, postura contrahecha, cabeza gacha, gestos manuales constantes o muecillas no verbales, manos apretadas, boca apretada... a postura relajada y distendida, muestra relajación).	5	5	5	5	5	5	5	5	5		5
Expresiones verbales (de discurso incoherente, difícil de seguir... a habla con seguridad en la sesión, se dirige a la monitora o a las demás directamente, se expresa con claridad y coherencia).	4	4	5	5	5	5	5	5	5		4,78
Comunicación con el resto del grupo (de apenas se comunica a menos que se le interpele directamente... a se comunica abiertamente con el grupo).	5	5	5	5	5	5	5	5	5		5
Se ríe, hace bromas (de no hace muchas bromas ni apenas participa de las otras bromas... a se ríe abiertamente con las bromas de las otras y/o participa aportando).	5	5	5	5	5	5	5	5	5		5
Aportaciones a las conversaciones (de hace aportaciones sólo si le pregunta, y cortas... a va haciendo aportaciones, primero sin eludir a la experiencia propia, y después hace aportaciones donde alude a la experiencia propia y a su vida).	5	5	5	5	5	5	5	5	5		5
Implica e interés demostrados en las actividades (de no se implica, se deja llevar por las actividades con cierto o total automatismo, no demuestra ningún interés... a se implica totalmente, se compromete en que salgan bien, demuestra un alto interés en todo lo que se hace o dice).	5	5	5	5	5	5	5	5	5		5
Cohesión con el grupo (de su discurso es desde "yo" siempre... a un discurso donde integra el "nosotras" y va haciendo aportaciones para ayudar a crecer y desarrollar el grupo).	5	5	5	5	5	5	5	5	5		5
Capacidad de salir sí (de no manifiesta ninguna actitud de querer ayudar e implicarse en los problemas de las otras, actitud pasiva e indiferente o centrada sólo sí misma... a hace aportaciones para ayudar a las otras cuando habla de sus problemas y/o colabora con ideas, expresiones y bromas para ayudar a las demás. Habla y deja hablar).	5	5	5	4	5	5	5	5	5		4,89
En las finalizaciones de las sesiones (de no se despide de nadie y abandona rápidamente la sala... a se toma su tiempo para despedirse o hacer comentarios con las otras. De situación tensa de despido... a situación distendida).	5	5	5	5	5	5	5	5	5		5
	44	44	45	44	45	45	45	45	45		MEDIA: 44,67

DIFERENCIA (ÚLTIMA SESIÓN - 2ª SESIÓN) 9

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1 2 3 4 5 6 7 8 9										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9		
Lenguaje no verbal (de ansiosa, no contacto... a distendida, contacto. Ej.: de ceño fruncido, postura rígida, postura contrahecha, cabeza gacha, gestos manuales constantes o muecillas no verbales, manos apretadas, boca apretada... a postura relajada y distendida, muestra relajación).	4	4	4	4	4	4	4	4	4		4
Expresiones verbales (de discurso incoherente, difícil de seguir... a habla con seguridad en la sesión, se dirige a la monitora o a las demás directamente, se expresa con claridad y coherencia).	3	2	4	4	3	2	4	4	4		3,34
Comunicación con el resto del grupo (de apenas se comunica a menos que se le interpele directamente... a se comunica abiertamente con el grupo).	4	4	4	4	4	4	4	4	4		4
Se ríe, hace bromas (de no hace muchas bromas ni apenas participa de las otras bromas... a se ríe abiertamente con las bromas de las otras y/o participa aportando).	4	4	4	4	4	4	4	4	4		4
Aportaciones a las conversaciones (de hace aportaciones sólo si le pregunta, y cortas... a va haciendo aportaciones, primero sin eludir a la experiencia propia, y después hace aportaciones donde alude a la experiencia propia y a su vida).	4	4	4	4	4	4	4	4	4		4
Implica e interés demostrados en las actividades (de no se implica, se deja llevar por las actividades con cierto o total automatismo, no demuestra ningún interés... a se implica totalmente, se compromete en que salgan bien, demuestra un alto interés en todo lo que se hace o dice).	4	3	3	4	4	4	4	4	4		3,78
Cohesión con el grupo (de su discurso es desde "yo" siempre... a un discurso donde integra el "nosotras" y va haciendo aportaciones para ayudar a crecer y desarrollar el grupo).	4	4	4	3	4	4	4	4	4		3,89
Capacidad de salir sí (de no manifiesta ninguna actitud de querer ayudar e implicarse en los problemas de las otras, actitud pasiva e indiferente o centrada sólo sí misma... a hace aportaciones para ayudar a las otras cuando habla de sus problemas y/o colabora con ideas, expresiones y bromas para ayudar a las demás. Habla y deja hablar).	4	4	4	3	4	4	4	4	4		3,89
En las finalizaciones de las sesiones (de no se despide de nadie y abandona rápidamente la sala... a se toma su tiempo para despedirse o hacer comentarios con las otras. De situación tensa de despido... a situación distendida).	4	4	4	3	3	3	4	4	3		3,56
	35	33	35	33	34	33	36	36	35		MEDIA: 34,44

- Los resultados positivos indican un cambio a positivo. Cuanto más cerca de 36 está el resultado, más positivo es el cambio observado.
 - Los resultados negativos indican un cambio negativo. Cuanto más cerca de -36 está el resultado, más negativo es el cambio observado.
 - Un resultado igual a 0 indica que no se aprecia ningún cambio

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

CUESTIONARIO DE PERMANENCIA DEL CAMBIO

CUESTIONARIO DE PERMANENCIA DEL CAMBIO

1 Mucho peor 3 Regular 5 Mucho mejor
2 Peor 4 Mejor

Número personas: 30

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
1. ¿Cómo te sientes en general después de haber finalizado el taller y como resultado de haberlo realizado?		4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4,2
		4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	MEDIA: 4,2

PERCEPCIÓN DEL CAMBIO	Puntuación mínima teórica	1
	Puntuación máxima teórica	5
	Puntuación media obtenida por nuestra muestra	4,3
Interpretación de las puntuaciones:		
Resultados 1 y 2: Indican que las mujeres se sienten peor una vez finalizado el programa.		
Resultados 3: Revela que las mujeres no perciben grandes cambios en su vida después de haber finalizado el programa.		
Resultados 4 y 5: Demuestran que las mujeres valoran que una vez finalizado el programa se sienten mejor o mucho mejor que antes de iniciarlo.		

¿CÓMO TE SIENTES DESPUÉS DE HABER REALIZADO EL TALLER?

1 Nunca me siento así 4 Bastantes veces me siento así
2 Casi nunca me siento así 5 Muchas veces me siento así
3 Algunas veces me siento así

Número personas: 30

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1. Me siento mejor conmigo misma.		5	5	4	3	4	4	4	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4,13
2. Me gusta más divertirme.		4	4	4	4	3	3	3	3	5	5	4	4	4	4	4	4	3	3	5	5	5	5	5	4	4	4	5	4	5	5	4,13
3. Tengo más ilusiones.		4	4	4	4	3	4	4	3	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4,33
4. Ha mejorado mi optimismo y mi alegría.		4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4,6
5. Creo que me sucederán cosas más agradables.		3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3,67
6. Creo que puedo superar mejor mis errores y debilidades.		5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4,97
7. Tengo más ganas de vivir.		5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
8. Creo que, generalmente, tengo mejor humor.		4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	3	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4,6
9. Siento que ahora todo me puede ir bien.		4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	4,2
10. Tengo más confianza en mí misma.		4	4	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4,69
		38	43	42	42	41	43	44	43	42	43	41	43	41	42	43	44	44	44	48	44	46	46	47	47	46	47	48	47	48	48	MEDIA: 44,17

BIENESTAR SUBJETIVO	Puntuación mínima teórica	10
	Puntuación máxima teórica	50
	Puntuación media obtenida por nuestra muestra	37,76
Interpretación de las puntuaciones:		
Resultados de 1 a 23: Indican que las mujeres no se sienten nada o poco satisfechas con la vida en general.		
Resultados de 24 a 36: Indican que su satisfacción con la vida es bastante inestable.		
Resultados de 37 a 50: Indican un alto grado de satisfacción con la vida.		

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

CUESTIONARIO DE PERMANENCIA DEL CAMBIO

CUESTIONARIO DE PERMANENCIA DEL CAMBIO

1 Mucho peor 3 Regular 5 Mucho mejor
2 Peor 4 Mejor

Número personas: 9

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1 2 3 4 5 6 7 8 9																		MEDIA: 5	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9											
1. ¿Cómo te sientes en general después de haber finalizado el taller y como resultado de haberlo realizado?	5	5	5	5	5	5	5	5	5											5
	5	5	5	5	5	5	5	5	5											

PERCEPCIÓN DEL CAMBIO	Puntuación mínima teórica	1
	Puntuación máxima teórica	5
	Puntuación media obtenida por nuestra muestra Después del programa	4,3

Interpretación de las puntuaciones:
 Resultados 1 y 2: Indican que las mujeres se sienten peor una vez finalizado el programa.
 Resultados 3: Revela que las mujeres no perciben grandes cambios en su vida después de haber finalizado el programa.
 Resultados 4 y 5: Demuestran que las mujeres valoran que una vez finalizado el programa se sienten mejor o mucho mejor que antes de iniciarlo.

¿CÓMO TE SIENTES DESPUÉS DE HABER REALIZADO EL TALLER?

1 Nunca me siento así 4 Bastantes veces me siento así
2 Casi nunca me siento así 5 Muchas veces me siento así
3 Algunas veces me siento así

Número personas: 9

IDENTIFICACIÓN DE LAS EVALUADAS	1 2 3 4 5 6 7 8 9																		MEDIA: 44,44	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9											
1. Me siento mejor conmigo misma.	5	5	5	5	5	5	5	5	5											5
2. Me gusta más divertirme.	5	5	5	5	5	5	5	5	5											5
3. Tengo más ilusiones.	5	5	5	4	4	4	5	5	5											4,67
4. Ha mejorado mi optimismo y mi alegría.	5	5	5	5	5	5	5	5	5											5
5. Creo que me sucederán cosas más agradables.	5	5	5	5	5	5	5	5	5											5
6. Creo que puedo superar mejor mis errores y debilidades.	5	5	5	5	5	5	5	5	5											5
7. Tengo más ganas de vivir.	5	5	5	5	5	5	5	5	5											5
8. Creo que, generalmente, tengo mejor humor.	5	5	5	5	5	5	5	5	5											5
9. Siento que ahora todo me puede ir bien.	4	5	4	5	5	5	5	5	5											4,78
10. Tengo más confianza en mí misma.																				
	44	45	44	44	44	44	45	45	45											

BIENESTAR SUBJETIVO	Puntuación mínima teórica	10
	Puntuación máxima teórica	50
	Puntuación media obtenida por nuestra muestra Después del programa	37,76

Interpretación de las puntuaciones:
 Resultados de 1 a 23: Indican que las mujeres no se sienten nada o poco satisfechas con la vida en general.
 Resultados de 24 a 36: Indican que su satisfacción con la vida es bastante inestable.
 Resultados de 37 a 50: Indican un alto grado de satisfacción con la vida.

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°1

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

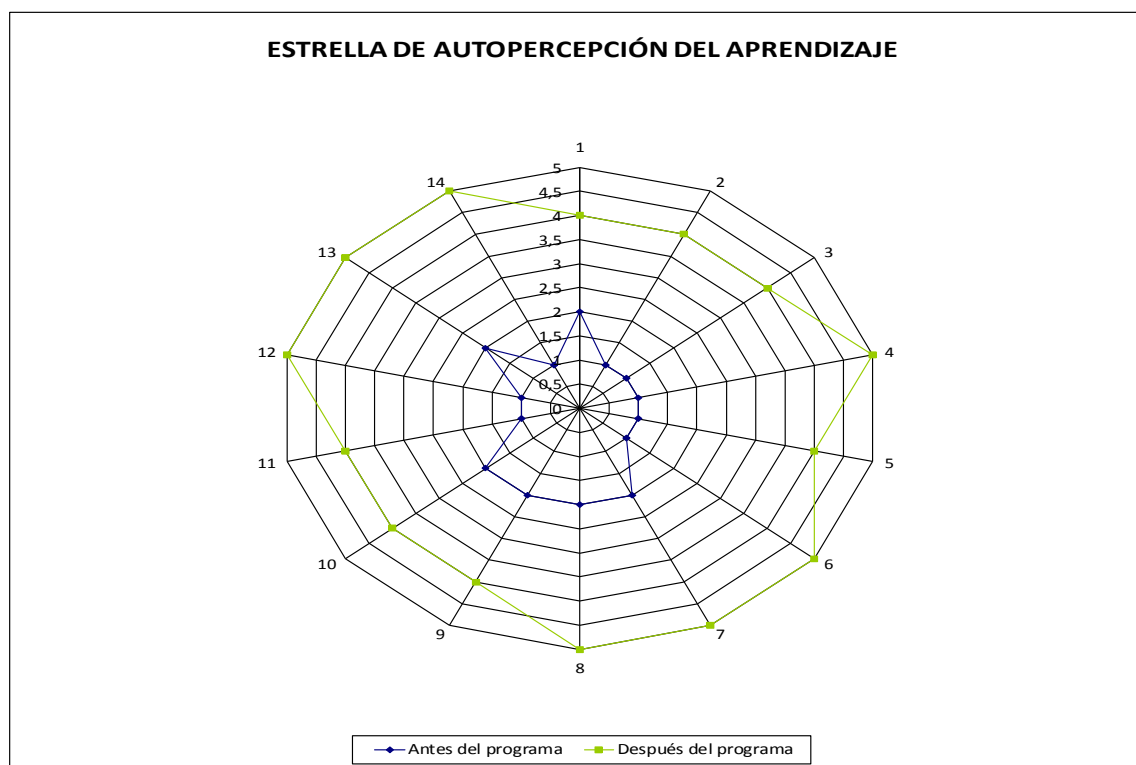
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		1
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		2
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		1
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		1
4. Soy consciente de mi valor como persona.		1
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		1
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		1
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		2
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		2
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		2
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		2
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		1
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		1
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		2
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		1
		20

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		1
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		5
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		5
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		5
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		5
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		4
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		63



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°2

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

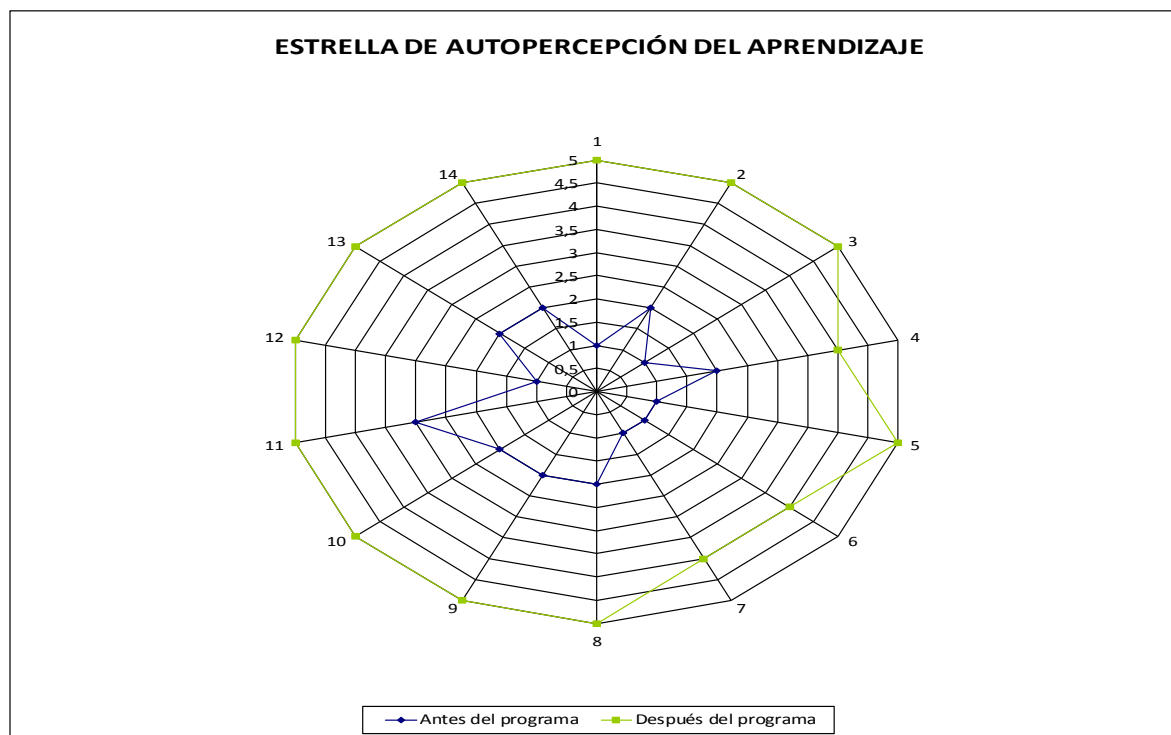
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		2
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		1
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		2
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		1
4. Soy consciente de mi valor como persona.		2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		1
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		1
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		1
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		2
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		2
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		2
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		1
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		2
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		2
		23

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		2
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		5
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		5
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		5
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		5
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		5
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		5
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		67



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°3

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

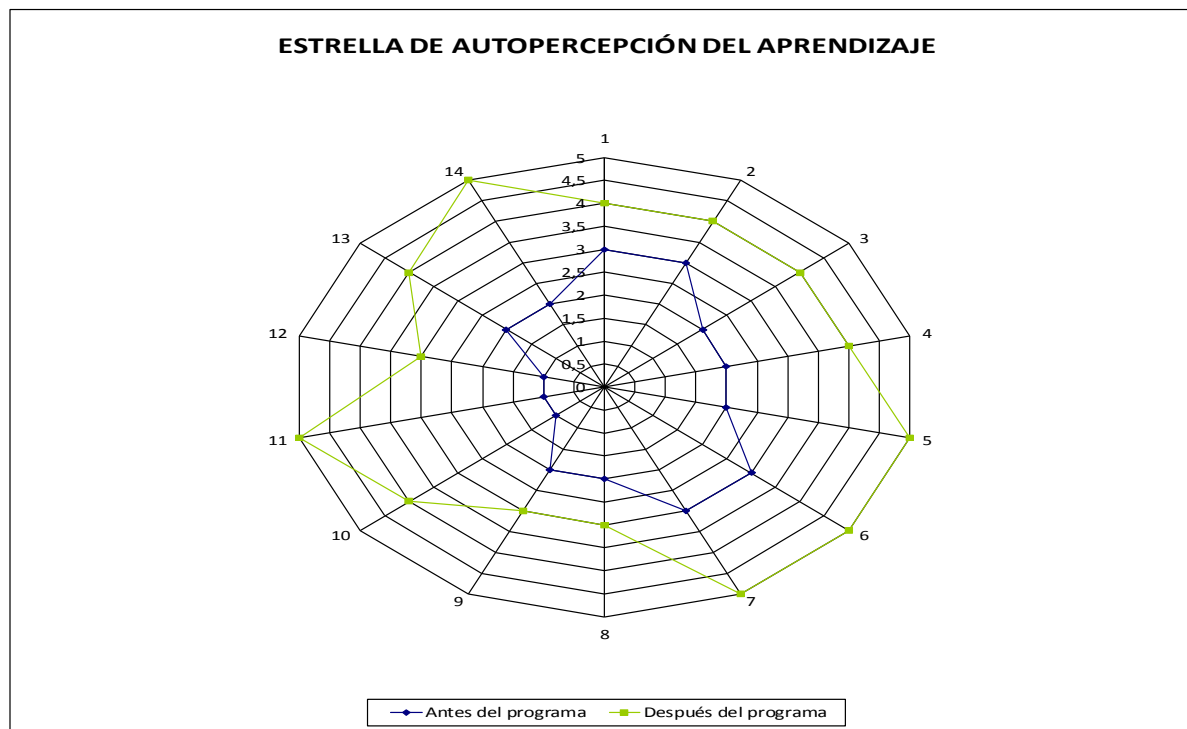
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		3
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		3
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		2
4. Soy consciente de mi valor como persona.		2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		2
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		3
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		3
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		2
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		2
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		1
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		1
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		1
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		2
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		2
		29

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		3
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		5
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		5
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		5
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		3
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		3
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		3
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		58



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°4

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

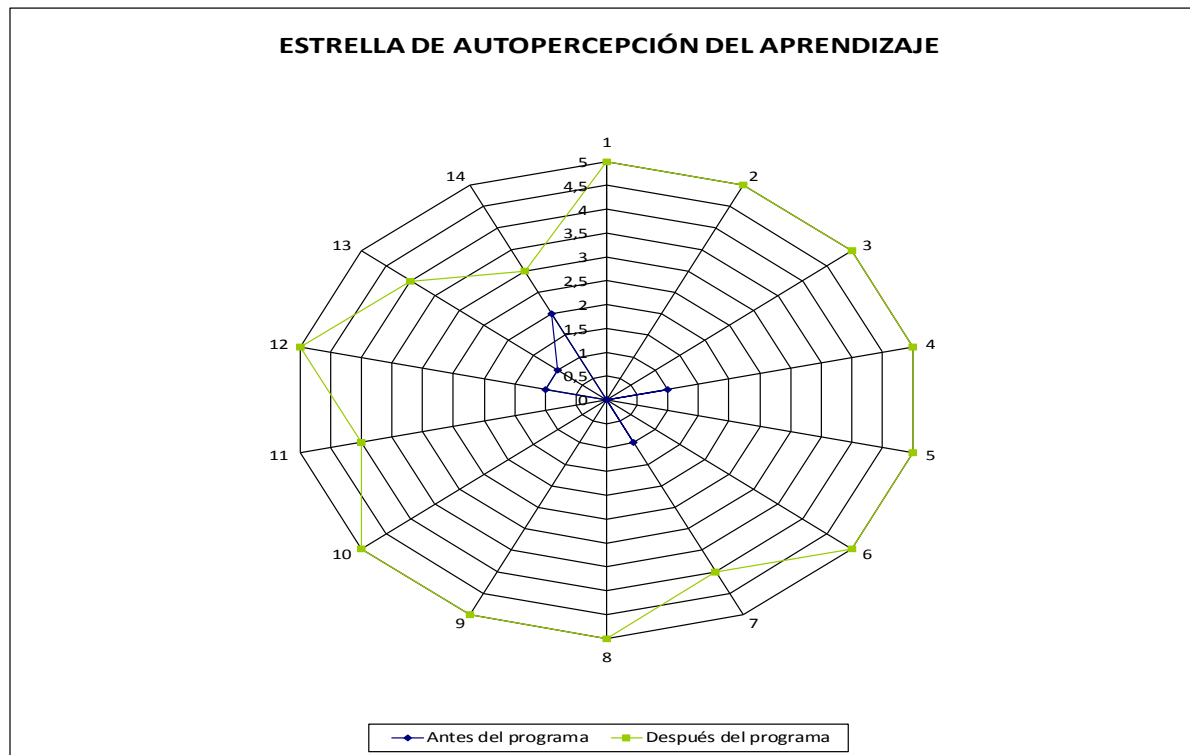
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		4
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		0
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		0
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		0
4. Soy consciente de mi valor como persona.		1
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		0
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		0
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		1
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		0
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		0
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		0
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		0
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		1
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		1
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		2
		6

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		4
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		5
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		5
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		5
4. Soy consciente de mi valor como persona.		5
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		5
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		5
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		5
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		5
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		4
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		3
		65



USUARIA N°5

Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

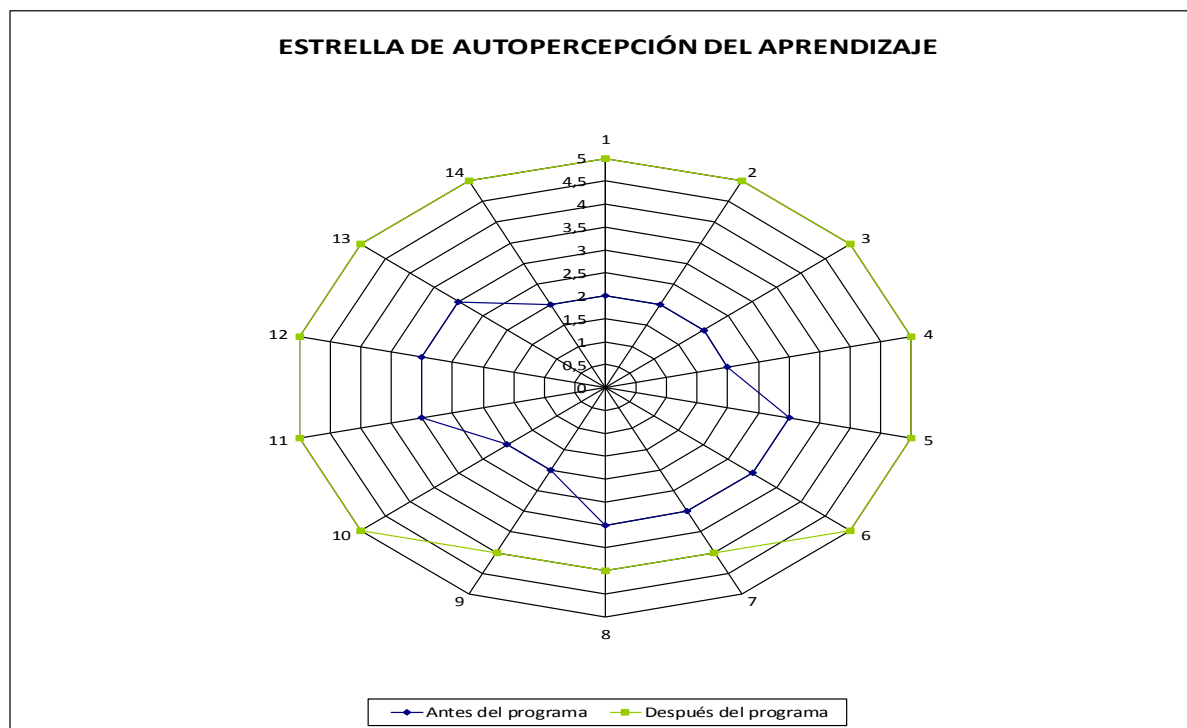
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA	
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.	2
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.	2
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.	2
4. Soy consciente de mi valor como persona.	2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.	3
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.	3
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.	3
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.	3
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...	2
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.	2
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.	3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.	3
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.	3
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.	2
35	

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA	
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.	5
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.	5
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.	5
4. Soy consciente de mi valor como persona.	5
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.	5
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.	5
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.	4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.	4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...	4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.	5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.	5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.	5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.	5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.	5
67	



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N^o6

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

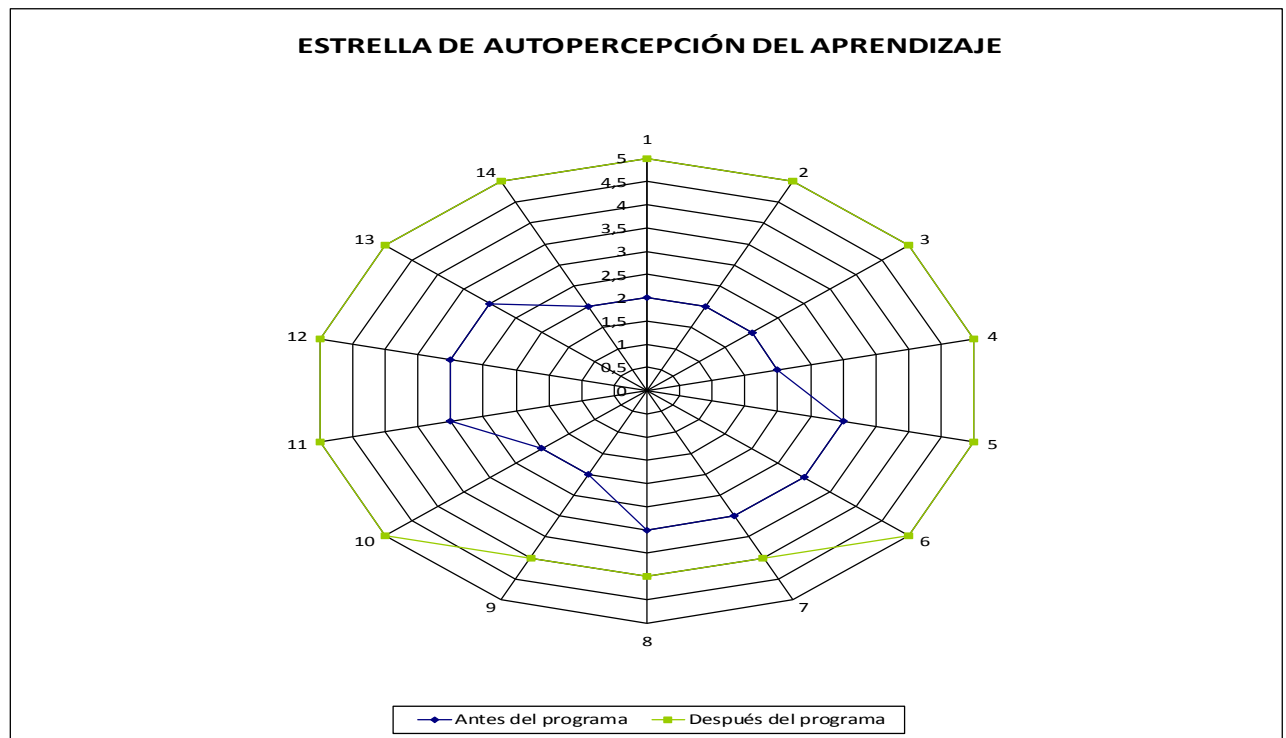
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		6
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		2
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		2
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		2
4. Soy consciente de mi valor como persona.		2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		3
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		3
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		3
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		3
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		2
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		2
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		3
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		3
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		2
		35

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		6
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		5
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		5
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		5
4. Soy consciente de mi valor como persona.		5
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		5
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		5
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		67



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°7

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA	
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.	7
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.	0
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.	1
4. Soy consciente de mi valor como persona.	1
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.	1
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.	2
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.	2
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.	1
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...	3
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.	5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.	4
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.	3
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.	4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.	5

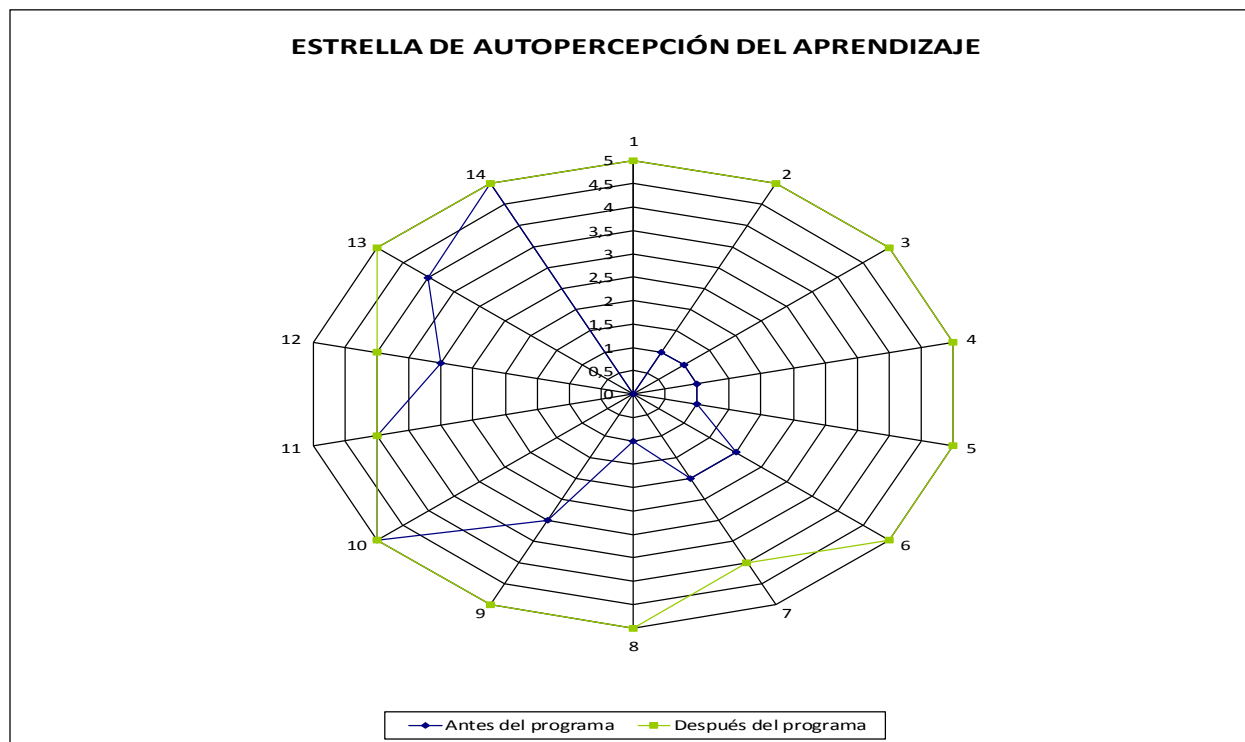
33

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA	
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.	7
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.	5
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.	5
4. Soy consciente de mi valor como persona.	5
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.	5
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.	5
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.	4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.	5
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...	5
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.	5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.	4
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.	4
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.	5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.	5

67



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°8

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

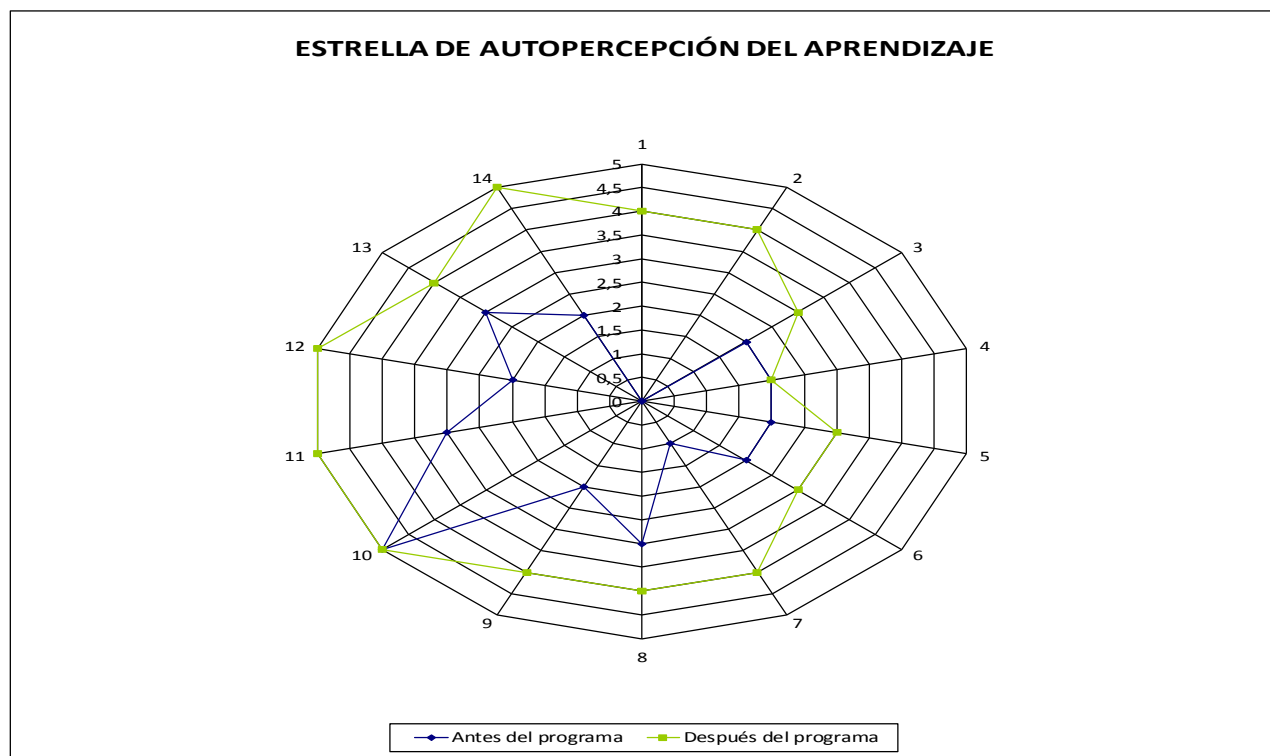
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

	8
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.	0
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.	0
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.	2
4. Soy consciente de mi valor como persona.	2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.	2
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.	2
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.	1
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.	3
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...	2
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.	5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.	3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.	2
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.	3
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.	2
	29

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

	8
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.	4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.	4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.	3
4. Soy consciente de mi valor como persona.	2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.	3
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.	3
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.	4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.	4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...	4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.	5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.	5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.	5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.	4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.	5
	55



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N^o9

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

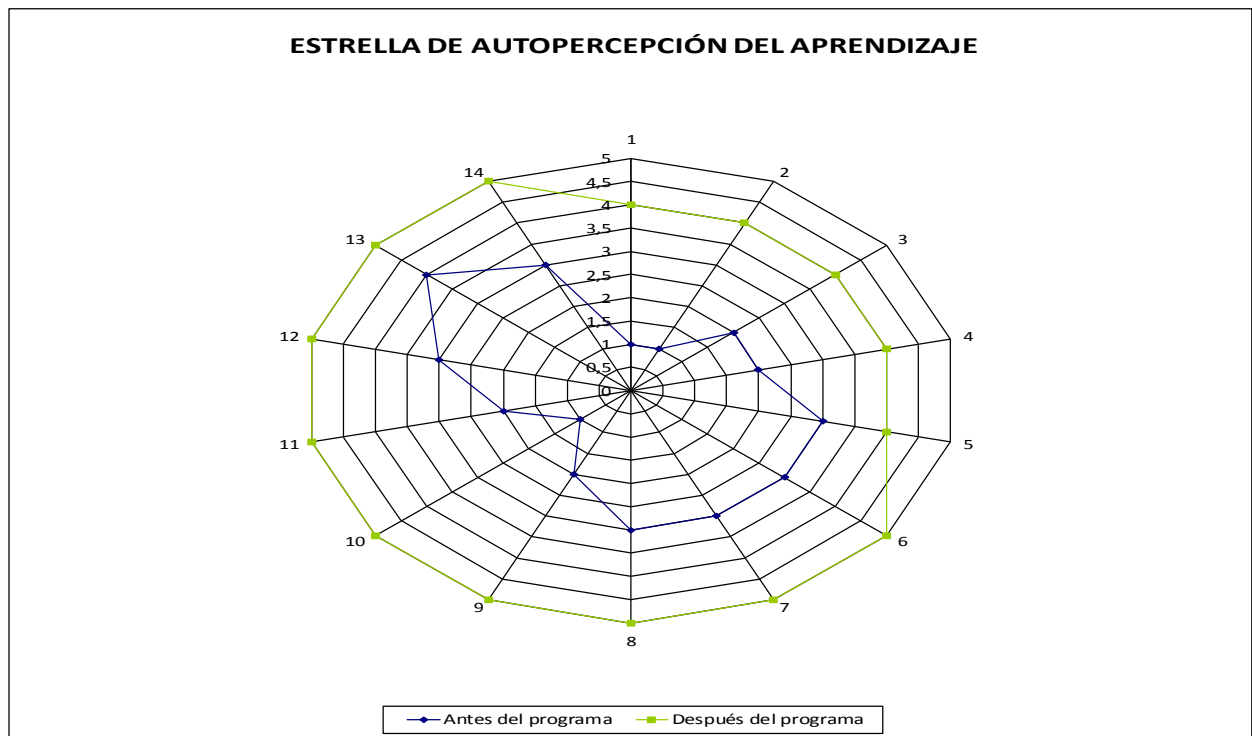
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		9
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		1
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		1
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		2
4. Soy consciente de mi valor como persona.		2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		3
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		3
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		3
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		3
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		2
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		1
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		2
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		3
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		3
		33

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		9
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		5
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		5
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		5
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		5
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		65



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°10

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

	10
IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA	10
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.	2
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.	2
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.	1
4. Soy consciente de mi valor como persona.	3
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.	2
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.	2
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.	
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.	4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...	2
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.	4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.	3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.	2
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.	2
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.	3
	32

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

	10
IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA	10
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.	4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.	4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.	4
4. Soy consciente de mi valor como persona.	4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.	3
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.	3
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.	3
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.	3
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...	3
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.	3
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.	4
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.	4
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.	4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.	4
	50



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N^o11

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

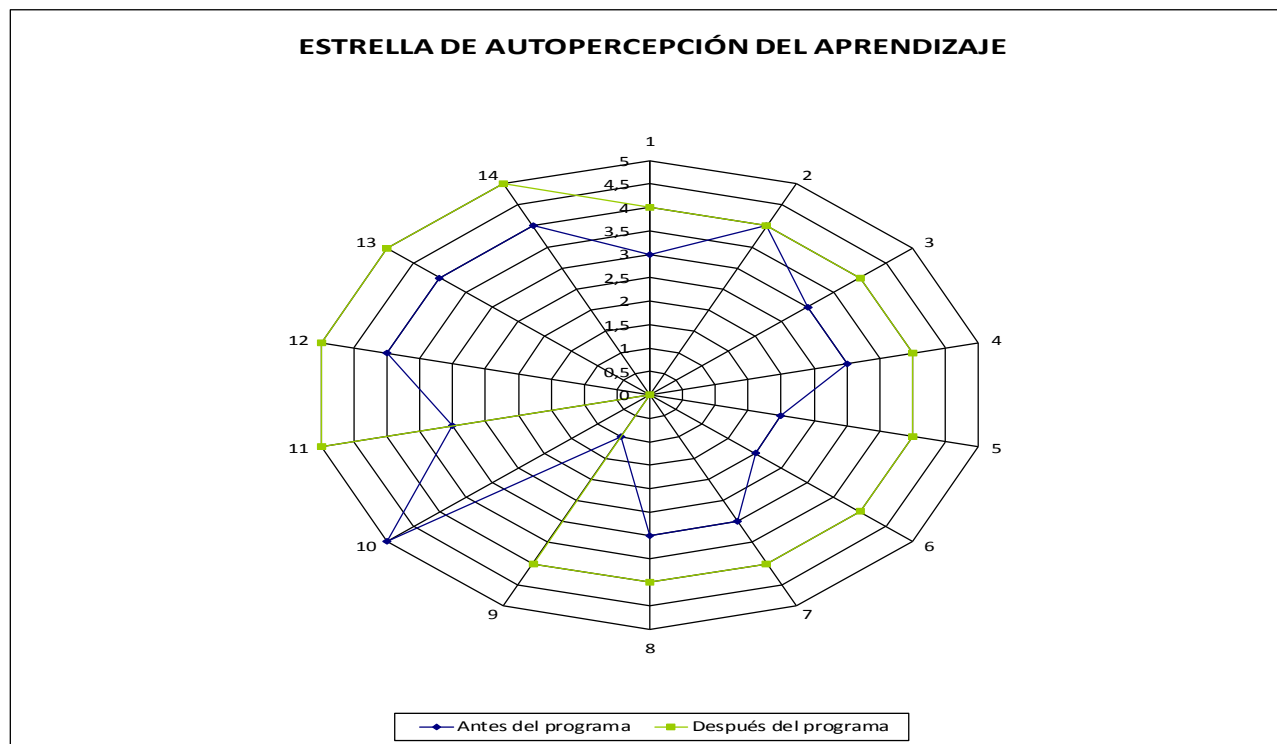
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		11
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		3
4. Soy consciente de mi valor como persona.		3
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		2
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		2
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		3
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		3
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		1
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		4
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		4
		44

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		11
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		56



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°12

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

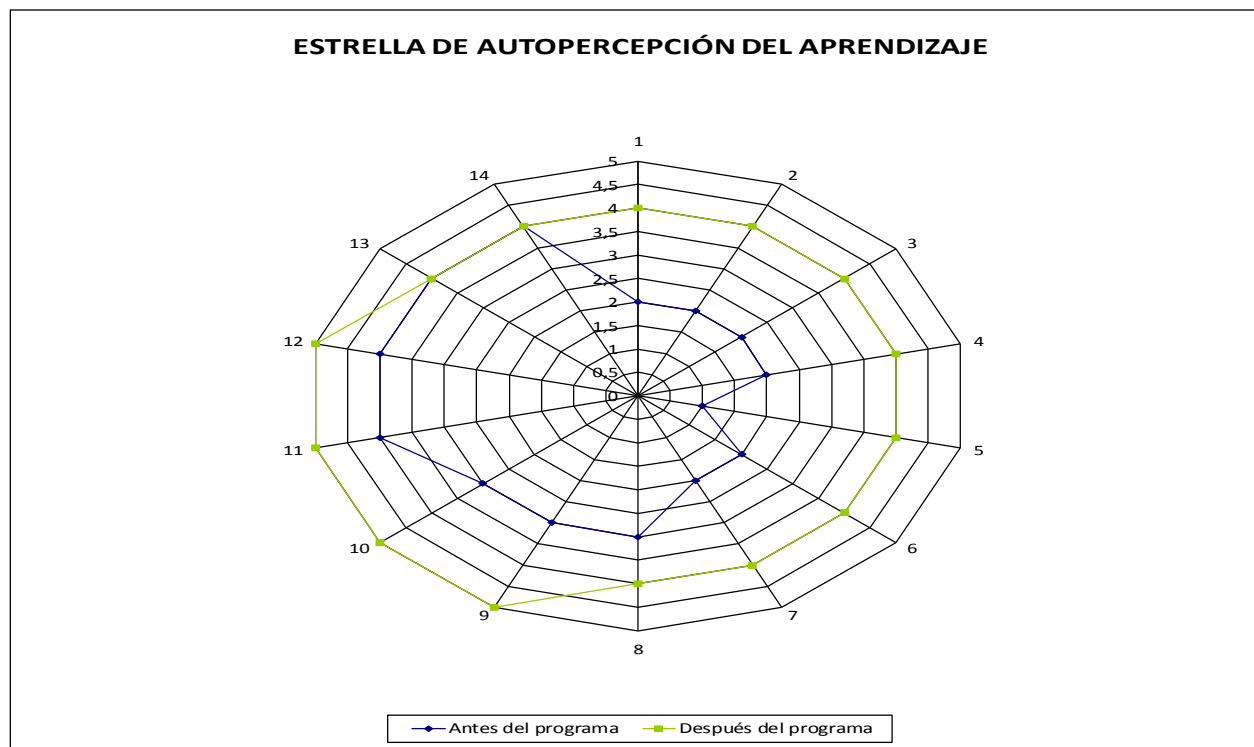
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		12
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		2
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		2
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		2
4. Soy consciente de mi valor como persona.		2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		1
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		2
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		2
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		3
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		3
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		3
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		4
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		4
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		4
		38

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		12
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		5
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		4
		60



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°13

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

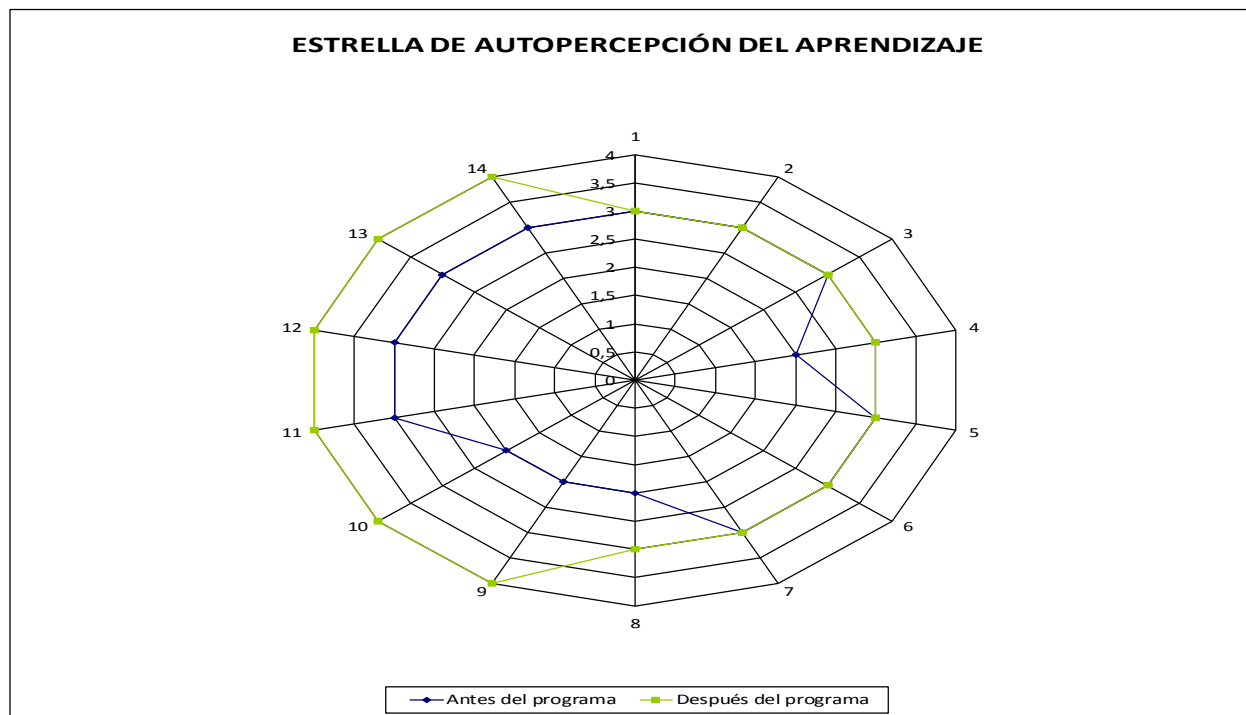
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		13
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		3
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		3
4. Soy consciente de mi valor como persona.		2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		3
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		3
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		3
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		2
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		2
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		2
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		3
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		3
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		3
		38

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		13
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		3
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		3
4. Soy consciente de mi valor como persona.		3
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		3
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		3
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		3
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		3
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		4
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		4
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		4
		48



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°14

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

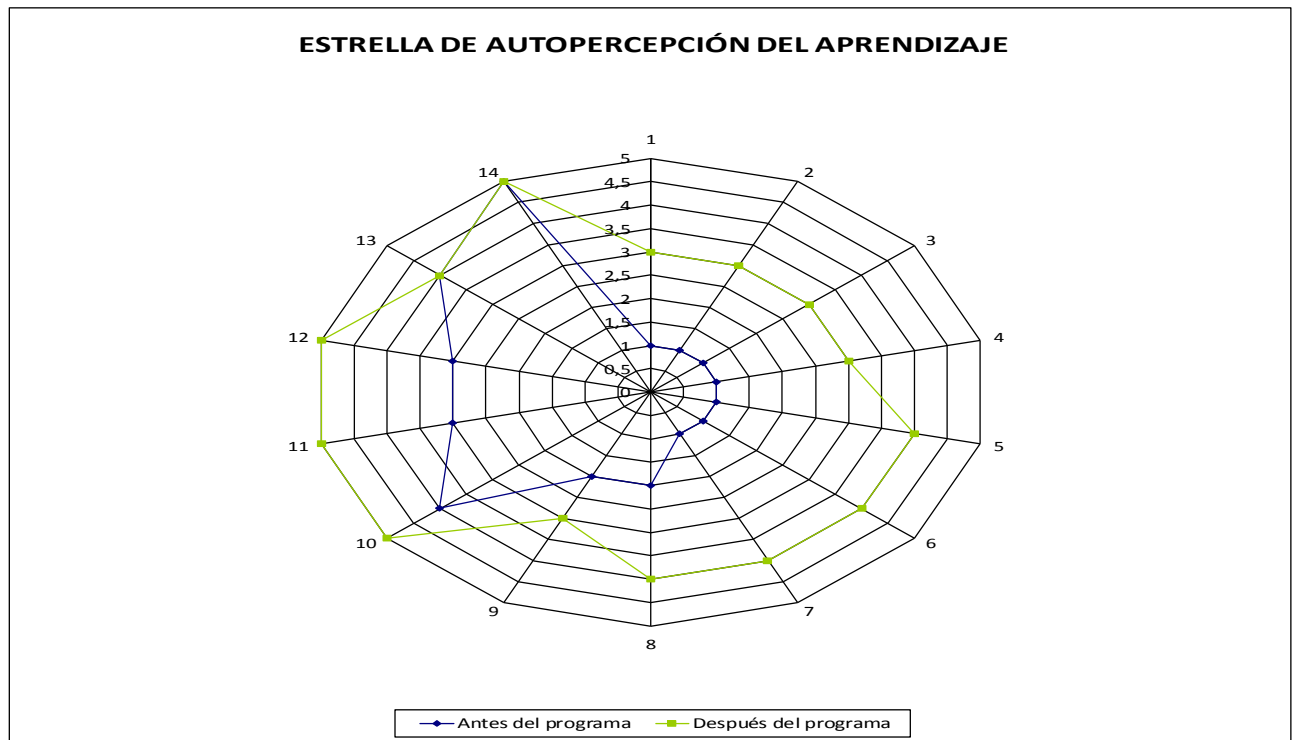
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		14
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		1
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		1
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		1
4. Soy consciente de mi valor como persona.		1
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		1
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		1
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		1
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		2
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		2
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		3
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		30

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		14
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		3
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		3
4. Soy consciente de mi valor como persona.		3
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		3
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		55



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°15

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

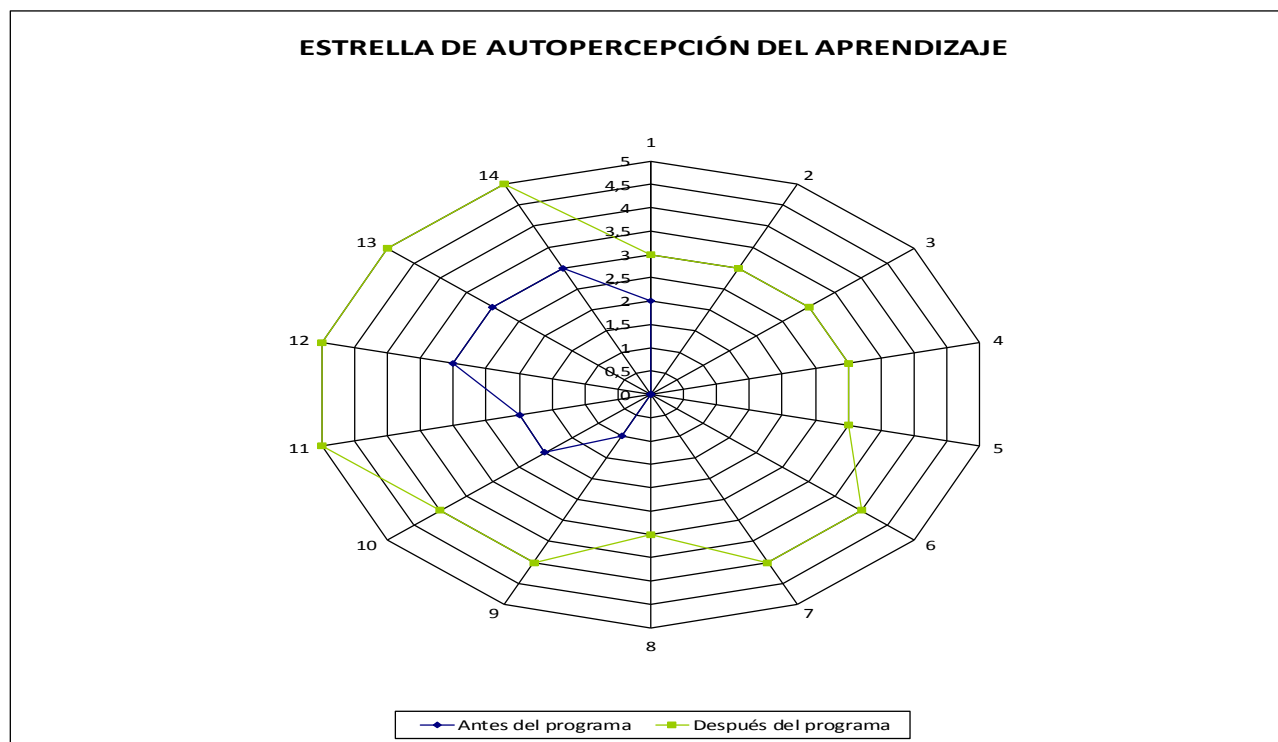
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		15
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		2
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		0
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		0
4. Soy consciente de mi valor como persona.		0
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		0
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		0
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		0
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		0
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		1
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		2
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		2
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		3
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		3
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		3
		16

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		15
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		3
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		3
4. Soy consciente de mi valor como persona.		3
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		3
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		3
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		54



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°16

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

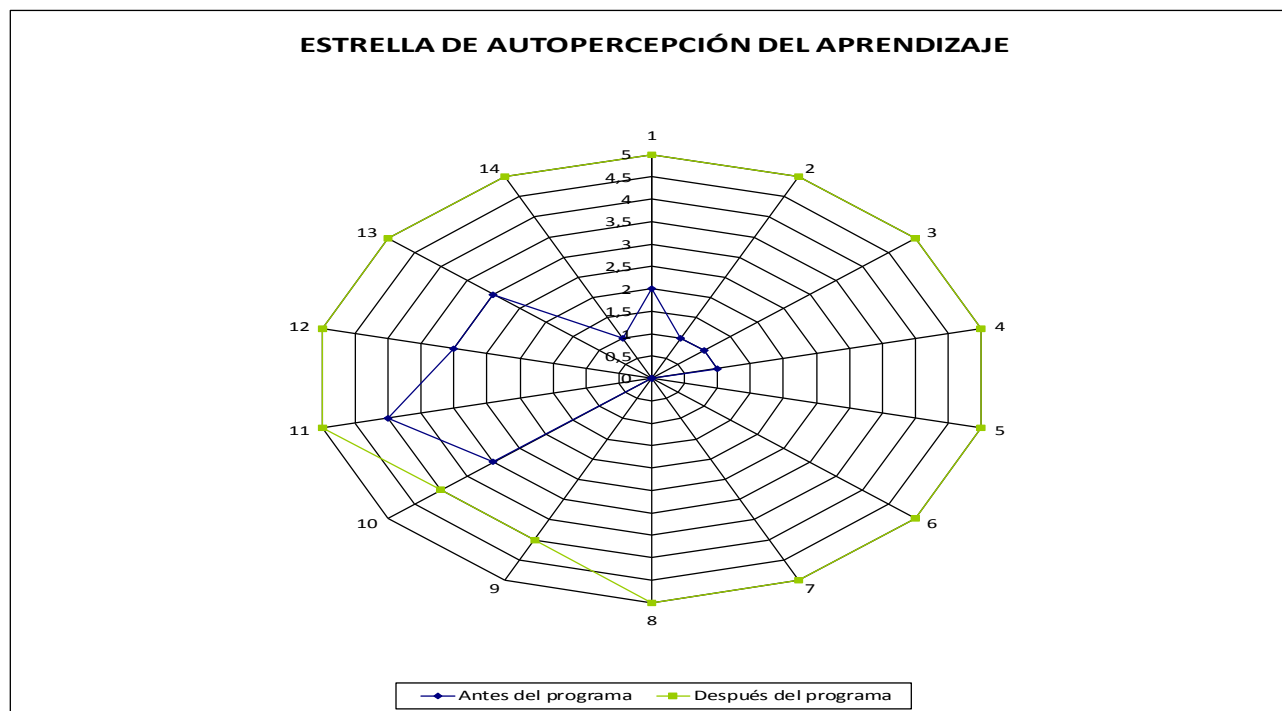
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		16
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		2
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		1
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		1
4. Soy consciente de mi valor como persona.		1
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		0
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		0
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		0
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		0
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		0
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		3
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		4
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		3
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		3
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		1
		19

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		16
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		5
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		5
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		5
4. Soy consciente de mi valor como persona.		5
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		5
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		5
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		5
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		5
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		68



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°17

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

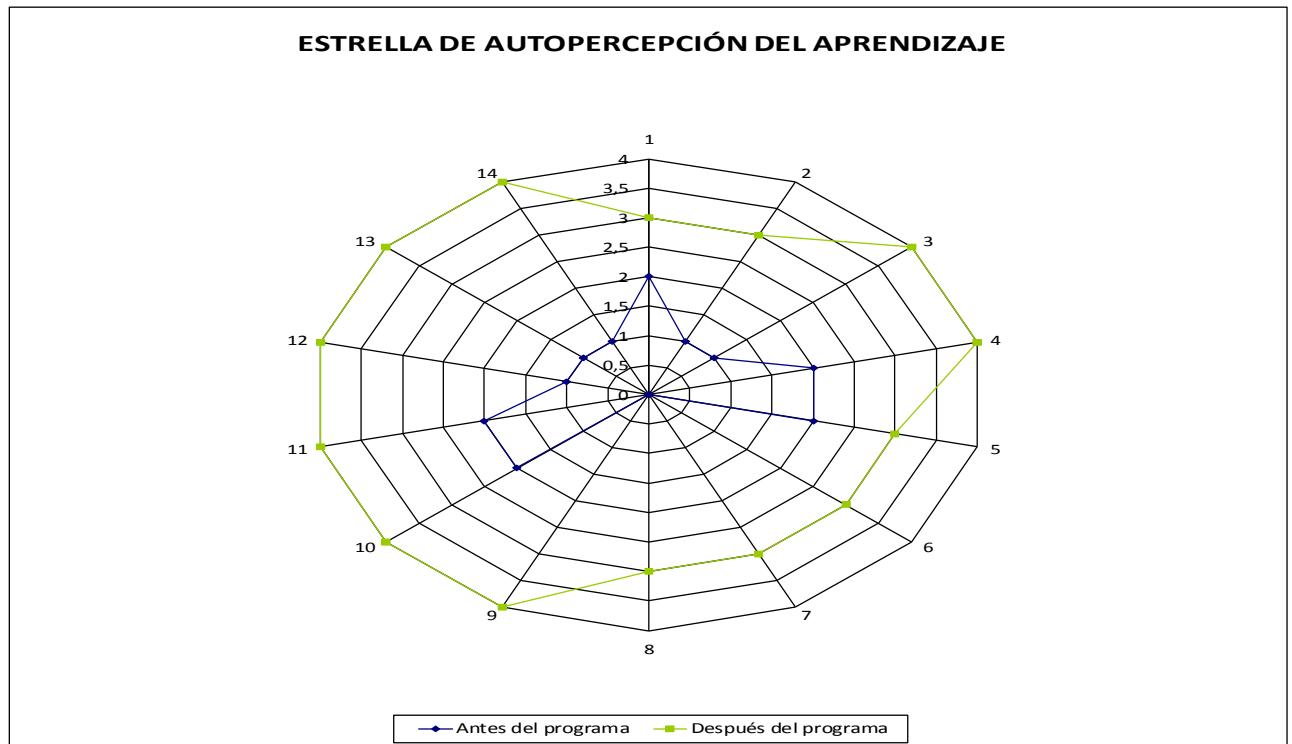
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		17
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		2
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		1
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		1
4. Soy consciente de mi valor como persona.		2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		2
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		0
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		0
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		0
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		0
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		2
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		2
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		1
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		1
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		1
		15

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		17
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		3
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		3
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		3
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		3
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		3
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		4
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		4
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		4
		50



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°18

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

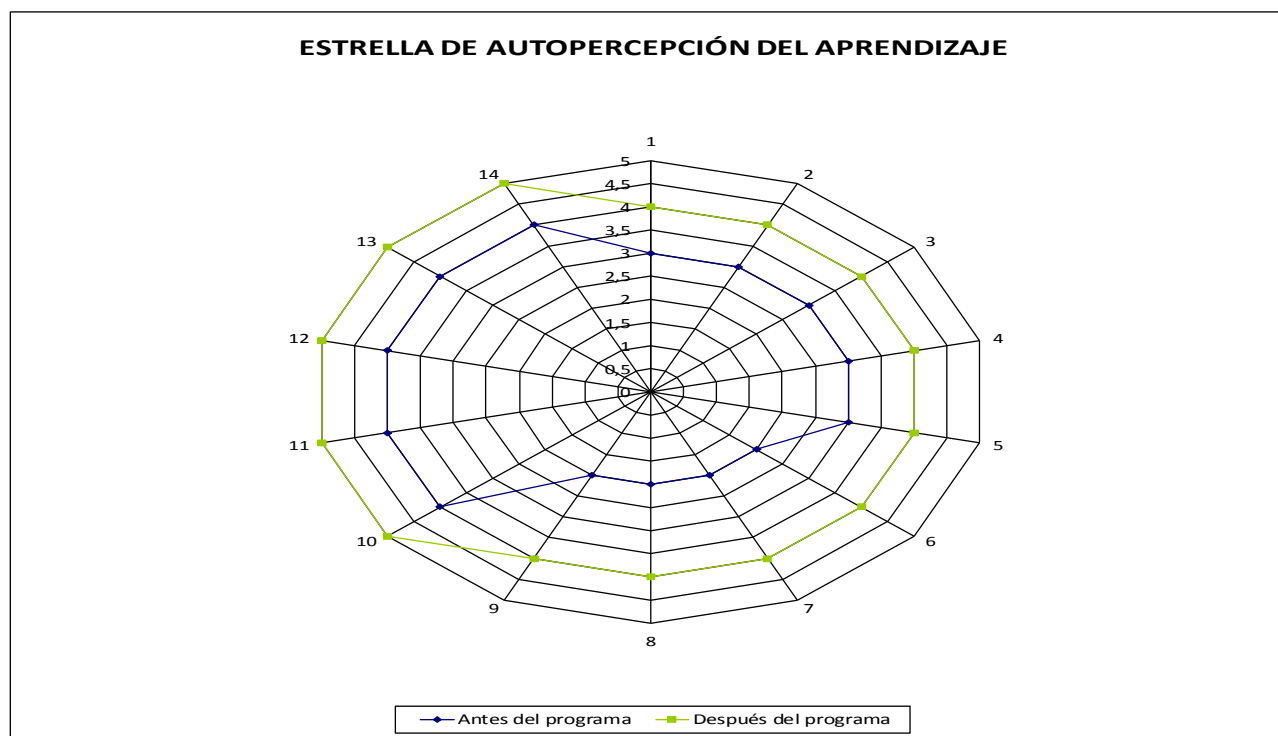
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		18
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		3
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		3
4. Soy consciente de mi valor como persona.		3
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		3
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		2
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		2
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		2
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		2
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		4
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		4
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		4
		43

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		18
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		61



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°19

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

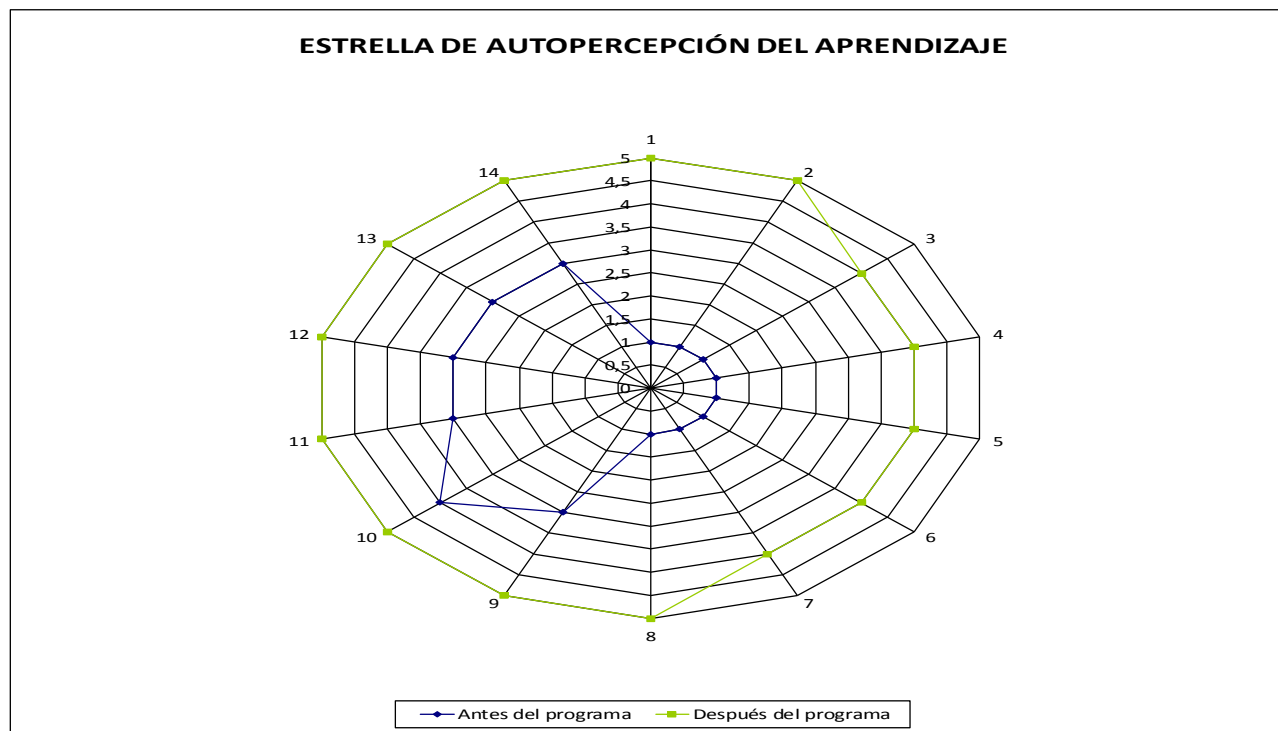
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		19
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		1
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		1
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		1
4. Soy consciente de mi valor como persona.		1
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		1
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		1
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		1
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		1
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		3
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		3
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		3
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		3
		27

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		19
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		5
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		5
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		5
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		5
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		65



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°20

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

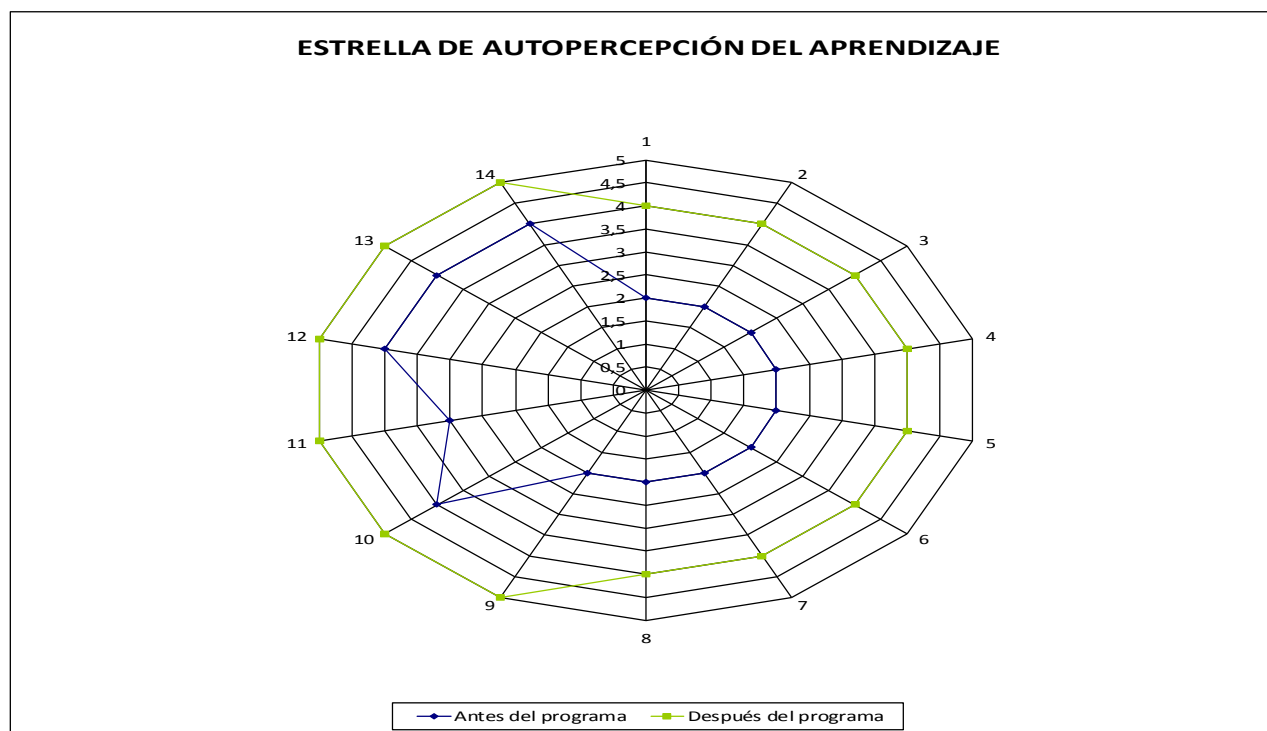
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		20
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		2
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		2
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		2
4. Soy consciente de mi valor como persona.		2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		2
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		2
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		2
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		2
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		2
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		4
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		4
		37

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		20
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		5
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		62



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°21

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

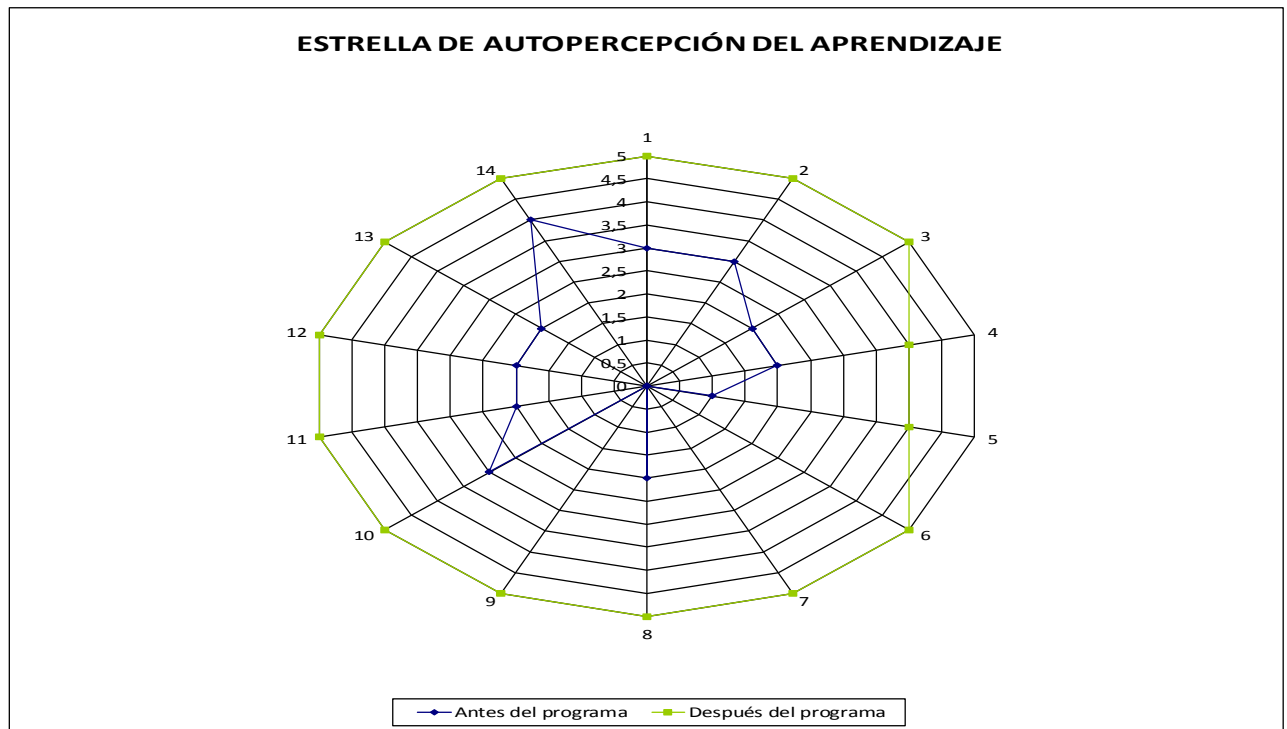
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		21
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		3
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		2
4. Soy consciente de mi valor como persona.		2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		1
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		0
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		0
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		2
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		0
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		3
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		2
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		2
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		2
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		4
		26

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		21
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		5
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		5
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		5
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		5
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		5
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		5
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		5
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		68



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°22

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

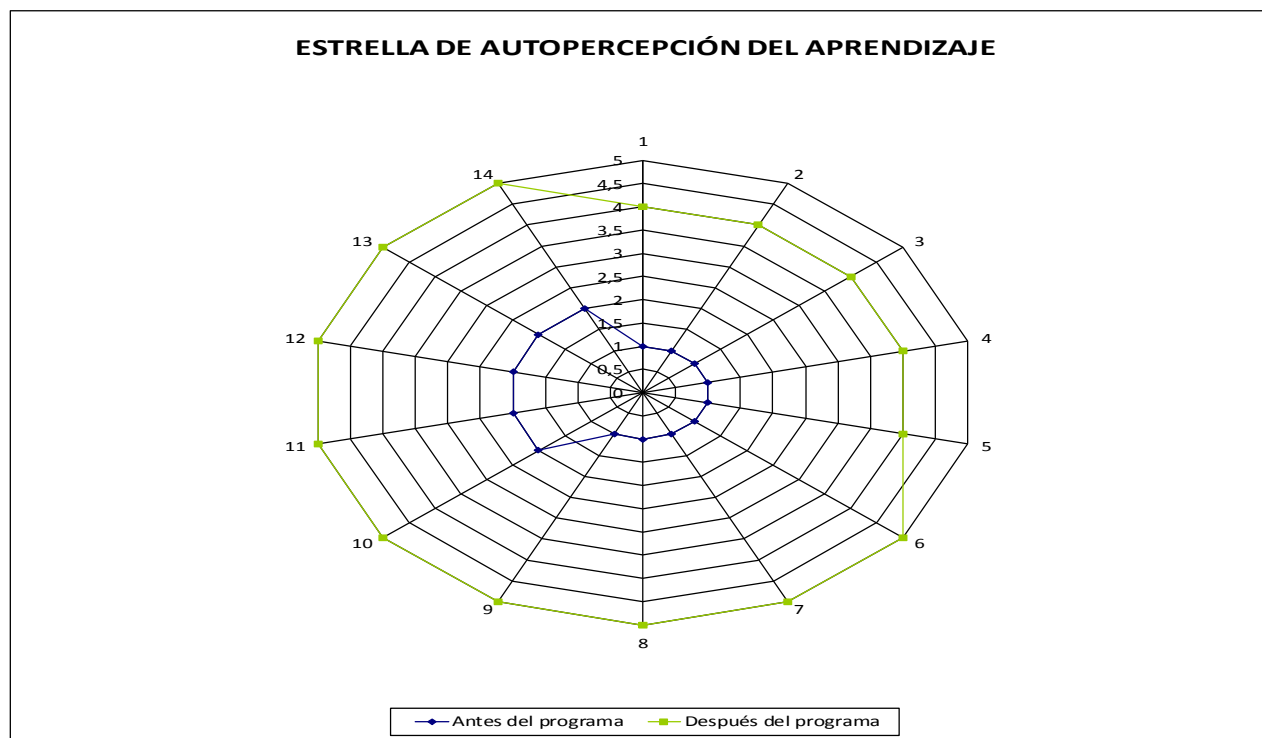
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

	IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA	22
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.	1	1
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.	1	1
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.	1	1
4. Soy consciente de mi valor como persona.	1	1
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.	1	1
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.	1	1
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.	1	1
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.	1	1
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...	1	1
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.	2	2
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.	2	2
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.	2	2
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.	2	2
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.	2	2
	19	19

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

	IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA	22
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.	4	4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.	4	4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.	4	4
4. Soy consciente de mi valor como persona.	4	4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.	4	4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.	5	5
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.	5	5
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.	5	5
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...	5	5
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.	5	5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.	5	5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.	5	5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.	5	5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.	5	5
	65	65



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°23

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

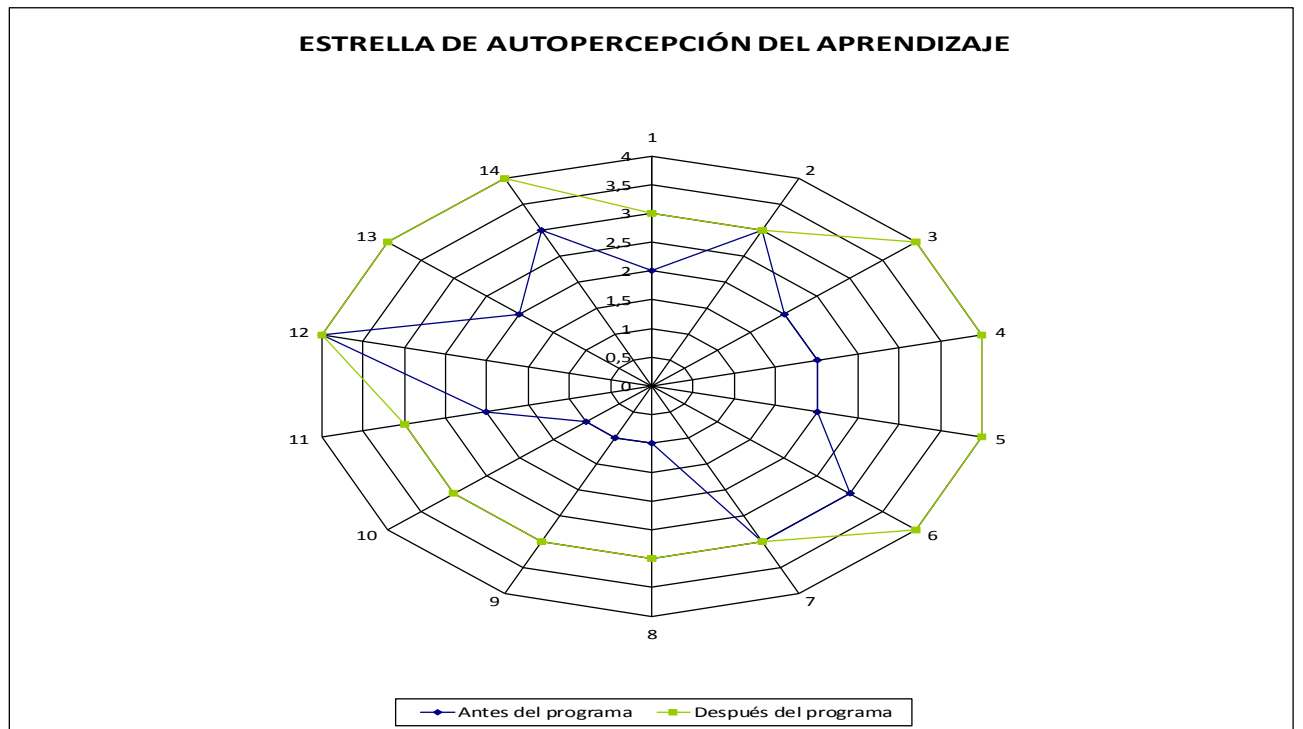
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		23
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		2
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		3
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		2
4. Soy consciente de mi valor como persona.		2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		2
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		3
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		3
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		1
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		1
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		1
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		2
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		4
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		2
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		3
		31

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		23
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		3
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		3
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		3
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		3
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		3
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		4
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		4
		49



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°24

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

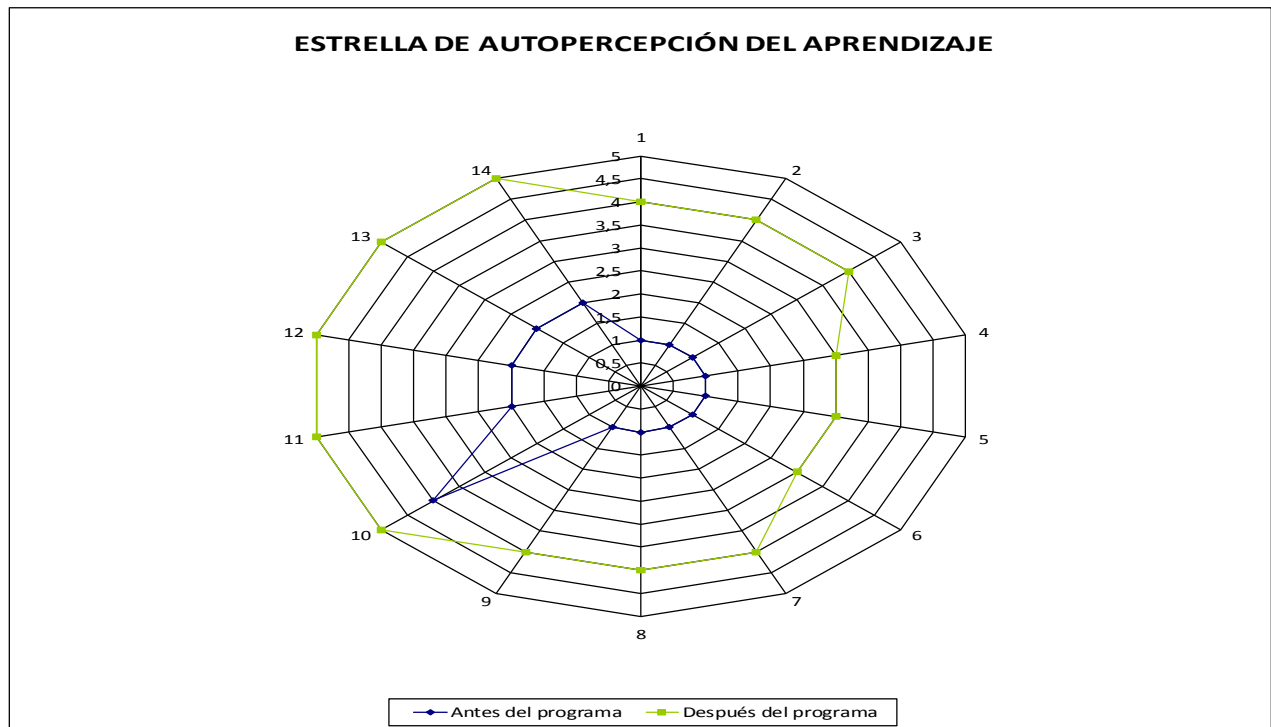
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		24
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		1
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		1
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		1
4. Soy consciente de mi valor como persona.		1
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		1
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		1
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		1
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		1
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		1
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		2
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		2
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		2
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		2
		21

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		24
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		3
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		3
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		3
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		58



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°25

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

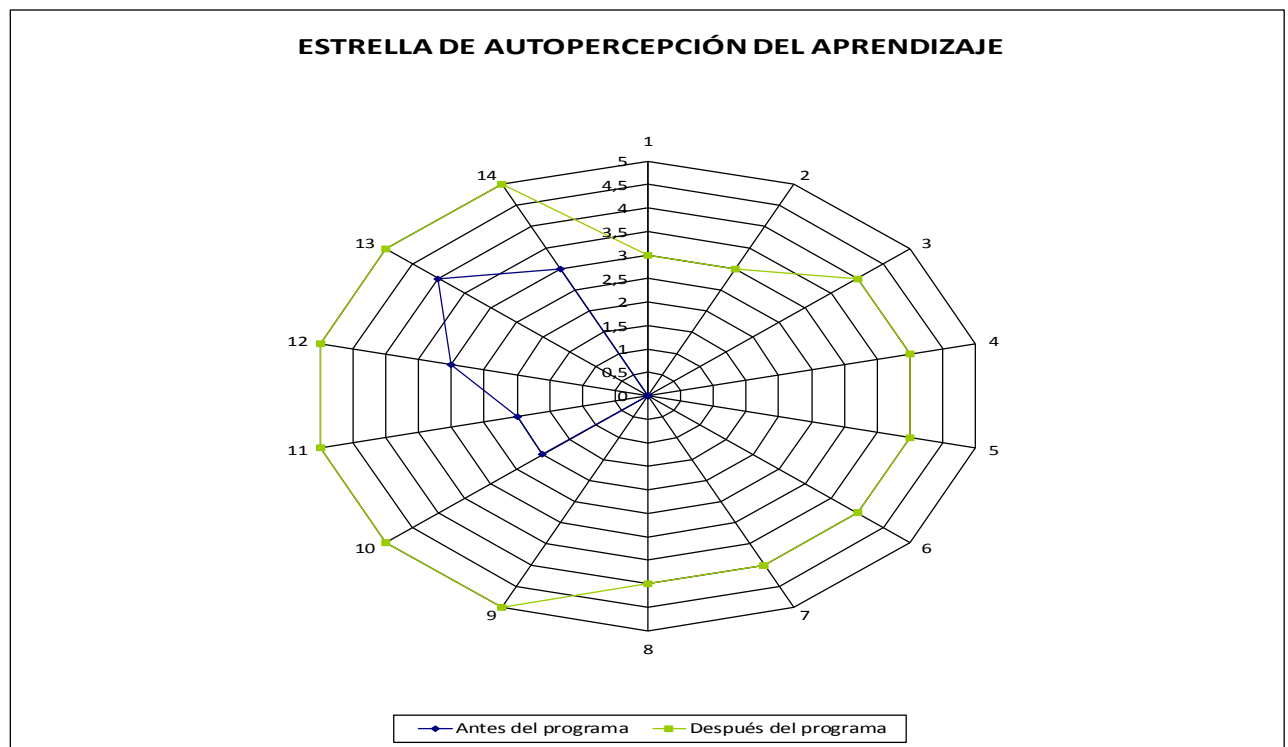
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según **lo que pensabas y sabías al inicio** de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		25
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		0
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		0
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		0
4. Soy consciente de mi valor como persona.		0
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		0
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		0
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		0
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		0
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		0
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		2
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		2
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		3
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		3
		14

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según **como piensas en la actualidad** y **lo que creas que has aprendido** de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		25
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		3
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		5
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		60



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N^o26

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

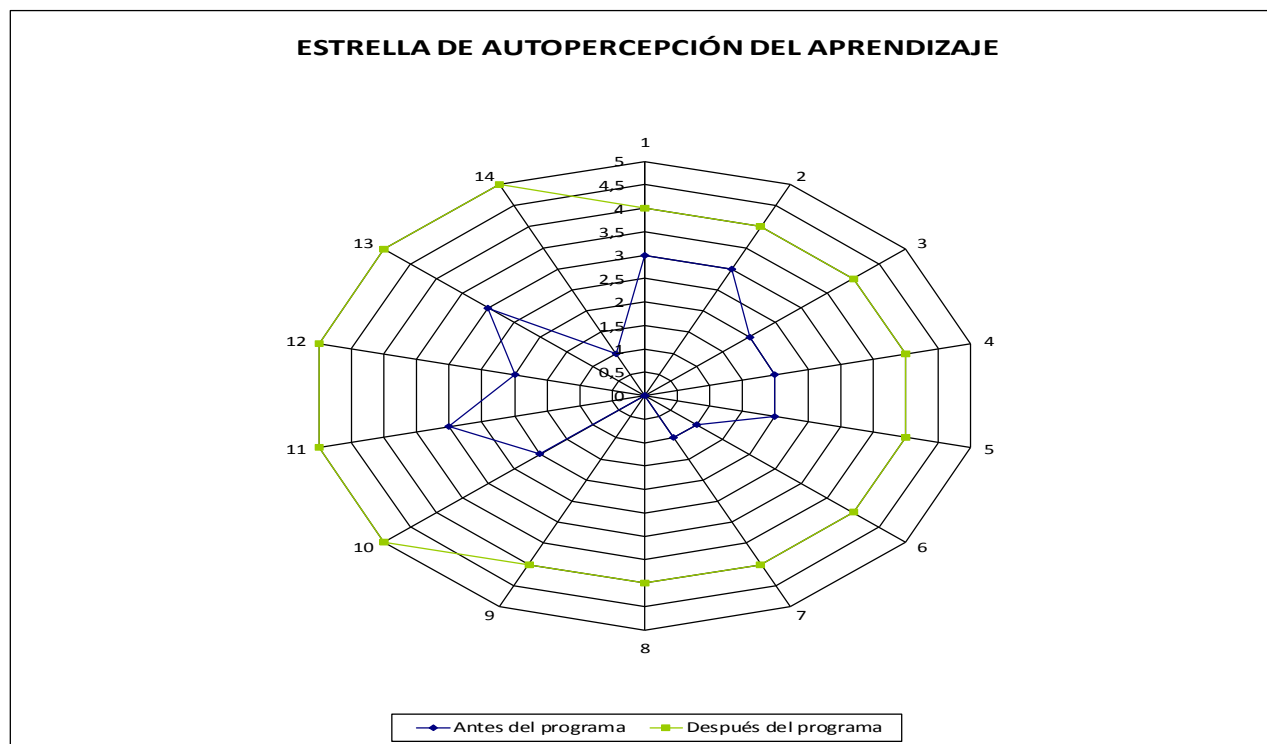
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		26
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		3
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		2
4. Soy consciente de mi valor como persona.		2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		2
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		1
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		1
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		0
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		0
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		2
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		2
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		3
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		1
		25

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		26
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		61



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°27

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

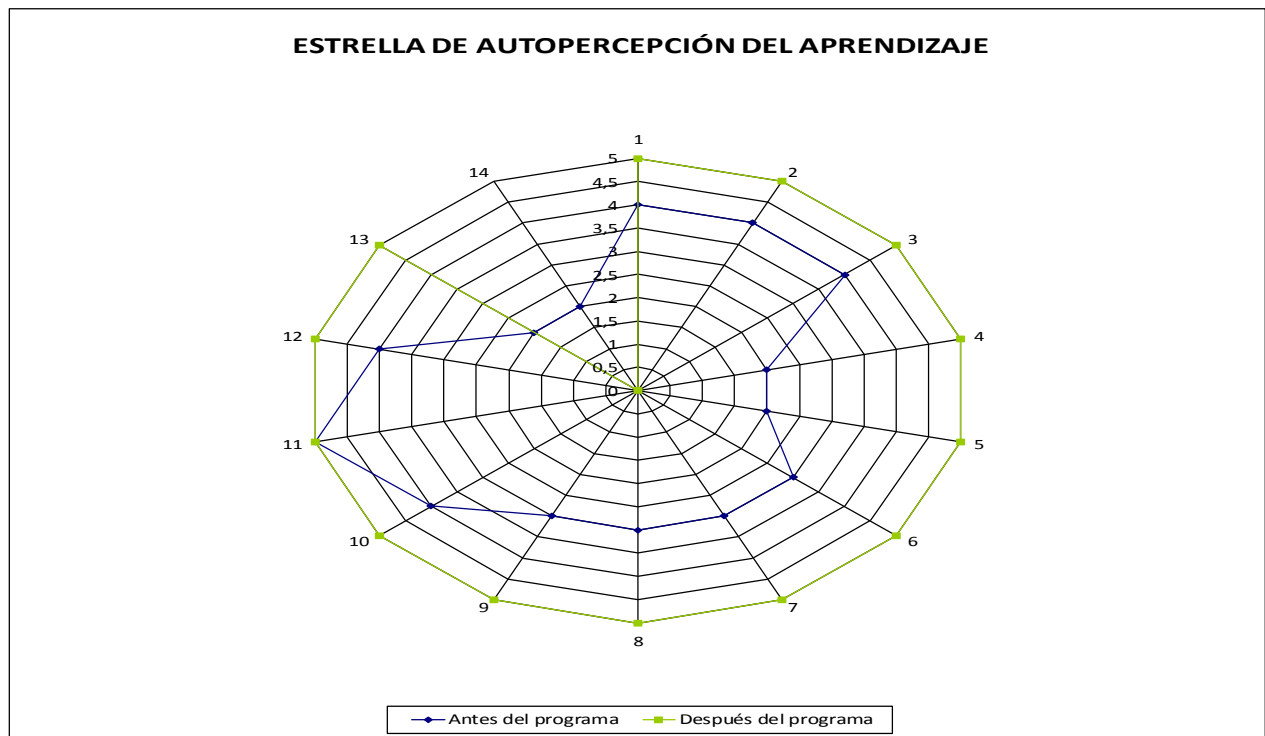
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		27
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		2
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		3
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		3
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		3
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		3
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		4
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		2
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		2
		45

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		27
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		5
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		5
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		5
4. Soy consciente de mi valor como persona.		5
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		5
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		5
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		5
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		5
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		5
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		0
		65



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°28

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

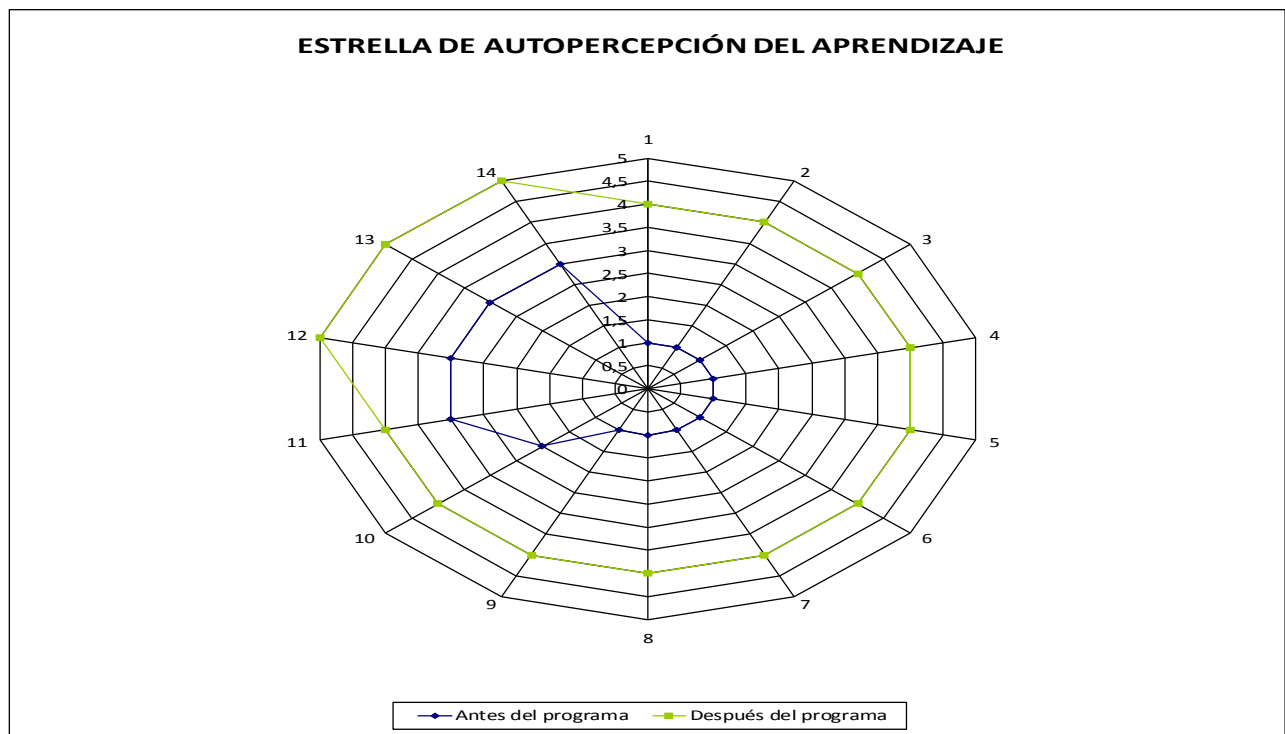
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		28
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		1
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		1
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		1
4. Soy consciente de mi valor como persona.		1
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		1
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		1
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		1
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		1
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		1
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		2
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		3
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		3
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		3
		23

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		28
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		4
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		59



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°29

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

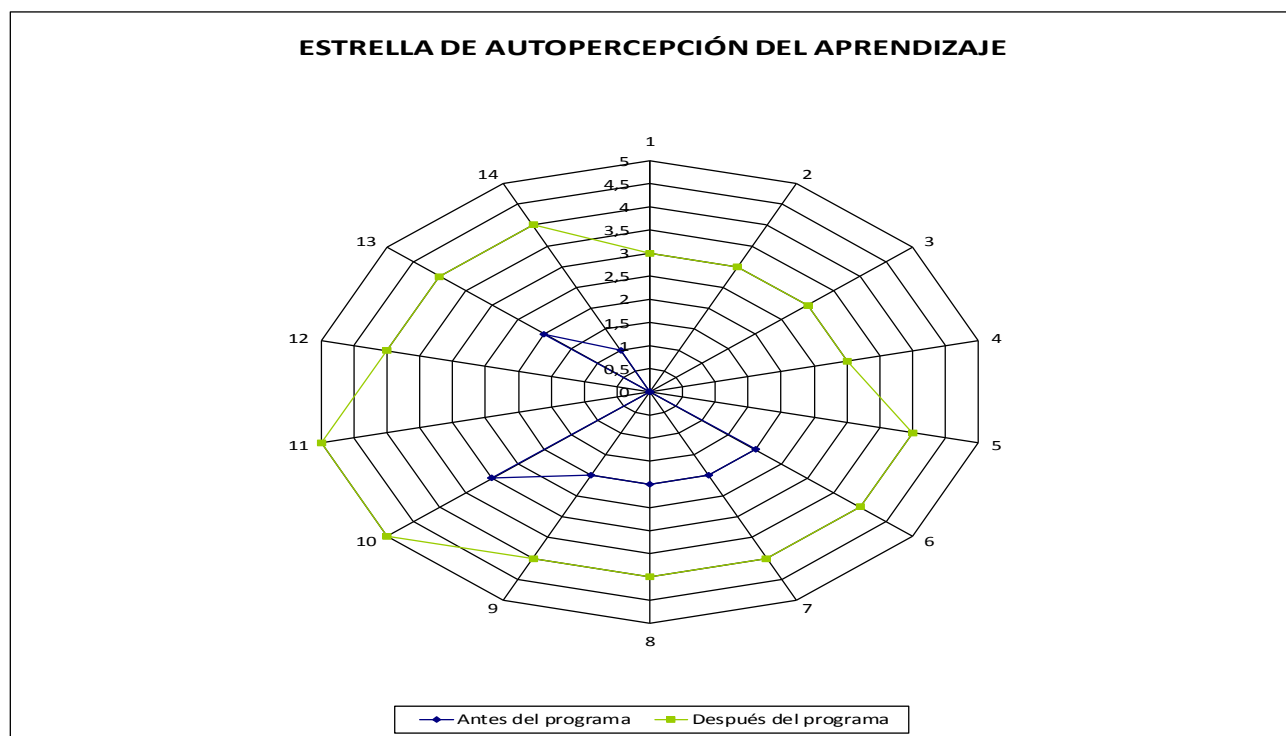
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		29
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		0
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		0
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		0
4. Soy consciente de mi valor como persona.		0
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		0
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		2
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		2
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		2
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		2
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		3
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		0
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		0
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		2
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		1
		14

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		29
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		3
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		3
4. Soy consciente de mi valor como persona.		3
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		4
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		4
		54



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°30

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

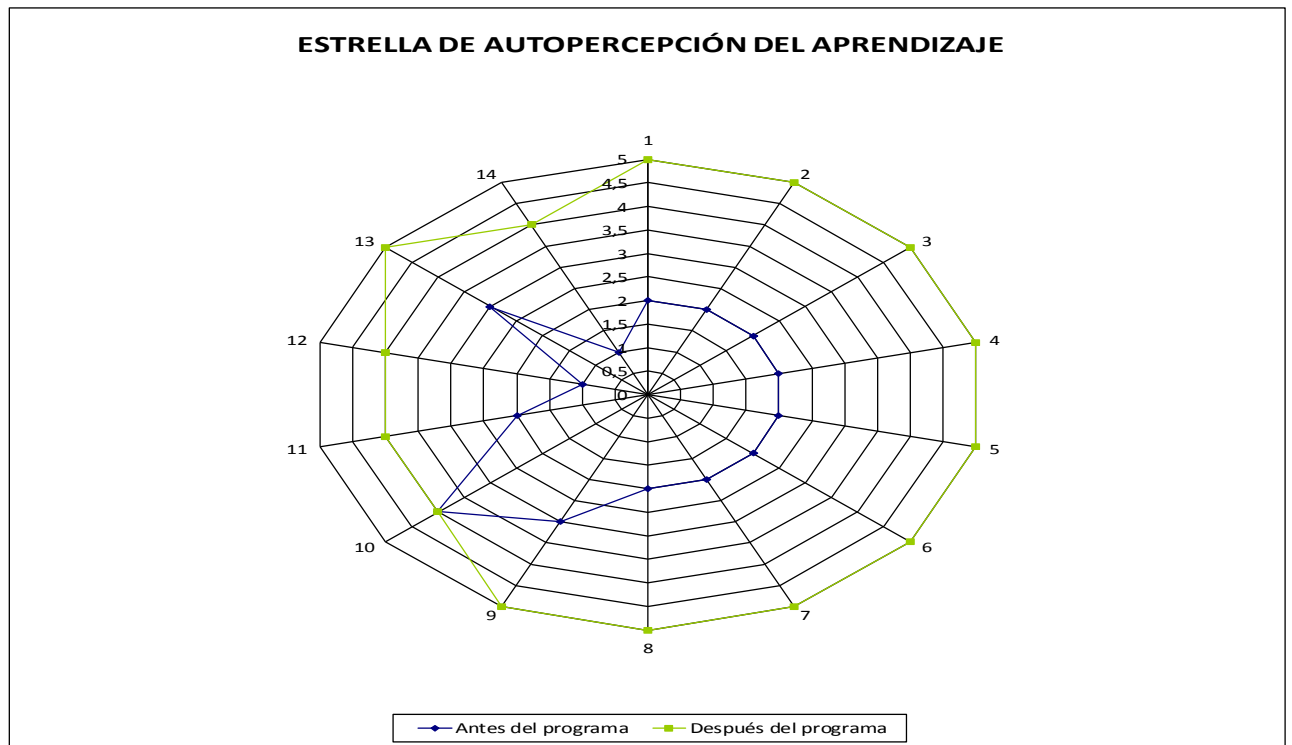
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		30
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		2
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		2
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		2
4. Soy consciente de mi valor como persona.		2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		2
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		2
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		2
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		2
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		3
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		2
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		1
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		3
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		1
		30

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		30
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		5
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		5
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		5
4. Soy consciente de mi valor como persona.		5
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		5
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		5
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		5
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		5
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		5
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		4
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		4
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		4
		66



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°31

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

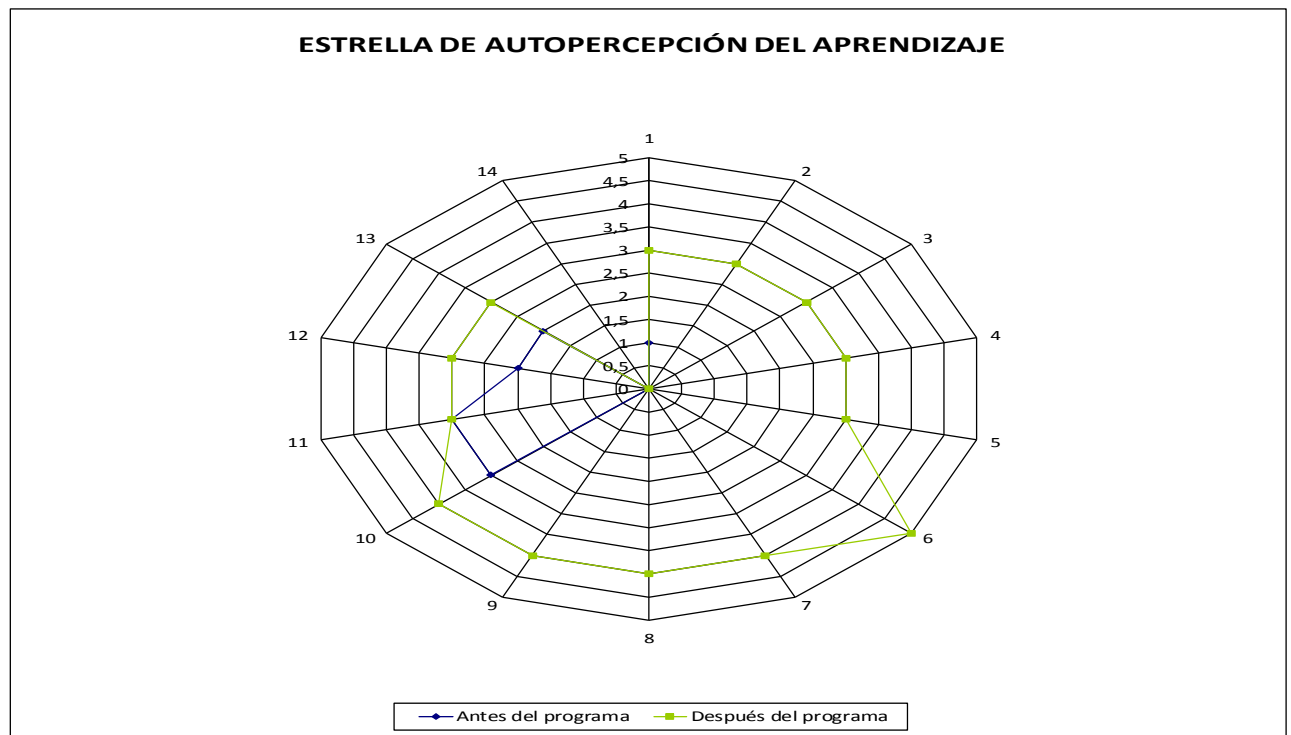
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		31
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		1
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		0
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		0
4. Soy consciente de mi valor como persona.		0
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		0
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		0
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		0
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		0
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		0
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		3
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		2
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		2
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		0
		11

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		31
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		3
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		3
4. Soy consciente de mi valor como persona.		3
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		3
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		5
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		3
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		3
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		0
		45



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa “Violencia: Tolerancia Cero” en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°32

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

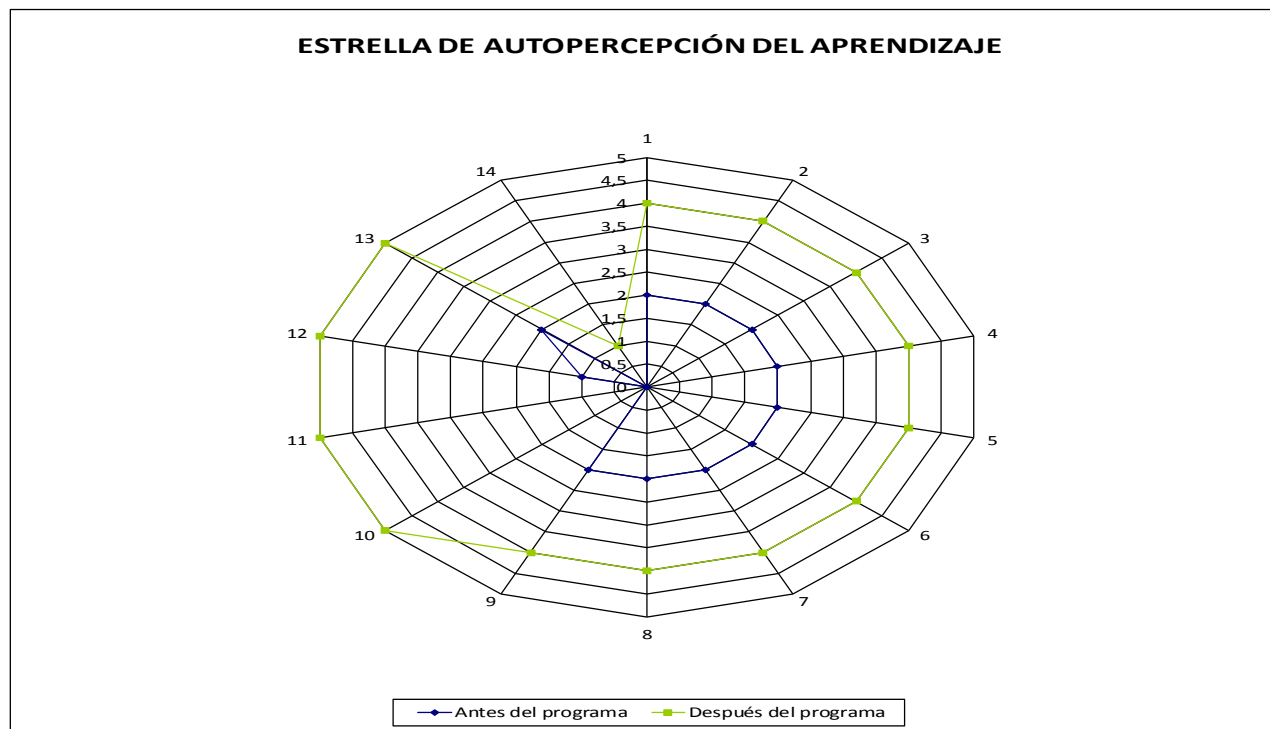
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		32
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		2
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		2
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		2
4. Soy consciente de mi valor como persona.		2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		2
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		2
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		2
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		2
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		2
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		0
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		0
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		1
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		2
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		0
		21

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		32
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		1
		57



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°33

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

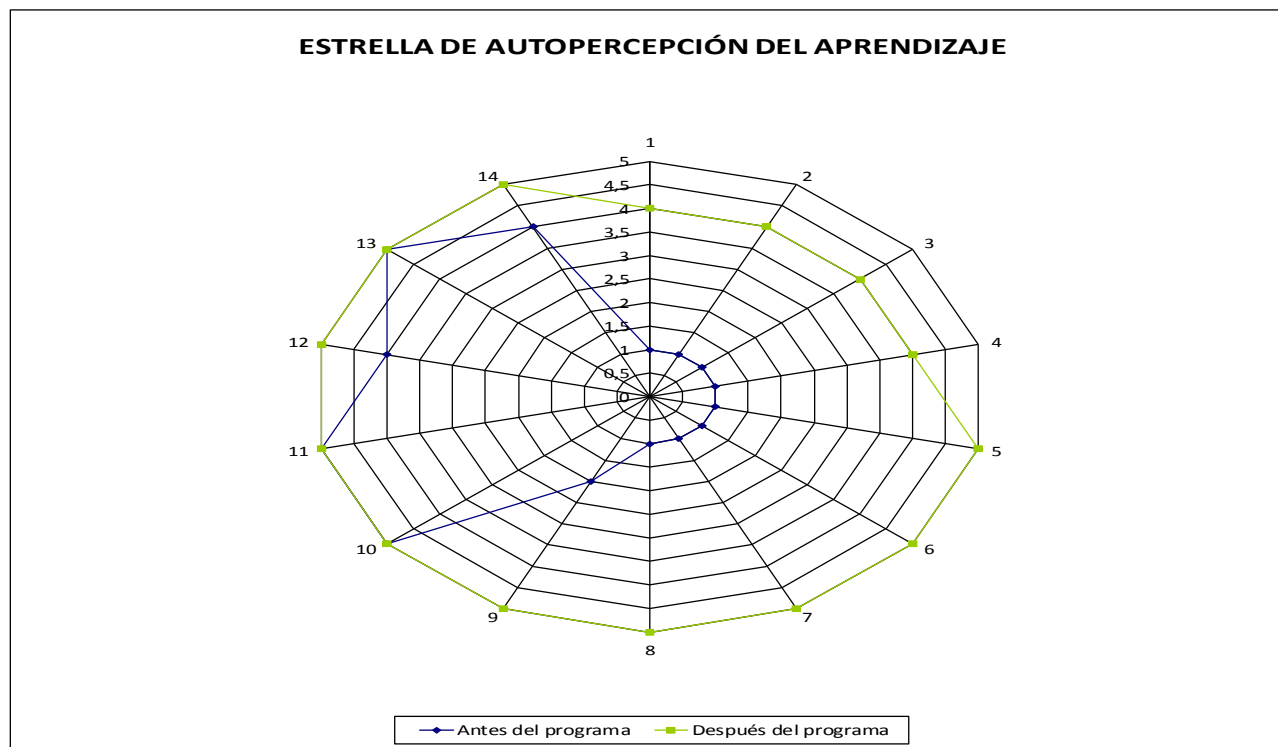
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		33
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		1
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		1
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		1
4. Soy consciente de mi valor como persona.		1
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		1
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		1
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		1
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		1
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		2
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		4
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		4
		33

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		33
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		5
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		5
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		5
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		5
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		5
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		66



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°34

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

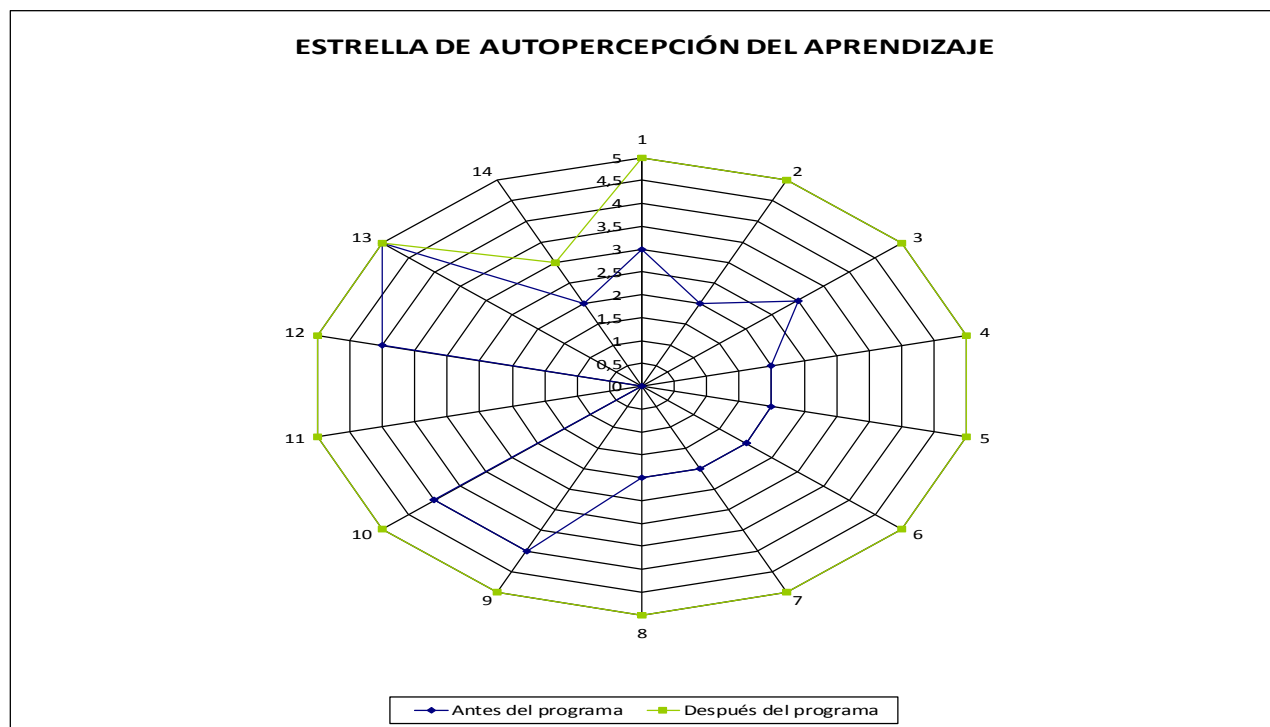
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		34
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		2
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		3
4. Soy consciente de mi valor como persona.		2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		2
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		2
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		2
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		2
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		0
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		4
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		2
		37

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		34
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		5
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		5
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		5
4. Soy consciente de mi valor como persona.		5
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		5
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		5
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		5
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		5
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		5
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		3
		68



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°35

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

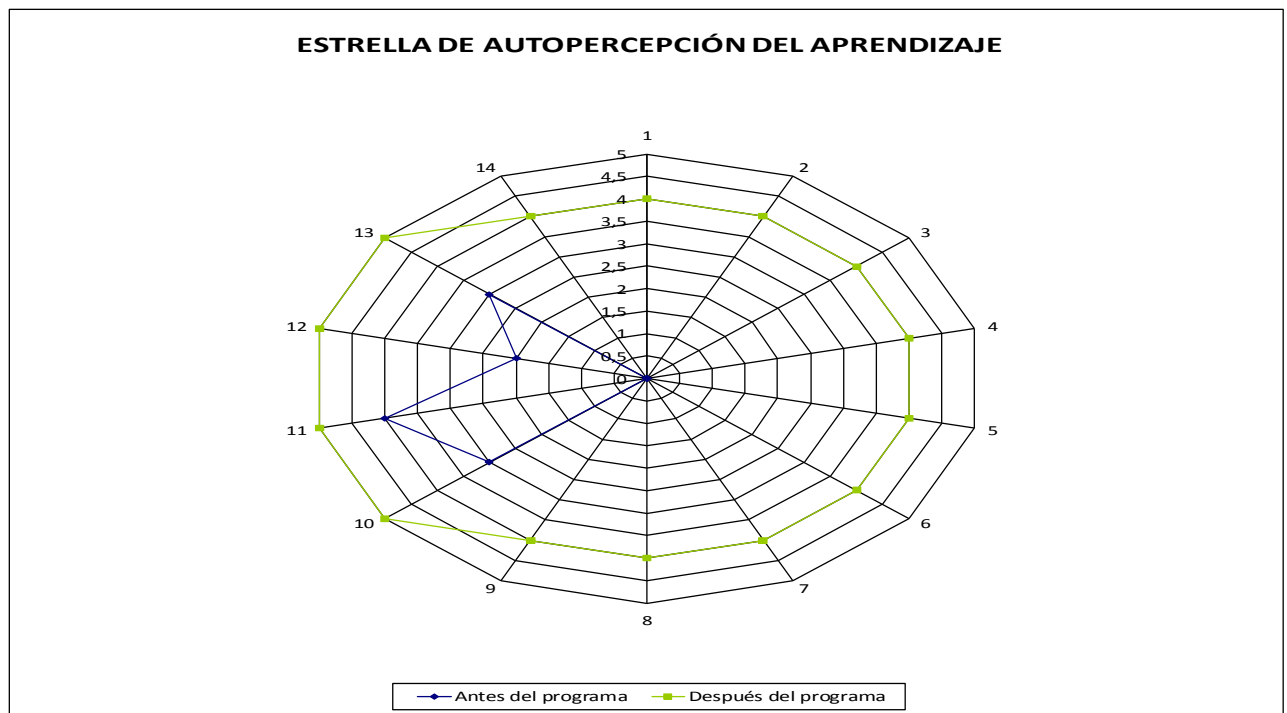
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		35
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		0
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		0
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		0
4. Soy consciente de mi valor como persona.		0
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		0
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		0
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		0
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		0
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		0
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		3
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		4
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		2
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		3
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		0
		12

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		35
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		4
		60



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°36

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

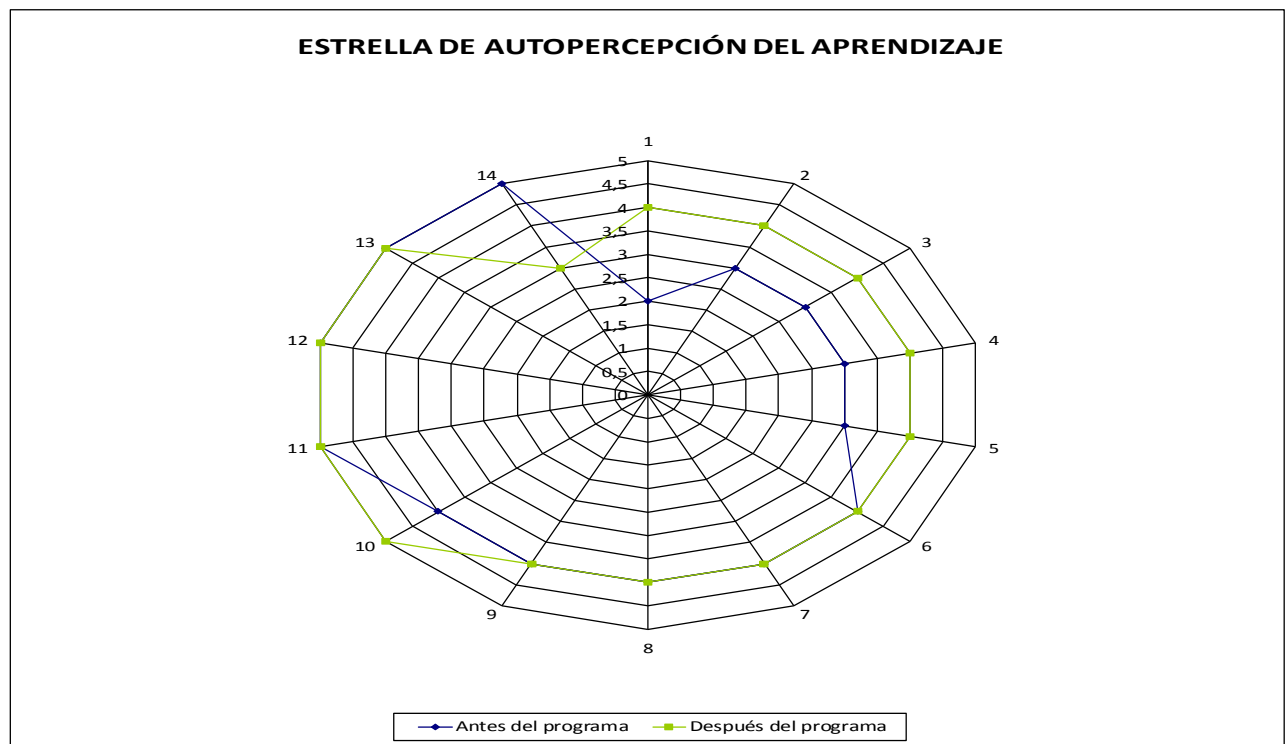
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		36
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		2
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		3
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		3
4. Soy consciente de mi valor como persona.		3
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		3
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		54

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		36
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		3
		59



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°37

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

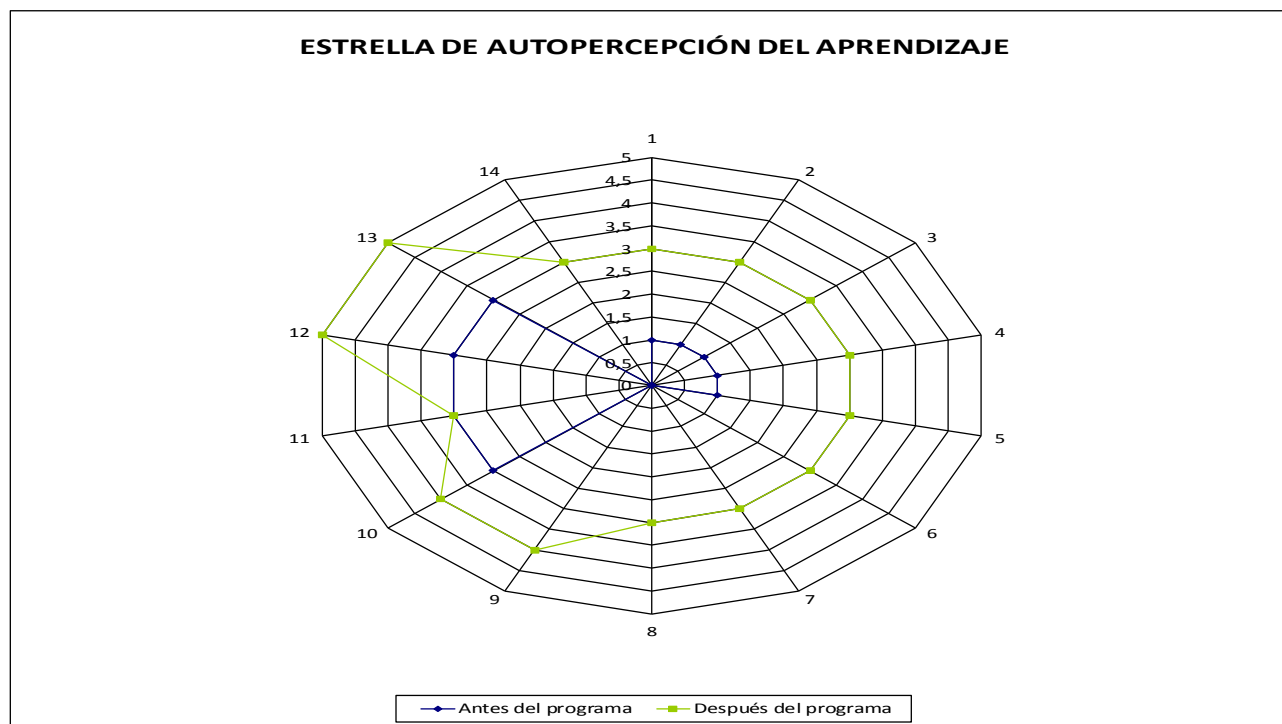
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		37
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		1
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		1
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		1
4. Soy consciente de mi valor como persona.		1
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		1
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		0
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		0
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		0
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		0
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		3
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		3
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		3
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		0
		17

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		37
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		3
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		3
4. Soy consciente de mi valor como persona.		3
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		3
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		3
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		3
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		3
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mí"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		3
		48



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°38

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

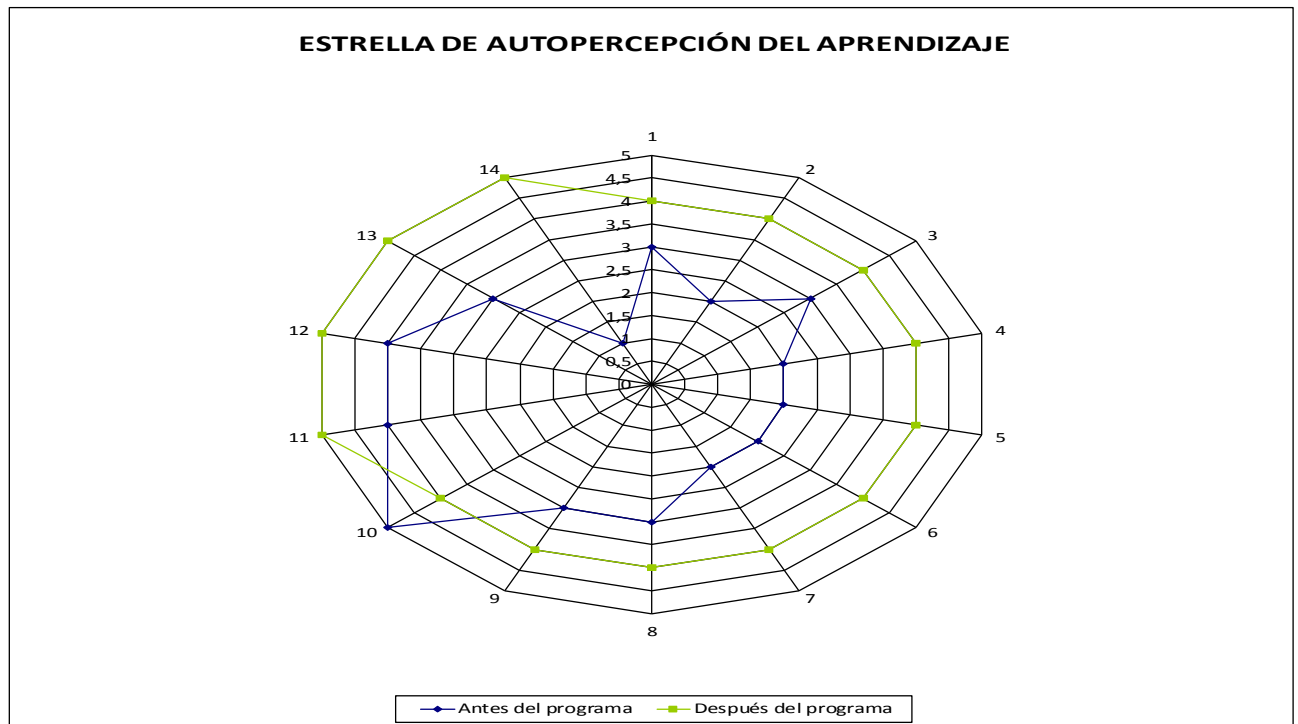
Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		38
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		2
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		3
4. Soy consciente de mi valor como persona.		2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		2
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		2
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		2
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		3
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		3
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		5
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		4
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		4
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		3
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		1
		39

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		38
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		4
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		4
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		4
4. Soy consciente de mi valor como persona.		4
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		4
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		4
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		4
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		4
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		4
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		4
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		5
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		5
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		5
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		5
		60



Estudio del impacto social en las mujeres con discapacidad que participaron en el programa "Violencia: Tolerancia Cero" en la comunidad autónoma de Galicia 2011-2012

USUARIA N°39

ESTRELLA DE AUTOPERCEPCIÓN DEL APRENDIZAJE

A) CÓMO PIENSO ANTES DEL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada uno de los 14 aspectos según lo que pensabas y sabías al inicio de la actividad (antes de empezar el taller). Aparecerá una estrella azul en el diagrama.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		39
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		1
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		1
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		1
4. Soy consciente de mi valor como persona.		1
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		2
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		2
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		2
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		2
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		2
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		2
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		2
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		2
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		2
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		2
		24

B) CÓMO PIENSO DESPUÉS DE FINALIZAR EL PROGRAMA

Valora de 0 a 5 cada una de las 14 frases según como piensas en la actualidad y lo que creas que has aprendido de ese aspecto. Aparecerá otra estrella verde en el diagrama que será tu nivel final de aprendizaje.

IDENTIFICACIÓN DE LA EVALUADA		39
1. Puedo diferenciar los estereotipos, roles y papeles que la sociedad impone a hombre y mujeres.		3
2. Puedo identificar cómo influyen esos estereotipos en mis pensamientos, conductas y relaciones.		3
3. Puedo encontrar en mi vida y experiencias pasadas elementos positivos y de superación personal.		3
4. Soy consciente de mi valor como persona.		2
5. Tengo formas y estrategias para enfrentarme a los problemas.		2
6. Sé combatir el malestar y no caer en malos hábitos de salud.		2
7. Detecto situaciones de control en las relaciones de pareja.		2
8. Distingo cuando me tratan de forma abusiva.		2
9. Conozco los pensamientos irracionales que influyen en cómo me comporto y en qué tipo de relaciones tengo. Por ejemplo: "tengo que hacerlo todo bien", que las cosas funcionen bien solo depende de mi"...		3
10. Tengo relaciones satisfactorias con mis hijos e hijas o con otras personas significativas para mí.		3
11. Conozco las consecuencias de quedarme aislada de las relaciones: familiares, amigas y conocidos.		3
12. Me siento fuerte para hacer amistades y relacionarme con otras personas.		3
13. Tengo ilusión por elaborar planes de futuro.		4
14. Reconozco mis cualidades, mis capacidades y lo que soy capaz de hacer en el mundo laboral.		3
		38

