

Trabajo Fin de Máster

MÁSTER
UNIVERSITARIO EN
PSICOLOGÍA GENERAL
SANITARIA

La revictimización sexual: un programa
de prevención para mujeres agredidas
sexualmente en la infancia y/o
adolescencia

Presentado por: D^a Noelia Álvarez González

Tutor/a académico/a: Dra. María Riberas Gutiérrez

Alcalá de Henares, 6 de marzo de 2023

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

Índice

1.	Introducción.....	1
1.1.	Marco teórico.....	1
1.1.1.	La revictimización sexual.....	1
1.1.2.	Programas de prevención de revictimización sexual.....	4
1.2.	Objetivos.....	7
2.	Metodología de investigación.....	8
2.1.	Materiales e instrumentos.....	8
2.2.	Procedimiento.....	9
3.	Propuesta de intervención.....	11
3.1.	Presentación y contexto.....	11
3.2.	Objetivos.....	12
3.3.	Metodología.....	13
3.4.	Desarrollo de las sesiones.....	14
3.5.	Cronograma.....	25
3.6.	Propuesta de evaluación.....	25
4.	Conclusiones.....	28
5.	Referencias bibliográficas.....	30
6.	Anexos.....	38
6.1.	Anexo 1. Tabla resumen de los programas de intervención analizados.....	38
6.2.	Anexo 2. ¿Son estas situaciones agresiones sexuales?.....	43
6.3.	Anexo 3. Cómo ser asertivo.....	44
6.4.	Anexo 4. Frases de presión sexual.....	46

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

6.5. Anexo 5. Cómo afrontar situaciones desagradables (Olivares Rodríguez et al., 2014).....	47
6.6. Anexo 6. Encuesta de satisfacción para las participantes.....	48
6.7. Anexo 7. Encuesta de satisfacción para las profesionales.....	50

Índice de tablas

Tabla 1. Criterios de inclusión y exclusión en la selección de programas de prevención	8
Tabla 2. Criterios de selección de la muestra	11

Índice de figuras

Figura 1. Diagrama de flujo de la selección de programas de intervención según el modelo PRISMA	9
Figura 2. Cronograma del proyecto.....	25

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

Resumen

La violencia sexual infantil es uno de los sucesos más alarmantes a nivel social. En esta línea, se ha comprobado que las mujeres que han sido víctimas de agresión sexual en la infancia presentan el doble o el triple de riesgo de volver a ser victimizadas durante la adultez, aunque se desconocen las variables mediadoras implicadas. Además, la revictimización sexual hace que los efectos de la agresión se maximicen, se generalicen y se agraven. Sin embargo, aún existen pocos programas preventivos eficaces, ya que la mayoría de ellos sólo producen un cambio de actitud en las participantes, pero no reducen la revictimización. Así pues, el objetivo del presente trabajo es crear un programa de prevención grupal para reducir la revictimización de aquellas mujeres agredidas sexualmente en la infancia o adolescencia. Para ello, se plantea un programa de seis sesiones donde se aborda la violencia sexual, el consentimiento y la coerción, los mitos sobre la violación, la detección de situaciones de riesgo, la sexualidad positiva, la asertividad sexual, las emociones y su gestión, y la autoestima. Con todo ello, se concluye que el presente proyecto puede suponer un abordaje distinto que suponga dar un paso más en la consecución de un programa de prevención eficaz en reducir la revictimización.

Palabras clave: revictimización sexual, agresión sexual infantil, programa preventivo, violencia sexual, intervención.

Childhood sexual violence is one of the most alarming social events. In that way, it has been proven that women with a history of childhood sexual assault have twice or three times the risk of being revictimized, although it is unknown the mediator variables involved. Furthermore, sexual revictimization maximise, generalise, and aggravate the effects of the assault. However, there are few effective prevention programs because most of them only produce a change of attitude but aren't capable of reduce revictimization. Therefore, the objective of the present project is to create a grupal prevention program to reduce the revictimization of women with a history of childhood or teenage sexual assault. For that purpose, a six-session program was planned in which it is addressed sexual violence, consent and coercion, rape myths, risk situation detection, positive sexuality, sexual assertiveness, emotion and emotional management, and self-esteem. In conclusion, the present project could entail a different approach that could be a turning point in the achievement of an effective prevention program to reduce revictimization.

Keywords: sexual revictimization, childhood sexual assault, prevention program, sexual violence, intervention.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

1. Introducción.

1.1. Marco teórico.

1.1.1. La revictimización sexual.

La violencia sexual ejercida contra menores de edad se ha convertido en uno de los sucesos más alarmantes a nivel social y, al mismo tiempo, uno de los menos conocidos (Fundación ANAR, 2020).

La violencia sexual es cualquier acto sexual como la penetración vaginal, anal u oral no consentida o su tentativa, comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, o acciones para comercializar la sexualidad de una persona mediante coacción; independientemente de la relación de la persona con la víctima y del ámbito en el que sucede (Consejo de Europa, 2011; Organización Mundial de la Salud [OMS], 2002).

En concreto, el abuso sexual infantil (ASI) es definido como “la imposición por parte de un adulto o de otro menor de una actividad de carácter sexual a un niño o niña aprovechando la desigualdad de poder para obtener una satisfacción sexual” (Save the Children, 2021, p. 3). No obstante, con la Ley Orgánica 10/2022 se “elimina la distinción entre agresión y abuso sexual, considerándose agresiones sexuales todas aquellas conductas que atenten contra la libertad sexual sin el consentimiento de la otra persona” (Jefatura del Estado, 2022, p.11).

Respecto a la epidemiología, aunque resulta difícil cuantificar la violencia sexual infantil (Save the Children, 2021), la OMS (2013) estima que un 27% de las niñas y un 14% de los niños a nivel mundial sufren algún tipo de violencia sexual. Así, se calcula que las mujeres tienen un riesgo dos o tres veces mayor de ser abusadas sexualmente durante su infancia, llegando a sufrirlo una de cada diez niñas (Barth, 2013). En concreto, en España, se estima que entre un 10% y un 20% de la población ha sido víctima de ASI (Save the Children, 2017), habiéndose registrado 6.290 menores víctimas de abuso, agresión sexual o violación en el año 2021 (Ministerio del Interior, 2021).

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

Por ello, resulta esencial hablar de las consecuencias que sufren los menores, ya que entre el 70 y 80% de las víctimas sufren efectos a corto plazo (Echeburúa, y Guerricaechevarría, 2005). Uno de los factores que puede influir en la aparición de la sintomatología es el género, pudiendo distinguir entre reacciones ansioso-depresivas en niñas, y fracaso escolar, y dificultades de socialización y comportamientos sexuales agresivos en niños (Echeburúa, y Guerricaechevarría, 2005). Asimismo, otro factor influyente es la edad, de forma que las consecuencias en la etapa preescolar podrían ser disociación, retrasos en el desarrollo, problemas internalizantes, trastorno de estrés postraumático (TEPT) o conductas sexuales; en la etapa escolar culpa, regresiones, problemas externalizante, bajo rendimiento escolar o problemas en la relación con los iguales; y en adolescentes actividades delictivas, consumo de sustancias, trastornos de conducta alimentaria (TCA), TEPT, ideación e intentos de suicidio, y conductas sexuales de riesgo (Cantón-Cortés, y Cortés, 2015; Echeburúa, y Guerricaechevarría, 2005).

En contraste, las consecuencias a largo plazo aparecen con menor frecuencia (Cantón-Cortés, y Cortés, 2015; Echeburúa, y Guerricaechevarría, 2005). Sin embargo, algunas de las problemáticas que presentan son alteraciones sexuales, depresión, ansiedad, TEPT, problemas interpersonales, trastornos disociativos y de personalidad, abuso de sustancias, y control inadecuado de la ira (Cantón-Cortés, y Cortés, 2015; Echeburúa, y Guerricaechevarría, 2005; Hailes et al., 2019).

Con todo ello, la gravedad de las consecuencias que sufre la víctima va a depender del grado de culpabilización y victimización, de las estrategias de afrontamiento del menor (Echeburúa, y Guerricaechevarría, 2005), del tipo de abuso, de quién lo comete, de la respuesta del entorno (Save the Children, 2021), y de su duración en el tiempo (Cantón-Cortés, y Cortés, 2015).

Además, se ha evidenciado que el perfil psicopatológico de víctimas de ASI es comparable con el perfil de víctimas de violencia sexual en la adultez (Echeburúa, y Guerricaechevarría, 2005). No obstante, uno de los elementos que va a aumentar la

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

generalización y agravación de las consecuencias de sufrir una agresión sexual es la revictimización (Barnes et al., 2009; Ghimire, y Follete, 2012; Messman-Moore, y Long, 1996; Walker et al., 2017).

El concepto de revictimización fue descubierto de forma colateral en las investigaciones realizadas en la década de los 70 sobre la prevalencia y los efectos del ASI (Messman-Moore, y Long, 1996). De esta forma, fue definido como “at least one incident of sexual abuse in both childhood and adulthood” [al menos un incidente de abuso sexual tanto en la niñez como en la adultez] (Wyatt et al., 1992, p.170).

Desde entonces, ha sido comprobado por numerosos estudios (Arata, 2000; Cantón-Cortés, y Cortés, 2015; Classen et al., 2005; Messman-Moore y Long, 2000; Lau y Kristensen, 2010; OMS, 2002; Rivera-Rivera et al., 2006) que las mujeres que han sido víctimas de agresión sexual en la infancia presentan un mayor riesgo de volver a ser víctimas durante la adultez, en concreto, el doble o el triple que aquellas mujeres que no han sido victimizadas (Barnes et al., 2009; Classen et al., 2005; Wyatt et al., 1992). A pesar de ello, se desconoce el porcentaje de mujeres que son revictimizadas (Walker et al., 2019) debido a la diferencia de tasas reportadas en los distintos estudios (Arata, 2002; Ghimire, y Follete, 2012). Así, Messman-Moore, y Long (1996) encontraron que entre el 16 y el 72% de las víctimas de ASI han podido ser revictimizadas siendo adultas; mientras que Walker et al. (2019), tras revisar 80 estudios, observaron que el 47'9% de las víctimas de ASI ha sufrido posteriormente otra victimización sexual.

Por ello, como se mencionaba anteriormente, los efectos de la agresión se maximizan, por lo que hay un aumento de la probabilidad de desarrollar problemas de salud física y mental, abuso de sustancias más temprano y grave, conductas sexuales de riesgo, mayor riesgo de padecer enfermedades de transmisión sexual (ETS), mayor tasa de disociación y síntomas de TEPT, y dificultades en el funcionamiento básico (Arata, 2002; Barnes et al., 2009; Classen et al., 2005; Wyatt et al., 1992).

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

A pesar de conocer las consecuencias de la victimización sexual, aún no se comprenden las variables mediadoras implicadas en la revictimización (Simmel et al., 2012), pero se han identificado algunos factores de riesgo, tales como: conductas sexuales de riesgo, tener varios compañeros sexuales, ser víctima de maltrato infantil, ser joven, tener un bajo nivel socioeconómico, presentar síntomas de TEPT, haber sufrido múltiples traumas, contar con estrategias de afrontamiento disfuncionales, abuso de sustancias, tener una pareja violenta, poseer atribuciones internas de culpa, baja autoestima y baja percepción de control, pertenecer a una minoría étnica, tener un entorno familiar disfuncional, y presentar dificultades en el procesamiento de la información y en la percepción de riesgo (Arata, 2000; Breitenbecher, 2001; Classen et al., 2005; Ghimire, y Follete, 2012; Hébert et al., 2020; Lau y Kristensen, 2010; Messman-Moore y Long, 1996; Najdowski y Ullman, 2011; OMS, 2002; Santos-Iglesias y Sierra, 2012; Scoglio et al., 2021; Walsh et al., 2007). Por el contrario, existen muy pocos factores de protección que reduzcan el riesgo de victimización, destacando el cuidado parental, acudir a terapia psicológica y la asertividad sexual (Hébert et al., 2020; Santos-Iglesias y Sierra, 2012; Scoglio et al., 2021).

Sin embargo, hay que señalar que centrarse en qué factores hacen a las víctimas más vulnerables no implica la creencia de que sean ellas las responsables de las agresiones, sino que se deben entender como situaciones que aumentan las probabilidades de estar en contacto con potenciales agresores (Messman-Moore y Long, 2003).

1.1.2. Programas de prevención de revictimización sexual.

En las últimas décadas se ha investigado significativamente la revictimización sexual y, sin embargo, aún existen pocos programas preventivos eficaces (véase anexo 1) (Classen et al., 2005; Macy, 2008; Messman-Moore y McConnell 2018).

Uno de los primeros programas implementados fue el de Hanson y Gidycz (1993) que seleccionaron a 346 mujeres universitarias con el objetivo de realizar una intervención

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

que redujera la incidencia de agresión sexual. Tras dividir a las participantes en grupo control y grupo experimental, este último, formado por 181 mujeres, realizaron una sesión que consistía en psicoeducación sobre los mitos sobre la violación y sobre estrategias para prevenir un abuso sexual. Así, en primer lugar, fueron informadas de las estadísticas existentes sobre agresiones sexuales. Después, rellenaron una ficha con mitos y hechos sobre la violación en la cual tenían que indicar si cada afirmación era un mito o un hecho. A continuación, vieron un vídeo que mostraba todos los acontecimientos que llevaban en una fiesta universitaria a la violación perpetrada por un conocido reflejando factores de riesgo situacionales y, al terminar el visionado, discutieron posibles factores protectores que podrían haber ayudado a evitar la violación. Posteriormente, vieron otro vídeo con las mismas características que el anterior pero que enseñaba posibles comportamientos de protección, los cuales se discutieron posteriormente. Finalmente, se les dio a las participantes una hoja con información sobre estrategias preventivas, se resolvieron sus dudas y se les proporcionó el nombre de agencias locales que podrían darles información y asistencia sobre agresiones sexuales. Los resultados mostraron que el programa era eficaz en reducir la incidencia de agresión sexual, en influir en los comportamientos de riesgo, y en aumentar el conocimiento sobre abuso y comunicación sexual en mujeres que no tenían un historial de abuso sexual previo; mostrándose ineficaz para aquellas que habían sido agredidas sexualmente.

Teniendo en cuenta esto, Breitenbecher y Gidycz (1998) diseñaron un programa de intervención para mujeres que habían sufrido algún tipo de victimización sexual. De esta forma, ampliaron el programa de Hanson y Gidycz (1993) haciendo más hincapié en el rol de la revictimización al añadir la discusión sobre el rol que tienen los efectos psicológicos de una primera experiencia de victimización en la incrementación del riesgo de futuras revictimizaciones. No obstante, los resultados indican que la intervención no fue eficaz ni para reducir la incidencia ni para modificar las conductas de riesgo, la

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

comunicación sexual o la conciencia del abuso sexual, independientemente de si las participantes tenían o no un historial de violencia sexual.

Posteriormente, ante las limitaciones de los dos programas anteriores, Marx et al. (2001) seleccionaron a 61 universitarias, de las cuales 24 realizaron dos sesiones en las cuales se combina la psicoeducación y el entrenamiento en habilidades esenciales para reducir los factores de riesgo asociados a la revictimización. De esta manera, psicoeducaron a las participantes en agresiones sexuales, factores de riesgo, y reacciones habituales tras una agresión. Posteriormente, vieron el mismo vídeo de Hanson y Gidycz (1993), pero lo iban parando para identificar factores de riesgo y posibles comportamientos de protección útiles, y discutieron los factores de riesgo de la víctima, del agresor y de la situación. Asimismo, se trabajaron las habilidades de resolución de problemas, las habilidades comunicativas y la asertividad. Por último, se les proporcionó el nombre de agencias locales que podrían darles información y asistencia sobre agresiones sexuales. Con todo ello, este programa fue el primero en ser eficaz en reducir la incidencia de revictimización sexual, en incrementar la autoeficacia y en disminuir el malestar de las participantes.

Ante los prometedores resultados de Marx et al. (2001), Davis et al. (2006) crearon y aplicaron un programa para reducir el riesgo de sufrir violencia sexual en mujeres que habían sido víctimas de múltiples abusos sexuales durante la infancia o la adultez, y que recibían o habían recibido asesoramiento psicológico. El programa combina psicoeducación, enseñando qué son las agresiones sexuales y con qué frecuencia ocurren, el papel de la culpa, los factores de vulnerabilidad, las características de los agresores, las tácticas de manipulación y coerción, y la socialización de género; junto con un entrenamiento en habilidades para evitar, reducir y salir de situaciones donde puede suceder una agresión, poner límites, evitar experiencias sexuales no consentidas, reconocimiento de situaciones incómodas o de riesgo, y entrenamiento en asertividad. Sin embargo, el programa no se mostró eficaz.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

Finalmente, en 2011 se desarrollaron dos programas preventivos. Por un lado, Hill et al. (2011) diseñaron un programa cuyo objetivo era reducir la revictimización sexual mediante un entrenamiento en mindfulness que abordaba estresores y estrategias de afrontamiento, la utilidad de las emociones desagradables, la respiración diafragmática, los valores personales, el empoderamiento y la meditación; aunque el programa no fue eficaz en reducir las tasas de agresión sexual revictimización, los resultados muestran que pudo tener algún efecto en reducir el riesgo a sufrir un abuso sexual. Por otro lado, Mouliso et al. (2011) crearon un programa de reducción de riesgo de abuso sexual que utilizaba psicoeducación, entrenamiento en resolución de problemas y asertividad, y reflexión sobre los factores de riesgo de cada una de las participantes; así, mostró ser eficaz en mitigar la severidad del malestar emocional que sufren las mujeres tras la revictimización, aunque no obtuvo resultados en reducir la revictimización sexual.

Con todo ello, se puede observar que los programas que buscan prevenir la revictimización sexual no parecen ser efectivos y presentan debilidades que son necesarias conocer para poder crear un programa de prevención eficaz.

1.2. Objetivos.

El objetivo del presente trabajo es crear una propuesta de intervención que prevenga la revictimización sexual en mujeres que han sufrido previamente una agresión sexual durante su infancia o adolescencia en base a la revisión de las fortalezas y debilidades de los programas ya existentes.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

2. Metodología de investigación.

2.1. Materiales e instrumentos.

La búsqueda sistemática de programas de intervención se realizó en las bases de datos de Scholar Google, Dialnet, PsycInfo, Web of Science, Scopus, Pubmed y Scielo mediante los términos de búsqueda “revictimización sexual”, “programa”, “prevención”, “intervención” y “reducir” junto al operador booleano “AND” tanto en español como en inglés.

Además, para la selección de los artículos se aplicaron los criterios de inclusión y exclusión (véase tabla 2), los cuales fueron planteados de acuerdo con los objetivos del presente trabajo.

Tabla 1

Criterios de inclusión y exclusión en la selección de programas de prevención

Criterios de inclusión.	Criterios de exclusión.
Publicaciones que incluyan las palabras clave en el título.	Publicaciones no relevantes para el tema de estudio al leer el Abstract.
Publicado entre 1990 y 2022.	Sin acceso al texto completo o sin acceso gratuito.
En español e inglés.	En otros idiomas.
Programas grupales de prevención para la reducción del abuso sexual en mujeres víctimas.	Otro tipo de programas o proyectos de prevención no llevados a cabo.
La muestra está conformada, al menos una parte, por mujeres mayores de 18 años que han sufrido ASI.	La muestra está conformada por niñas, adolescentes, población masculina, LGTB+, con diversidad funcional o agresores.
Revictimización sexual entendida como haber sufrido más de un abuso, agresión o violación.	Revictimización entendida como segunda victimización por el sistema judicial.

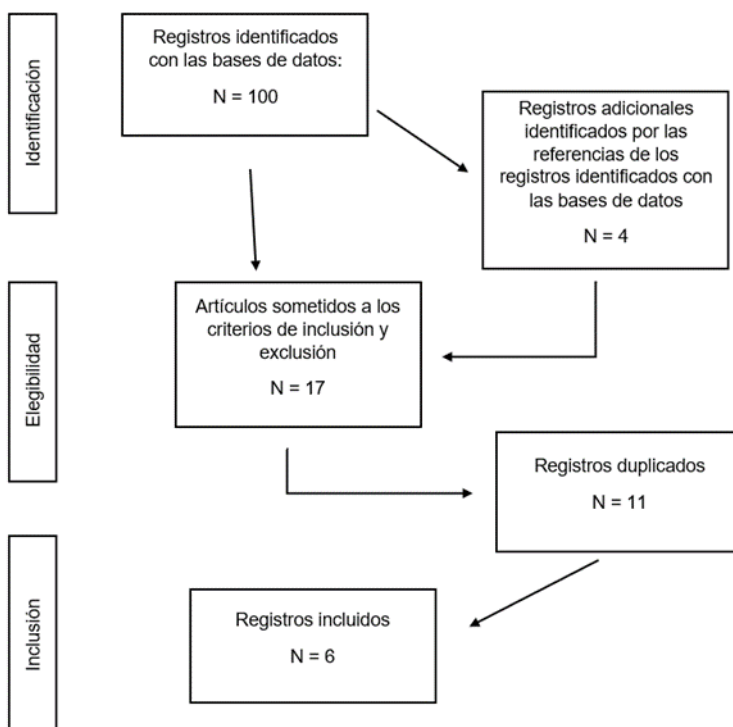
La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

2.2. Procedimiento.

En primer lugar, se realizó una búsqueda de información para la revisión teórica cuyo objetivo era realizar una aproximación al tema de estudio y enmarcar los antecedentes bibliográficos. En segundo lugar, como se observa en la figura 1, se realizó una búsqueda sistemática sobre los programas de intervención existentes en las bases de datos anteriormente mencionadas. Así, con los términos de búsqueda y los operadores booleanos indicados se identificaron 100 artículos, que además sirvieron para identificar otros 4 programas mediante sus referencias bibliográficas. Estos 104 registros, tras ser sometidos a los criterios de inclusión y exclusión, se redujeron a 17 artículos, estando 11 duplicados, lo que hizo que el total de artículos incluidos fueran seis.

Figura 1

Diagrama de flujo de la selección de programas de intervención según el modelo PRISMA



La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

Estos seis artículos encontrados que proponían un programa de prevención de la revictimización sexual fueron analizados en base a los objetivos planteados, la muestra utilizada, el contenido propuesto y los resultados adquiridos. Y, teniendo todo ello en cuenta, se planteó un programa de prevención que minimizara las debilidades y maximizara las fortalezas encontradas en dicha revisión. Así, se plantean el número de participantes y sus características, el lugar donde se realizan los talleres, el procedimiento de evaluación, y los contenidos esenciales a abordar, ajustándose el número y duración de sesiones a ello. Posteriormente, se desarrolla cada sesión consultando manuales de técnicas de intervención cognitivo-conductuales, de violencia sexual, de asertividad, de escritura terapéutica y de intervención en grupos; a la vez que otros talleres y recursos online relevantes y basados en la evidencia.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

3. Propuesta de intervención.

3.1. Presentación y contexto.

Actualmente, existen pocos programas en la literatura científica que aborden la problemática de la revictimización sexual (Classen et al., 2005; Messman-Moore, y McConnell, 2018, véase tabla 1). La mayoría de ellos únicamente realizan psicoeducación para prevenir las agresiones sexuales en mujeres universitarias (Breitenbecher y Gidycz, 1998; Hanson y Gidycz, 1993; Marx et al., 2001; Mouilso et al., 2011) donde los agresores son personas conocidas (Breitenbecher y Gidycz, 1998; Hanson y Gidycz, 1993; Marx et al., 2001).

De esta forma, los programas de prevención parecen ser efectivos en producir un cambio de actitud, aunque aún no son eficaces en reducir la revictimización (Classen et al., 2005; Messman-Moore, y McConnell, 2018).

En consecuencia, el programa que se propone se centra en prevenir la revictimización sexual de mujeres adultas que han sido previamente agredidas sexualmente en la infancia o adolescencia mediante seis sesiones realizadas semanalmente con una duración de dos horas cada una. Así, el programa se realizaría en los 54 Puntos Municipales del Observatorio Regional de Violencia de Género (PMORVG) que se encuentran en los distintos distritos de Madrid (Comunidad de Madrid, s.f.), formando en cada uno de ellos un grupo de ocho mujeres que cumplan los criterios de selección (ver tabla 2), contando en total con una muestra de 432 mujeres aproximadamente.

Tabla 2

Criterios de selección de la muestra

Criterios de selección.

Mujeres con una edad comprendida entre 18 y 60 años.

Han denunciado al menos una agresión sexual durante la infancia o adolescencia.

De nacionalidad española y empadronadas en Madrid.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

De todos los niveles socioculturales.

No presentan sintomatología psicopatológica grave ni problemática adictiva que pueda interferir en su participación.

Muestran interés y tienen disponibilidad para participar en el programa.

3.2. Objetivos.

El objetivo del presente programa es reducir el riesgo de revictimización sexual de las mujeres que han sido víctimas de una agresión sexual en la infancia o adolescencia.

Por consiguiente, los objetivos específicos son:

- a) Desarrollar grupos que las participantes vean como un lugar seguro para comunicarse, interactuar y compartir sus emociones y experiencias.
- b) Favorecer una construcción positiva de la sexualidad.
- c) Psicoeducar a las mujeres sobre sexualidad, violencia sexual, mitos sobre la violación, consentimiento y métodos de coerción.
- d) Facilitar la identificación de factores de riesgo tanto personales como del agresor y de la situación en la que puede ocurrir una agresión sexual, adquiriendo herramientas para prevenir y afrontar dicha situación.
- e) Dotar a las participantes de habilidades y recursos personales para comunicar asertivamente sus límites, sus gustos sexuales y su falta de consentimiento relacionado tanto con la actividad sexual como con el uso de métodos anticonceptivos.
- f) Aprender a identificar y gestionar las emociones.
- g) Potenciar la autoestima de las participantes.
- h) Informar de los recursos de protección y ayuda a los que pueden acudir en caso de estar en riesgo o si llega a suceder una agresión sexual.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

3.3. Metodología.

Los principios metodológicos que van a guiar la intervención son:

- La violencia sexual es presentada desde la perspectiva de género.
- Las mujeres son las protagonistas del proceso.
- La prevención se trabaja desde un enfoque no culpabilizador.
- La intervención debe aprovechar las fortalezas de las participantes con el objetivo de empoderarlas.
- Es esencial generar un clima de escucha activa donde todas se sientan cómodas para hablar y seguras de que van a ser percibidas.

Respecto a la organización del programa, cada centro se pondría en contacto con las mujeres que tienen interpuesta una denuncia por agresión sexual en la infancia o adolescencia para comprobar por vía telefónica si cumplen o no los criterios de selección para entrar en el programa y ofertarles poder participar. Así, cuando se haya seleccionado a todas las mujeres, se realizará un muestreo aleatorio simple para elegir a las ocho participantes de cada centro. Estas ocho participantes serán citadas para realizar de forma voluntaria la evaluación pre-intervención (ver apartado 3.6), la cual se realizará una semana antes del inicio del programa, donde la psicóloga y la metodóloga introducirán el proyecto de prevención y administrarán todos los cuestionarios necesarios. En esta evaluación se las informará, asimismo, de la fecha, hora y lugar de las siguientes sesiones y evaluaciones post.

Por último, los recursos que van a ser utilizados durante el programa se dividen en:

- a) Personales. Para el óptimo desarrollo de la intervención se requiere contar en cada centro con una administrativa que gestione el contacto con las participantes y se encargue de los documentos burocráticos; una psicóloga experta en violencia sexual, con perspectiva de género y formada en intervención grupal, que lleve a cabo las sesiones; y una metodóloga que recoja y analice los datos

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

de las evaluaciones. Además, en la última sesión del programa se requiere contar con una trabajadora social, una abogada y una policía nacional expertas en violencia sexual.

- b) Materiales. Como elementos fundamentales se necesita tener mesas, sillas, folios, cartulinas, lápices, rotuladores, bolígrafos, tarjetas, masilla adhesiva, ordenador con acceso a internet y proyector, ovillo de lana, pizarra y rotuladores de pizarra, fotocopias del material adjuntado en anexos, y esterillas o colchonetas pequeñas.
- c) Ambientales. Se requiere hacer uso de una sala espaciosa y habilitada para realizar talleres grupales, y que cuente con los recursos materiales básicos.

3.4. Desarrollo de las sesiones.

Sesión 1. ¡Bienvenidas!

En esta primera sesión se pretende realizar la presentación del programa, del equipo de profesionales que lo imparten, y de las participantes.

De esta forma, los objetivos de la sesión son:

- a) Explicar el funcionamiento, el desarrollo y la finalidad del programa.
- b) Definir las normas del programa y del grupo.
- c) Motivar a las mujeres a la participación.
- d) Crear cohesión grupal entre las participantes y presentar una visión del grupo como un lugar seguro.

Así, se comienza la sesión realizando la presentación de todas las profesionales que van a estar implicadas en el desarrollo del programa, explicando el rol y las tareas que van a realizar. Además, se encuadran los aspectos básicos del programa: objetivos, temas a tratar, metodología, número de sesiones, duración, horario y lugar de desarrollo.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

En segundo lugar, se establecen las normas básicas del programa y del grupo: confidencialidad, puntualidad, respetar a las compañeras y no hacer juicios de valor, escuchar y no interrumpir, y no expresarse de forma violenta. No obstante, se les pregunta a las participantes si creen que hace falta alguna regla más y, si es así, se pactarán de forma consensuada. Además, es esencial dedicar un momento a hablar de la importancia que tiene comprometerse con el programa en términos de asistencia, participación y actitud.

Una vez explicado y resuelto las dudas respecto al programa, se realizan las dinámicas de presentación. En primer lugar, se va a utilizar la técnica del ovillo que consiste en que las participantes se sitúen en círculo y, con un ovillo de lana, se presenten diciendo su nombre y una cualidad positiva suya, lanzando a otra persona el ovillo sin soltar la punta de la lana formando una red. Cuando se acaba, el ovillo hace el camino inverso y cada una debe devolvérselo a la persona que se lo ha lanzado, indicando una primera impresión positiva que haya tenido de esa participante.

En segundo lugar, se realizan “citas rápidas” donde las participantes se sientan por parejas y durante cinco minutos se presentan en mayor profundidad y, cuando esos minutos se acaben, una de ellas rota para cambiar de pareja, así hasta que todas hayan tenido un momento de encuentro con el resto.

En tercer lugar, se les da papel y lápiz a las participantes y se les pide que dibujen su silueta y escriban: en la frente, las ideas que defenderían; en las orejas, los sonidos que nunca olvidarán; en los ojos, las imágenes que se les hayan quedado grabadas; en la nariz, los olores que les traen más recuerdos; en la boca, los sabores que representan momentos especiales; en el corazón, lo que más quieren; en la boca del estómago, sus miedos más intensos; en las manos, las acciones importantes que han realizado; y en los pies, los lugares que les han marcado (Montes, 2008, citado en Adorna, 2013). Posteriormente, se les anima a que lo compartan con el resto de las compañeras.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

Como última dinámica se plantea hacer una ronda sobre cómo se han sentido durante la primera sesión, qué expectativas tienen y qué les gustaría conseguir.

Finalmente, se cierra la sesión resolviendo dudas, preguntando a las participantes cómo se han sentido y qué se llevan, indicando cuándo será la siguiente sesión y sobre qué tratará, y dando las gracias a las mujeres por acudir y por participar.

Así, en esta sesión se necesitaría: un ovillo de lana, folios, lápices y bolígrafos.

Sesión 2. Viviendo la sexualidad en positivo.

La segunda sesión tiene como tema principal la sexualidad positiva.

Así, los objetivos de la sesión son:

- a) Explorar las ideas previas que tienen las participantes sobre la sexualidad.
- b) Ampliar los conocimientos sobre sexualidad humana.
- c) Favorecer una construcción positiva de la sexualidad.
- d) Conocer cómo se origina la respuesta sexual femenina.
- e) Psicoeducar sobre el consentimiento y sus distintas formas de expresión.

Teniendo esto en cuenta, la sesión comienza preguntando a las participantes si tienen alguna duda de la sesión anterior o del programa, y se recuerda las actividades que se realizaron la semana anterior. Además, a partir de esta sesión, todos los talleres contarán al principio con una ronda emocional donde la psicóloga preguntará a cada una de las participantes cómo se siente y si quiere compartir el porqué.

Posteriormente, se introduce el tema a tratar: la sexualidad. Para ello, la primera actividad que se va a realizar va a consistir en preguntar a las mujeres qué palabras asocian con "sexualidad", escribiendo todo lo que digan en la pizarra para acabar construyendo una definición de sexualidad que involucre dichos conceptos. Después,

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

se debate sobre si las palabras que han mencionado se corresponden con una concepción de la sexualidad como positiva o negativa.

El segundo ejercicio va a consistir en escribir en un papel, de forma individual y anónima, cinco aspectos relacionados con cómo sí quieren vivir su sexualidad y otros cinco sobre cómo no quieren vivirla. Después, se recogen los papeles, y la psicóloga lee en voz alta lo que han escrito las participantes, de forma que se genere un debate entre ellas y aporten ideas sobre cómo conseguir los aspectos positivos y cómo evitar los negativos.

Tras esto, se explica el Modelo Circular de la Respuesta Sexual de las Mujeres de Basson (2001). Una vez explicado el modelo y resuelto todas las dudas, se les pregunta a las participantes, a modo de lluvia de ideas, qué elementos de la intimidad sexual y de satisfacción emocional y física necesitan para vivir las relaciones sexuales como algo positivo y placentero.

Para finalizar, el siguiente ejercicio que se va a realizar trata sobre el consentimiento. Para ello, se empieza visualizando el vídeo “El consentimiento, tan simple como una taza de té” (ONG Mujer Mundo, 5 de octubre de 2017). Después, se les da a las mujeres un folio que deben doblar por la mitad y apuntar o dibujar en uno de los lados cómo se ve, se escucha y se siente el no-consentimiento, y en el otro lado cómo se ve, se escucha y se siente el consentimiento. Una vez completado, se les pide que lo pongan en común con las compañeras. La finalidad es reflexionar sobre que decir “no” no es la única forma de expresar la falta de consentimiento (León Sánchez, 2018).

Con todo ello, se cierra el taller resolviendo dudas, preguntando a las participantes cómo se han sentido y qué se llevan de la presente sesión, indicando cuándo será la siguiente sesión y sobre qué tratará, y dando las gracias a las mujeres por acudir y por participar.

De esta manera, los recursos necesarios en esta sesión son: ordenador con acceso a internet, proyector, folios, bolígrafos, pizarra y rotuladores para pizarra.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

Sesión 3. Dibujando la línea de la violencia sexual.

La tercera sesión aborda diversos aspectos de la agresión sexual: qué es, cómo sucede, y cómo identificar y evitar un potencial riesgo a vivir algún tipo de violencia sexual.

Por lo tanto, los objetivos de la sesión son:

- a) Psicoeducar sobre las agresiones sexuales.
- b) Aprender a conocer las distintas formas de coerción.
- c) Explorar qué mitos sobre la violación tienen interiorizados y cómo influyen en sus cogniciones.
- d) Identificar situaciones de riesgo para sufrir algún tipo de violencia sexual y adquirir habilidades para evitarlas.

Por ello, la tercera sesión comienza preguntando a las participantes si tienen alguna duda de la sesión anterior, y se recuerda las actividades que se realizaron. Asimismo, se realiza una ronda emocional donde la psicóloga pregunta a cada una de las participantes cómo se siente y si quiere compartir el porqué.

Tras esto, se aborda qué es la violencia sexual. Para ello, se realiza un primer ejercicio en el cual se les presenta a las participantes una serie de tarjetas con quince situaciones (ver anexo 2) que deben clasificar en un termómetro para indicar de 0 a 10 cuánto se corresponde esa situación con algún tipo de agresión sexual. Cuando hayan completado el ejercicio, la psicóloga guía la reflexión a cómo todas las situaciones constituyen un tipo de violencia y su importancia independientemente de la gravedad.

A continuación, se le reparte a cada una un ejemplar de la escala "Acceptance of Modern Myths about Sexual Aggression" validada al español por Megías et al. (2011), y se les pide que lo contesten de forma individual. Una vez hayan acabado, se les revela que todas las frases que aparecen son falsas y se explica que son mitos sobre la violación, debatiendo aquellos que hayan marcado como verdaderos.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

Posteriormente, se proyecta el vídeo “La línea” (Fundación Aspacia, 25 de noviembre de 2014). A continuación, se les anima a que individualmente escriban en un papel cuál es “su línea”, es decir, dónde ponen ellas el límite entre violencia sexual y no violencia. Al acabar se les pide que, de forma voluntaria, lo compartan con el grupo.

Por último, se termina la sesión formando dos grupos de cuatro personas, teniendo cada uno que realizar en una cartulina una infografía sobre cómo prevenir y defenderse de agresiones sexuales. Para ello, pueden elegir una o varias situaciones donde exista un gran peligro de sufrir una agresión, detectando qué factores son aquellos que aumentan el riesgo y qué posibles actuaciones se pueden llevar a cabo para evitarlos. Y, si se cuenta con el tiempo suficiente, cada grupo presenta su cartel al resto de compañeras.

Además, se cierra el taller resolviendo dudas, preguntando a las participantes cómo se han sentido y qué se llevan de la presente sesión, indicando cuándo será la siguiente sesión y sobre qué tratará, y dando las gracias a las mujeres por acudir y por participar.

Considerando estas actividades, los recursos necesarios serían: cartulinas, tarjetas, masilla adhesiva, ordenador con acceso a internet y proyector, y fotocopias del material.

Sesión 4. Comunica tus “sí” y tus “no”.

La cuarta sesión trata el tema de la asertividad sexual, definida como la habilidad para ser asertivo en un contexto sexual (Santos-Iglesias, y Sierra, 2010).

En consecuencia, los objetivos de la sesión son:

- a) Fomentar la comunicación asertiva como forma de comunicación más eficaz.
- b) Aprender a poner límites a nivel sexual y a decir no.
- c) Adquirir recursos y habilidades para comunicar las conductas sexuales deseadas.
- d) Obtener estrategias para negociar el uso de métodos anticonceptivos.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

Así, la sesión comienza preguntando a las participantes si tienen alguna duda de la sesión anterior, y se recuerda las actividades que se realizaron. Igualmente, se realiza una ronda emocional donde la psicóloga pregunta a cada una de las participantes cómo se siente y si quiere compartir el porqué.

Al finalizar esta ronda, se introduce de forma general el tema de la asertividad. Para ello, se les reparte una ficha explicativa sobre cómo ser asertivo (ver anexo 3), la cual es explicada en voz alta y se resuelven todas las dudas que surjan. Después, se forman parejas y cada una elige una situación cotidiana donde surja un conflicto, de manera que durante cinco minutos una de las participantes hace de persona crítica y la otra aplica los mensajes yo y las técnicas asertivas enseñadas para resolver el conflicto; después, se cambian los papeles.

Posteriormente, para aplicar la asertividad al ámbito sexual, se realiza una adaptación de la dinámica «“no” es mi decisión» de Elvira y Varela (2015). Esta actividad consiste en repartir a las participantes una hoja con 10 frases de presión (ver anexo 4), de forma que tienen que escribir una respuesta asertiva. Cuando hayan terminado de responder, se pone en común las respuestas dadas a cada una de las frases. Después, se abre un debate sobre qué les han generado esas frases, qué pueden hacer si a pesar de sus negativas la persona con la que están les sigue presionando, y qué factores les pueden hacer aceptar una situación que no quieren.

La siguiente dinámica comenzará con la proyección del vídeo “Hablando del calentón: estrategias de comunicación para sexualidades más placenteras” (SIDA STUDI, 14 de febrero de 2020). El vídeo consta de cuatro escenas, por lo que después de cada una se para el vídeo y se pide a las participantes que expliquen la situación, cómo se pueden sentir los protagonistas, qué están negociando, qué frases de presión han detectado y qué respuestas asertivas han observado. Tras visualizar y comentar el vídeo, se anima a la reflexión sobre la comunicación sexual con las siguientes preguntas: ¿es fácil hablar de lo que nos gusta y lo que no nos gusta a nivel sexual?, ¿es útil poner límites antes y

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

durante las relaciones sexuales? y ¿qué es lo que más miedo nos da cuando nos vemos en este tipo de situaciones?

Por último, de la misma forma que en la primera actividad, se realiza un role-playing por parejas, aunque esta vez las situaciones elegidas deben estar relacionadas con: decir que no a una relación sexual, poner límites respecto a prácticas sexuales o métodos anticonceptivos, o comunicar lo que nos gusta a nivel sexual.

Nuevamente, se finaliza el taller resolviendo dudas, preguntando a las participantes cómo se han sentido y qué se llevan de la presente sesión, indicando cuándo será la siguiente sesión y sobre qué tratará, y dando las gracias a las mujeres por acudir y por participar.

Con todo ello, los recursos necesarios en la presente sesión son: fotocopias de los anexos, bolígrafos, ordenador con acceso a internet y proyector.

Sesión 5. Las emociones que me habitan.

La quinta sesión busca tratar distintas perspectivas de las emociones, tales como la regulación emocional o el fomento de emociones positivas, dotando así de habilidades esenciales de afrontamiento.

De esta forma, los objetivos de la sesión son:

- a) Psicoeducar sobre la funcionalidad de las emociones.
- b) Identificar las emociones y la necesidad que hay detrás de ellas.
- c) Utilizar la respiración diafragmática como técnica de control emocional.
- d) Aprender a gestionar el afrontamiento de situaciones desagradables.
- e) Potenciar la autoestima y fomentar el empoderamiento.

Considerando esto, la sesión comienza preguntando a las participantes si tienen alguna duda de la sesión anterior, y se recuerda las actividades que se realizaron. Igualmente,

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

se realiza una ronda emocional donde la psicóloga pregunta a cada una de las participantes cómo se siente y si quiere compartir el porqué.

La primera parte de la sesión se centra en las emociones. De esta forma, se comienza con la parte psicoeducativa proyectando un vídeo explicativo sobre las emociones y su funcionalidad (Cambio Existencial, 2 de julio de 2019).

Posteriormente, se le reparte un folio a cada una de las participantes y se les pide que piensen en una situación que hayan vivido que las haya superado a nivel emocional. Cuando tengan la situación en la cabeza, deben responder a las siguientes preguntas: ¿qué había sucedido? ¿qué emociones sentiste? ¿en qué parte del cuerpo lo localizas? ¿qué crees que necesitabas en ese momento? y ¿qué podías haber hecho? Cuando todas hayan concluido, se les pide que compartan lo que han escrito, y después se reflexiona sobre la importancia de escuchar nuestras emociones y aprender a detectar lo que quieren comunicarnos para poder satisfacer nuestras necesidades.

Una vez abordado esto, se introduce un ejercicio de respiración diafragmática como método para reducir las respuestas de estrés y ansiedad que generan un gran malestar e interferencia. Para ello, se les indica que se pongan en una posición cómoda y que coloquen una mano en el pecho y otra en el estómago para notar las respiraciones, llevando el aire hacia el diafragma y exhalándolo lentamente (Olivares Rodríguez et al., 2014), realizando esta secuencia durante unos cinco minutos. Para finalizar, se les pregunta si les ha sido eficaz, qué es lo que más les ha costado y se les anima a que lo sigan practicando en casa.

A continuación, se reparte a cada participante una ficha sobre cómo afrontar situaciones desagradables (ver anexo 5), cuyo contenido es explicado en voz alta y se resuelven todas las dudas que surja. Una vez entendido, se les pregunta en qué situación creen que les sería eficaz esta técnica y se comenta cada fase del proceso de afrontamiento en relación con dicho ejemplo.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

El tiempo restante de la sesión se dedica a potenciar la autoestima de las participantes. Para este fin, la primera actividad que se propone es una variación del ejercicio “diálogo con el cuerpo” de Adorna (2013), que consiste en invitar a las mujeres a que escriban un diálogo con aquella parte de sí mismas que rechazan o que les duele, y puede ser desde alguna parte de su cuerpo a algún elemento de su personalidad o alguna acción realizada en el pasado. Sin embargo, el diálogo se debe realizar desde la comprensión, sin reproches ni juicios, intentando reconciliarse con esa parte que se rechaza. Una vez terminado, se les anima a compartirlo con el resto de sus compañeras.

Por último, se reparte a cada participante una fotocopia del cuento de Bucay (2020) “El elefante encadenado”, el cual es leído en voz alta por la psicóloga. Tras esto, se les pregunta qué les ha parecido, qué conclusión sacan y si se ven reflejadas en el elefante. Al final, la psicóloga debe guiar la discusión para llegar a una reflexión sobre la agresión sexual sufrida.

Teniendo esto en cuenta, los recursos necesarios para la quinta sesión son: ordenador con acceso a internet y proyector, fotocopias de los materiales, folios, bolígrafos, y esterillas o colchonetas pequeñas.

Sesión 6. (No) nos decimos adiós.

La última sesión cuenta con dos partes: una, de carácter preventivo e informativo sobre los recursos a los que recurrir tras una agresión sexual, y otra, de despedida y cierre del programa.

Por ello, los objetivos de la sesión son:

- a) Indicar los pasos a dar tras una agresión sexual.
- b) Proporcionar información sobre los recursos a los que pueden acceder como víctimas de agresión sexual.
- c) Concienciar sobre la importancia de denunciar y hablar de la violencia sexual.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

- d) Reforzar y potenciar el mantenimiento de las redes creadas a lo largo del programa.
- e) Proporcionar un espacio a las participantes para que realicen una evaluación sobre el programa, las profesionales y la organización.

La sesión comienza preguntando a las participantes si tienen alguna duda de la sesión anterior, y se recuerda las actividades que se realizaron. Igualmente, se realiza una ronda emocional donde la psicóloga pregunta a cada una de las participantes cómo se siente y si quiere compartir el porqué.

Posteriormente, en la primera mitad de la sesión, son invitadas diversas figuras implicadas profesionalmente en el tratamiento de las agresiones sexuales. Así, una trabajadora social, una abogada y una policía nacional acudirán al centro para informar cada una del papel que realizan, qué pasos se pueden dar tras una agresión sexual, y cuáles son los recursos disponibles para las víctimas. Su intervención se realiza por turnos, pudiendo las participantes preguntar sus dudas cuando cada una haya terminado su exposición.

Tras la marcha de las tres profesionales, se proyecta el vídeo "Romper el silencio sobre la violencia sexual" de Jimena Legard (TED-Ed en Español, 4 de diciembre de 2017). Al finalizar el visionado, se les pregunta a las participantes qué les ha parecido la charla y con qué se quedan de ella.

Y, como última dinámica, se realiza un pequeño resumen de las actividades realizadas durante el taller, y se les pregunta a las participantes qué expectativas tenían el primer día y qué objetivos creen que han conseguido, y qué se llevan de la experiencia.

Finalmente, en los últimos 10 minutos, se deja un espacio para que las participantes rellenen la encuesta de satisfacción, se les informa de cuándo será la evaluación post, y se cierra el programa dándoles las gracias por su asistencia y participación.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

Así, los recursos que se necesitan en esta última sesión son: ordenador con acceso a internet, proyector y los recursos que soliciten las profesionales asistentes.

3.5. Cronograma.

El proyecto abarca nueve meses de preparación, intervención y evaluación (ver figura 2). El contacto y la selección de la muestra se realizaría un mes antes de la práctica del programa, de forma que la semana anterior al inicio de las sesiones se tomaría la medida pre. Después, se realizarían las seis sesiones del programa con periodicidad semanal. Y, finalmente, se realizarían dos evaluaciones post: a los tres y a los seis meses.

Figura 2

Cronograma del proyecto

	Mes1	Mes2	Mes3	Mes4	Mes5	Mes6	Mes7	Mes8	Mes9
Contacto con las mujeres									
Selección de la muestra									
Realización del programa									
Evaluación1									
Evaluación2									
Evaluación3									

3.6. Propuesta de evaluación.

La evaluación del programa se realizaría de forma cuantitativa mediante una medida pre-intervención y dos medidas post-intervención a los 3 y a los 6 meses de la finalización del programa con el objetivo de medir la influencia que ha tenido el taller.

En primer lugar, se realizaría la evaluación pre mediante la administración de:

- Consentimiento informado. Antes de la administración de las pruebas, se proporciona a todas las participantes un consentimiento informado sobre la finalidad del programa y del tratamiento de datos, además de comunicar el carácter confidencial del proyecto.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

- Cuestionario sociodemográfico. Recoge información sobre el nombre, edad, situación laboral, nivel de estudios, domicilio y estado civil. Asimismo, se les pide que contesten cuándo y por parte de quién tuvo lugar la agresión sexual.
- Dating Behaviour Survey (DBS). La encuesta fue diseñada para evaluar la frecuencia con la que las participantes se involucraban en determinados comportamientos cuando salían con alguien, los cuales han sido asociados a la violación por parte de una persona conocida. Este instrumento se responde mediante una escala tipo Likert de 1 (nunca) a 7 (siempre). Además, ha demostrado una fiabilidad de .79 y una validez de .56 (Hanson, y Gidycz, 1993).
- Sexual Communication Survey (SCS). La encuesta tiene como objetivo medir la percepción de los sujetos sobre la precisión y claridad de su comunicación respecto a intenciones sexuales en una cita. Este instrumento se responde mediante una escala tipo Likert de 1 (nunca) a 7 (siempre). Además, cuenta con una fiabilidad de .79 y una validez de .56 (Hanson, y Gidycz, 1993).
- Sexual Assault Awareness Survey (SAAS). La encuesta evalúa el nivel de conciencia sobre las agresiones sexuales y la precisión de dicha información. Se responde a los ítems con un formato de verdadero o falso, siendo el número de respuestas correctas la puntuación total, por lo que a mayor puntuación mayor conciencia de la problemática (Hanson, y Gidycz, 1993). Asimismo, la fiabilidad del cuestionario se sitúa en .53 (Breitenbecher, y Gidycz, 1998).
- Sexual Experiences Survey (SES). La encuesta fue diseñada para medir varios grados de victimización sexual y es capaz de identificar víctimas invisibles de violación mediante 10 ítems con un formato de respuesta sí o no (Koss, y Oros, 1982). La investigación ha demostrado que el SES tiene una fiabilidad de .74 en mujeres y una validez de .93 (Koss, y Gidycz, 1985). En el presente caso, el SES pretende medir la victimización sexual únicamente durante la adultez.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

Adicionalmente, en la última sesión del programa, la psicóloga administra una encuesta de satisfacción (ver anexo 6) para que las participantes valoren cualitativamente los contenidos del programa, las profesionales implicadas y la experiencia completa, además de poder indicar dificultades y mejoras. A su vez, las profesionales implicadas rellenan otra encuesta (ver anexo 7) referente al grado de satisfacción con el programa, además de poder también indicar dificultades y mejoras.

Finalmente, se realizan dos evaluaciones post-intervención a los tres y a los seis meses de haber finalizado el programa, administrando en ambos momentos los cuestionarios DBS, el SCS, el SAAS y el SES.

Con todo ello, al ser un análisis de medidas repetidas, en el programa SPSS se realiza la prueba t de Student para comparar los resultados obtenidos en los cuestionarios en el momento pre-intervención y en los dos momentos post-intervención con el objetivo de comprobar si existen diferencias significativas.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

4. Conclusiones.

La presente propuesta tiene el objetivo de crear un programa para prevenir la revictimización sexual de aquellas mujeres que han sufrido una agresión sexual durante su infancia o adolescencia. Para ello, el proyecto cuenta con seis sesiones donde se aborda la sexualidad positiva, la violencia sexual, la asertividad sexual, las emociones, el empoderamiento, y los recursos existentes para víctimas de agresiones sexuales. Así, la finalidad es psicoeducar y dar herramientas a las mujeres participantes para prevenir y afrontar dicha violencia.

A pesar de no haberse llevado a cabo, la propuesta tiene debilidades y fortalezas.

Por un lado, como debilidades, el programa deja fuera a las mujeres de nacionalidad no española, las cuales en 2021 constituyeron el 21,4% de las víctimas de delitos contra la libertad sexual (Ministerio del Interior, 2021) y a aquellas que no interpusieron una denuncia, a pesar de que sólo el 15% de los casos llegan a denunciarse (Save the Children, 2021). Asimismo, durante el proceso de selección de las participantes no se tiene en cuenta si han recibido asistencia psicológica previa ni si se encuentran inmersas en una situación personal grave; pudiendo ambos elementos influir en la eficacia del programa. Finalmente, respecto al programa en concreto, no se trabaja el procesamiento de la anterior agresión sexual, a pesar de que ese tipo de intervenciones han obtenido buenos resultados en la reducción del riesgo de revictimización (Messman-Moore y McConnell, 2018). En este sentido, las dificultades encontradas están relacionadas con la selección de la muestra o con la complejidad de la prevención en mujeres que ya han sido victimizadas.

Por otro lado, con relación a las fortalezas, a diferencia de otros programas de revictimización sexual que sólo utilizan muestra universitaria (Breitenbecher y Gidycz, 1998; Hanson y Gidycz, 1993; Marx et al., 2001; Mouilso et al., 2011), el presente proyecto busca seleccionar mujeres entre 18 y 60 años de todos los ámbitos y niveles socioeconómicos. Además, toda la muestra ha sufrido una agresión sexual previa, en

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

contraposición a otros programas que mezclaban participantes que sí y que no habían sido revictimizadas (Breitenbecher y Gidycz, 1998; Hanson y Gidycz, 1993; Hill et al., 2011). Respecto al número de participantes, a cada taller acuden ocho mujeres ya que se pretende favorecer la comunicación y la visión del grupo como un espacio seguro, además de contar con profesionales con perspectiva de género y formación específica en agresión sexual para ello. Asimismo, a diferencia de los programas analizados (Breitenbecher y Gidycz, 1998; Davis et al., 2006; Hanson y Gidycz, 1993; Hill et al., 2011; Marx et al., 2001; Mouilso et al., 2011) que realizan una o dos sesiones, el presente proyecto cuenta con seis sesiones de dos horas donde se abordan aspectos tanto de violencia sexual como de sexualidad positiva, y es que se ha comprobado que los programas que están siendo más prometedores son aquellos más largos y que involucran a las participantes (Classen et al., 2005).

Por todo lo mencionado, el presente trabajo supone un abordaje distinto y necesario de la prevención de la revictimización. Y es que, a pesar de que los programas existentes son efectivos en producir un cambio de actitud, no lo son en reducir la revictimización (Classen et al., 2005; Messman-Moore y McConnell 2018). Por ello, los elementos aplicados en este programa como un cambio de enfoque en los contenidos, un mayor número de sesiones, una muestra más amplia, una evaluación más exhaustiva, y unas profesionales con perspectiva de género podrían aumentar la efectividad de los programas, lo cual podría disminuir las tasas de revictimización.

En conclusión, la creación de programas para prevenir la revictimización es esencial, ya que las estadísticas muestran que dos de cada tres personas que han sido sexualmente victimizadas sufren posteriormente otras revictimizaciones (Classen et al., 2005). Así, la implementación de estos programas puede suponer un gran avance en la intervención de las secuelas que deja ser víctima de una agresión sexual y en la prevención de la revictimización, especialmente si se realizan desde organizaciones públicas, cualificadas, y con perspectiva de género.

5. Referencias bibliográficas.

- Adorna, R. (2013). *Practicando la escritura terapéutica. 79 ejercicios*. Desclée De Brouwer.
- Arata, C. M. (2000). From child victim to adult victim: a model for predicting sexual revictimization. *Child Maltreatment*, 5(1), 28 – 38. doi: 10.1177/1077559500005001004
- Arata, C. M. (2002). Child sexual abuse and sexual revictimization. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 9(2), 135 – 164. doi: 10.1093/clipsy.9.2.135
- Barnes, J. E., Noll, J. G., Putnam, F. W., y Trickett, P. K. (2009). Sexual and physical revictimization among victims of severe childhood sexual abuse. *Child abuse & neglect*, 33, 412 – 420. doi: 10.1016/j.chiabu.2008.09.013
- Barth, J., Bermetz, L., Heim, E., Trelle, S. & Tonia, T. (2013). The current prevalence of child sexual abuse worldwide: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Public Health*, 58, 469-483. doi: 10.1007/s00038-012-0426-1.
- Basson, R. (2001). Human Sex-Response Cycles. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 27(1), 33–43. doi: 10.1080/00926230152035831
- Breitenbecher, K. H. (2001). Sexual revictimization among women. A review of the literature focusing on empirical investigations. *Aggression and Violent Behavior*, 6, 415 – 432. doi: 10.1016/S1359-1789(00)00014-8
- Breitenbecher, K. H. y Gidycz, C. A. (1998). An empirical evaluation of a program designed to reduce the risk of multiple sexual victimization. *Journal of Interpersonal Violence*, 13(4), 472 – 488. doi: 10.1177/088626098013004004
- Bucay, J. (2020). *Déjame que te cuente: los cuentos que me enseñaron a vivir*. DEBOLSILLO.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

Cambio Existencial. (2 de julio de 2019). *Función de las emociones – Inteligencia emocional* [Archivo de vídeo]. Youtube.

https://www.youtube.com/watch?v=L_eb8qT6-0

Cantón-Cortés, D., Cortés, M. R. (2015). Consecuencias del abuso sexual infantil: una revisión de las variables intervinientes. *Anales de Psicología*, 31(2), 552 – 561. doi:10.6018/analesps.31.2.180771

Castanyer Mayer-Spiess, O. (2010). *La asertividad: expresión de una sana autoestima*. (32ª ed.). Desclée de Brouwer. <https://elibro.net/es/ereader/bibliouah/47614>

Classen, C. C., Gronskeya Palesh, O., y Aggarwal, R. (2005). Sexual revictimization: A review of the empirical literature. *Trauma, Violence, & Abuse*, 6, 103–129. doi:10.1177/1524838005275087

Comunidad de Madrid. (s.f.). *Red de atención integral para la violencia de género*. <https://www.comunidad.madrid/servicios/>

Consejo de Europa. (2011). Convenio del Consejo de Europa sobre prevención y lucha contra la violencia contra las mujeres y la violencia doméstica. *Concil of Europe Treaty Series*, 210, 1 – 29. Recuperado de <http://www.mujeresenred.net/IMG/pdf/convenio-de-estambul-2011.pdf>

Davis, R., Guthrie, P., Ross, T., y Sullivan, C. (2006). *Reducing sexual revictimization: a field test with an urban sample*. National Institute of Justice. Recuperado de <https://www.ojp.gov/ncjrs/virtual-library/abstracts/reducing-sexual-revictimization-field-test-urban-sample>

Echeburúa, E. y Guerricaechevarría, C. (2005). Concepto, factores de riesgo y efectos psicopatológicos del abuso sexual infantil. En J. Sanmartín (Eds.), *Violencia contra los niños* (pp. 86-112). Ariel. Recuperado de

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

<https://docplayer.es/36749721-Concepto-factores-de-riesgo-y-efectos-psicopatologicos-del-abuso-sexual-infantil.html>

Elvira, N. y Varela, B. (2015). *Estimar no fa mal! Viu l'amor lliure de violència: projecte de formació per a la prevenció d'abusos sexuals entre iguals en adolescents*. Institut Català de les Dones. <https://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD24866.pdf>

Fundación ANAR. (2020). *Abuso sexual en la infancia y la adolescencia según los afectados y su evolución en España (2008-2019)*. Centro de Estudios ANAR. Recuperado de <https://www.anar.org/wp-content/uploads/2021/12/Estudio-ANAR-abuso-sexual-infancia-adolescencia-240221-1.pdf>

Fundación Aspacia. (25 de noviembre de 2014). *La Línea. #DibujaLaLinea contra la Violencia Sexual. Aspacia* [Archivo de vídeo]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=2rEcPYu0Bj8>

Ghimire, D., y Follete, V. M. (2012). Revictimization: Experiences related to child, adolescent, and adult sexual trauma. En Duckworth, M. P. y Follette, V. M. (Eds.). *Retraumatization: Assessment, treatment, and prevention* (pp. 317–344). Routledge/Taylor & Francis Group.

Hailles, H. P., Yu, R., Danese, A. y Fazel, S. (2019). Long-term outcomes of childhood sexual abuse: an umbrella review. *Lancet Psychiatry*, 6, 830 – 839. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(19\)30286-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(19)30286-X)

Hanson, K. A., y Gidycz, C. A. (1993). Evaluation of a sexual assault prevention program. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(6), 1046 – 1052. doi: 10.1037//0022-006x.61.6.1046

Hébert, M., Lapierre, A., MacIntosh, H. B., y Ménard, A. D. (2020). A review of mediators in the association between child sexual abuse and revictimization in romantic

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

relationships. *Journal of Child Sexual Abuse*, 30(4), 385 – 406. doi: 10.1080/10538712.2020.1801936

Jefatura del Estado. (2022). Ley Orgánica 10/2022, de 6 de septiembre, de garantía integral de la libertad sexual. *BOE*, 215, 1 – 66. Recuperado de <https://www.boe.es/buscar/pdf/2022/BOE-A-2022-14630-consolidado.pdf>

Koss, M. P., & Gidycz, C. A. (1985). Sexual Experiences Survey: Reliability and validity. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53, 422-423. doi: 10.1037//0022-006x.53.3.422

Koss, M. P., & Ores, C. J. (1982). The Sexual Experiences Survey: A research instrument investigating sexual aggression and victimization. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, 455-457. doi: 10.1037//0022-006x.50.3.455

Lau, M., y Kristensen, E. (2010). Sexual revictimization in a clinical sample of women reporting childhood sexual abuse. *Nord J Psychiatry*, 64(1), 4 – 10. doi: 10.3109/08039480903191205.

León Sánchez, A. (2018). *Hablemos sobre la violencia sexual: parte II – los mitos sobre la violencia sexual y el consentimiento sexual*. <https://cuny.manifoldapp.org/read/hablemos-sobre-violencia-sexual-parte-2-los-mitos-sobre-violencia-sexual-y-el-consentimiento-sexual/section/17804a29-c75b-450d-9a6d-3b3aa7909844>

Macy, R. J. (2008). A research agenda for sexual revictimization. Priority areas and innovative statistical methods. *Violence Against Women*, 14(10), 1128 – 1147. doi: 10.1177/1077801208322701

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

Marx, B. P., Calhoun, K. S., Wilson, A. E., y Meyerson, L. A. (2001). Sexual revictimization prevention: an outcome evaluation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 69*(1), 25 – 32. doi: 10.1037//0022-006X.69.1.25

McKay, M., Wood, J. C., y Brantley, J. (2017). Habilidades avanzadas de mindfulness. En McKay, M., Wood, J. C., y Brantley, J. (Ed.). *Manual práctico de Terapia Dialéctico Conductual: ejercicios prácticos de TDC para aprendizaje de Mindfulness, eficacia interpersonal, regulación emocional y tolerancia a la angustia* (2a. ed., pp. 131 – 176). Desclée de Brouwer. <https://elibro.net/es/ereader/bibliouah/127900>

Megías, J. L., Romero-Sánchez, M., Durán, M., Moya, M. y Bohner, G. (2011). Spanish Validation of the Acceptance of Modern Myths about Sexual Aggression Scale (AMMSA). *The Spanish Journal of Psychology, 14*(2), 912 – 925. doi: 10.5209/rev_SJOP.2011.v14.n2.37

Messman-Moore, T. L., y Long, P. J. (1996). Child sexual abuse and its relationship to revictimization in adult women: a review. *Clinical Psychology Review, 16*(5), 397 – 420. doi: 10.1016/0272-7358(96)00019-0

Messman-Moore, T. L., y Long, P. J. (2000). Child sexual abuse and revictimization in the form of adult sexual abuse, adult physical abuse, and adult psychological maltreatment. *Journal of Interpersonal Violence, 15*, 489 – 502. doi: 10.1177/088626000015005003

Messman-Moore, T. L., y Long, P. J. (2003). The role of childhood sexual abuse sequelae in the sexual revictimization of women. An empirical review and theoretical reformulation. *Clinical Psychology Review, 23*, 537 – 571. doi: 10.1016/S0272-7358(02)00203-9

Messman-Moore, T. L., y McConnell, A. A. (2018). Intervention for sexual revictimization among college women. En Orchowski, K., y Gidycz, C. (Eds.) *Sexual assault risk*

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

reduction and resistance. Theory, Research, and Practice (pp. 309-330). Academic Press.

Ministerio del Interior (2021). *Informe sobre delitos contra la libertad e indemnidad sexual*. España: Gobierno de España. Recuperado de <https://www.interior.gob.es/opencms/pdf/prensa/balances-e-informes/2021/Informe-delitos-contra-la-libertad-e-indemnidad-sexual-2021.pdf>

Mouilso, E. R., Calhoun K. S. y Gidycz, C. A. (2011). Effects of participation in a sexual assault risk reduction program on psychological distress following revictimization. *Journal of Interpersonal Violence*, 26(4), 169 – 788. doi: 10.1177/0886260510365862

Najdowski, C. J., & Ullman, S. E. (2011). The effects of revictimization on coping and depression in female sexual assault victims. *Journal of Traumatic Stress*, 24, 218-221. doi: 10.1002/jts.20610

Olivares Rodríguez, J., Marcià Antón, D., Rosa Alcázar, A. I., y Olivares-Olivares, P. J. (2014). *Intervención psicológica: estrategias, técnicas y tratamientos*. Pirámide.

ONG Mujer Mundo. (5 de octubre de 2017). *El consentimiento, tan simple como una taza de té* [Archivo de vídeo]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=J0pA-iZTt3E>

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2002). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. Washington, D.C., Estados Unidos: Organización Panamericana de la Salud. Recuperado de https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/en/summary_es.pdf

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2013). *Comprender y abordar la violencia contra las mujeres. Violencia sexual*. Washington, D.C., Estados Unidos:

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

Organización Panamericana de la Salud. Recuperado de https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/98821/WHO_RHR_12.37_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Rivera-Rivera, L., Allen, B., Chávez-Alaya, R., y Ávila-Burgos, L. (2006). Abuso físico y sexual durante la niñez y revictimización de las mujeres mexicanas durante la edad adulta. *Salud Pública Mex*, 48(2), 268 – 278. Recuperado de <https://saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/4724/4572>

Ruiz, M. A., Villalobos, A., y Díaz, M. I. (2012). Técnicas de modelado y entrenamiento en habilidades sociales. En Ruiz, M. A., Villalobos, A., y Díaz, M. I. (Ed.). *Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales* (pp. 277 – 316). Desclee de Brouwer.

Santos-Iglesias, P., y Sierra, J. C. (2010). El papel de la asertividad sexual humana: una revisión sistemática. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 10(3), 553 – 577. <https://www.redalyc.org/pdf/337/33714079010.pdf>

Santos-Iglesias, P., y Sierra, J. C. (2012). Sexual victimization among Spanish college women and risk factors for sexual revictimization. *Journal of Interpersonal Violence*, 20(10), 1- 18. doi: 10.1177/0886260512445383

Save the Children (2017). *Ojos que no quieren ver: Los abusos sexuales a niños y niñas en España y los fallos del sistema*. Save the Children. Recuperado de https://www.savethechildren.es/sites/default/files/imce/docs/ojos_que_no_quieren_ver_27092017.pdf

Save the Children. (2021). *Los abusos sexuales hacia la infancia en España. Principales características, incidencia, análisis de los fallos del sistema y propuestas para la especialización de los Juzgados y la Fiscalía*. Save the Children. Recuperado de https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2021-11/Los_abusos_sexuales_hacia_la_infancia_en_ESP.pdf

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

Scoglio, A. A., Kraus, S. W., Saczynski, J., Jooma, S., & Molnar, B. E. (2021). Systematic review of risk and protective factors for revictimization after child sexual abuse. *Trauma, Violence, & Abuse, 22*(1), 41 – 53. doi: 10.1177/1524838018823274

SIDA STUDI (14 de febrero de 2020). *Play Party! Hablando del calentón: estrategias de comunicación para sexualidades más placenteras* [Archivo de vídeo]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=C5tVQyJQuws&t=302s>

Simmel, C., Postmus, J. L., y Lee, I. (2012). Sexual revictimization in adult women: examining factors associated with their childhood and adulthood experiences. *Journal of Child Sexual Abuse, 21*, 593 – 611. doi: 10.1080/10538712.2012.690836

Walker, H. E., Freud, J. S., Ellis, R. A., Fraine, S. M., y Wilson, L. C. (2019). The prevalence of sexual revictimization: a meta-analytic review. *Trauma, violence, & abuse, 20*(1), 67 – 80. doi: 10.1177/1524838017692364

Walsh, K., Blaustein, M., Knight, W. G., Spinazzola, J., y van der Kolk, B. A. (2007). Resiliency factors in the relation between childhood sexual abuse and adulthood sexual assault in college-age women. *Journal of Child Sexual Abuse, 16*, 1–17. doi:10.1300/J070v16n01_01

Wyatt, G. E., Guthrie, D., y Notgrass, C. M. (1992). Differential effects of women's child sexual abuse and subsequent sexual revictimization. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 60*, 167 – 173. doi: 10.1037//0022-006x.60.2.167

6. Anexos.

6.1. Anexo 1. Tabla resumen de los programas de intervención analizados.

Autores, título y año	Objetivos del programa de intervención	del Población y contexto de aplicación	Metodología, recursos, procedimiento	Resultados	Fortalezas y debilidades
Hanson, K. A. y Gidycz, C. A. (1993). Evaluation of a sexual assault prevention program. <i>Journal of Consulting and Clinical Psychology</i> .	Psicoeducar sobre el abuso sexual y los factores sociales implicados, eliminar los mitos sobre la violación, enseñar estrategias preventivas, modificar conductas de riesgo, promover la comunicación sexual efectiva y reducir la incidencia del abuso sexual.	346 mujeres de psicología de universidades estadounidenses, de las cuales 181 formaron parte del grupo experimental y 165 del grupo control.	El grupo experimental realizó una sesión que consistía en desmentir los mitos sobre la violación, ver un vídeo sobre el escenario de una violación por un conocido y un vídeo sobre conductas de protección, información sobre cómo prevenir la violación por parte de un conocido, y un grupo de discusión.	El programa fue eficaz en reducir la incidencia de abuso sexual, además de afectar en los comportamientos de riesgo, y el conocimiento sobre abuso y comunicación sexual en aquellas participantes sin historial de victimización. Sin embargo, no fue eficaz en aquellas participantes que habían sufrido algún abuso sexual antes del programa.	Primer programa eficaz en mujeres no revictimizadas. Muestra amplia. No asignación aleatoria participantes-grupos. El historial de abusos sexual se evalúa después de elegir la muestra. No es eficaz en mujeres con historial de abuso sexual. Sólo población universitaria. Una evaluación a las nueve semanas.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

Breitenbecher, K. H. y Gidycz, C. A. (1998). An empirical evaluation of a program designed to reduce the risk of multiple sexual victimization. Journal of Interpersonal Violence.	Incrementar el conocimiento del abuso sexual, la revictimización y los factores sociales implicados, psicoeducar sobre la victimización sexual como factor de riesgo en el futuro, eliminar los mitos sobre la violación, y educar en estrategias preventivas.	406 estudiantes de psicología de universidades estadounidenses, siendo 195 parte del grupo control y 211 del grupo experimental.	mujeres de psicología de universidades estadounidenses, siendo 195 parte del grupo control y 211 del grupo experimental.	El grupo experimental realizó una sesión que consistía en psicoeducación sobre la prevalencia de agresión sexual en la universidad, y sobre los mitos sobre la violación, ver un vídeo sobre sucesos que puede llevar a una agresión, debate sobre los efectos de una primera victimización como riesgo para la revictimización, ver un vídeo sobre conductas de protección y enseñar estrategias de reducción de riesgo.	El programa no fue eficaz para reducir la incidencia, modificar las conductas de riesgo, la comunicación sexual o la conciencia del abuso sexual, independientemente de si las participantes habían sufrido o no un abuso sexual previamente.	Muestra amplia. No asignación aleatoria participantes-grupos. El historial de abusos sexual se evalúa después de elegir la muestra. Una única sesión no es suficiente. Sólo población universitaria. Una evaluación a las nueve semanas.
Marx, B. P., Calhoun, K. S., Wilson, A. E., y Meyerson, L. A. (2001). Sexual revictimization prevention: an	El objetivo general era reducir la incidencia de la revictimización sexual. Para ello, los objetivos específicos	61 estudiantes de universidades estadounidenses con antecedentes de victimización sexual,	mujeres de universidades estadounidenses con antecedentes de victimización sexual,	El grupo experimental realizó dos sesiones de dos horas cada una, que consistieron en psicoeducación sobre el abuso	El programa se mostró eficaz en reducir la incidencia de revictimización sexual, incrementando	Enfoque más práctico y personal. Grupos de 5-10 personas para favorecer la comunicación, y

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

<p>outcome evaluation. Journal of Consulting and Clinical Psychology</p>	<p>eran: psicoeducar sobre el abuso sexual y los factores sociales implicados, enseñar estrategias para prevenir relaciones sexuales no consentidas, modificar las conductas de riesgo, y fomentar habilidades de reconocimiento del riesgo, resolución de problemas, asertividad y comunicación.</p>	<p>siendo asignadas aleatoriamente 24 de ellas al grupo experimental y 37 al grupo control.</p>	<p>sexual, ver un vídeo sobre sucesos que puede llevar a una agresión, discutir factores de riesgo y actuaciones para evitarlos, reflexionar sobre sus propios factores de riesgo, y entrenamiento en habilidades de reconocimiento del riesgo y la respuesta ante él, resolución de problemas, asertividad y comunicación.</p>	<p>significativamente la autoeficacia y disminuyendo el malestar. Sin embargo, no se vio diferencia en el riesgo en el grupo control y experimental.</p>	<p>profesionales del género femenino. Sólo una evaluación a los 2 meses. Poca muestra. Sólo población universitaria.</p>
<p>Davis, R., Guthrie, P., Ross, T., y Sullivan, C. (2006). Reducing sexual revictimization: a field test with an urban sample. National Institute of Justice</p>	<p>No aparecen los objetivos específicos del programa, aunque indica que su finalidad es crear una intervención práctica y del día a día sobre seguridad y supervivencia en el proceso de recuperación.</p>	<p>84 mujeres víctimas de múltiples abusos sexuales durante la infancia o adultez que reciben o habían recibido asesoramiento psicológico en recursos para víctimas de violencia en EE.UU., siendo 46</p>	<p>El grupo experimental realizó dos sesiones de dos horas cada una sobre cómo evitar los abusos sexuales, que consistieron en psicoeducación sobre el abuso sexual, los agresores y sus tácticas, la</p>	<p>El programa no mostró ser eficaz en reducir el riesgo a sufrir un abuso sexual. No obstante, la evaluación cualitativa del programa hecho por las participantes indica que disfrutaron el programa y creen</p>	<p>Toda la muestra ha sufrido una primera victimización. Enfoque más práctico y personal. Antes de realizar el programa, realizan entrevistas con mujeres víctimas para conocer mejor los factores</p>

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

		aleatoriamente asignadas al grupo experimental y 38 al grupo control.	socialización de género, y los factores de riesgo, enseñar estrategias para evitar experiencias sexuales no consentidas, estrategias para percibir el riesgo, estrategias para salir de situaciones en las que se va a producir una agresión sexual y entrenamiento en asertividad.	que fue una experiencia emocional positiva.	involucrados en la revictimización. Población más variada. Aleatorización de los participantes comprometida. No se diferencia entre victimización en la infancia y en la adultez. Poco tamaño muestral. Sólo una evaluación a los 6 meses.	
Hill, J. M., Vernig, P. M., Lee, J. K., Brown, C., y Orsillo, S. M. (2011). The development of a brief acceptance and mindfulness-based program aimed at reducing sexual revictimization among college women with a history of childhood	El objetivo general es desarrollar un programa de prevención breve de abuso sexual y examinar su eficacia en reducir la revictimización en universitarias sin y con historial de ASI.	95 estudiantes de psicología de una universidad inglesa, de las cuales 30 habían sufrido un ASI.	mujeres de una universidad inglesa, de las cuales 30 habían sufrido un ASI.	El programa consistía en dos sesiones de dos horas cada una que consistieron en hablar de estrategias de afrontamiento, realizar ejercicios de respiración, psicoeducación sobre el mindfulness, los valores personales, el	El programa no fue efectivo en reducir la incidencia de abuso sexual, aunque pudo tener algún efecto en reducir el riesgo a ser agredida.	Grupos de 5-8 mujeres y acomodación de horarios para facilitar asistencia. Nueva perspectiva. No aleatorización participantes-grupos para maximizar la participación.

sexual abuse. Journal of Clinical Psychology			empoderamiento y la meditación.		Sólo una evaluación a los 2 meses.
No se aborda nada de sexualidad.					
Mouilso, E. R., Calhoum K. S. y Gidycz, C. A. (2011). Effects of participation in a sexual assault risk reduction program on psychological distress following revictimization. Journal of Interpersonal Violence	El objetivo general es explorar la relación entre participar en un programa de reducción de riesgo de abuso sexual y el malestar posterior a la revictimización sexual.	147 mujeres de universidades estadounidenses que habían sufrido una victimización durante la adolescencia, de las cuales 61 fueron asignadas aleatoriamente al grupo experimental y 86 al grupo control.	El grupo experimental realizó dos sesiones de cuatro horas cada una, que consistieron en psicoeducación sobre creencias y emociones relacionadas con la violación, los mitos sobre la violación y sobre las víctimas, resolución de problemas, asertividad, y valoración y puesta en común de los factores de riesgo individuales.	La participación en el programa mitigó la severidad del malestar emocional después de la revictimización, siendo más importante la frecuencia y severidad de la revictimización en el grupo experimental y la autoinculpación en el grupo control.	Un programa más largo y eficaz. La definición de revictimización puede influir en los resultados. Sólo población universitaria. No reduce la revictimización. Sólo una evaluación a los 4 meses

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

6.2. Anexo 2. ¿Son estas situaciones agresiones sexuales?

Un compañero de trabajo te toca el culo.

Un chico intenta liarse contigo estando borracha.

La persona con la que te vas a acostar se niega a utilizar preservativo aunque se lo pidas

Te acuestas con tu pareja porque dice que si no lo haces significa que no le quieres.

Un hombre te aborda a la entrada de tu casa y te fuerza a mantener relaciones sexuales.

Te drogan en una fiesta para intentar aprovecharse de ti.

El chico con el que sales te chantajea para que le realices sexo oral.

Te graban manteniendo relaciones sexuales sin tu consentimiento.

Un profesor se aprovecha de su posición para meterte mano.

Un chico te manosea en una fiesta sin tu consentimiento

Empiezas una relación sexual consentida pero después le pides a la otra persona que pare y no te hace caso.

Una persona se quita el preservativo mientras mantienes relaciones sexuales con ella sin tu consentimiento o sin tu conocimiento.

Tu pareja se enfada contigo cuando no quieres mantener relaciones sexuales.

Te obligan a visualizar pornografía.

Tu pareja te toca mientras estás dormida.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

6.3. Anexo 3. Cómo ser asertivo.

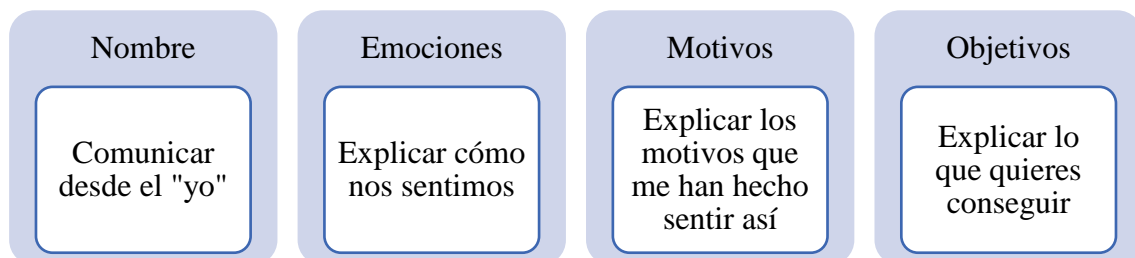
Una de las habilidades sociales más importante es la asertividad, que se define como la capacidad de expresar directa y adecuadamente tus opiniones, sentimientos, derechos y necesidades sin vulnerar los derechos del otro (Ruiz et al., 2012).

Para ello, podemos utilizar los *mensajes yo*. Los *mensajes yo* se basan en tu propia percepción sobre cómo te sientes, permiten a la otra persona conocer tus emociones, no implican juicios, y generan mayor empatía y comprensión (McKay et al., 2017).

De esta forma, podemos cambiar los *mensajes tú* por *mensajes yo*.

- “Me sacas de quicio” → “en este momento, yo me siento alterado”
- “Si no escuchas lo que te estoy diciendo, no voy a volver a hablar contigo” → “me siento molesto cuando me ignoras”.
- “¿Por qué me sigues haciendo esto?” → “me siento dolido cuando haces esto”.

¿Cómo podemos construir *mensajes yo*? Con la técnica NEMO:



Además, algunas de las técnicas de asertividad que podemos utilizar son (Castanyer Mayer-Spiess, 2010):

- a) Disco rayado: se repite el mensaje una y otra vez, desde la calma, sin comenzar una discusión.

- ¿Por qué no has hecho lo que te he pedido?
- Lo siento, no he tenido tiempo todavía.
- ¡Es que nunca tienes tiempo para las cosas que te pido yo!
- He estado haciendo más cosas y no he tenido aún tiempo de hacerlo.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

- b) Banco de niebla: se da la razón a la otra persona en la parte de su crítica que creamos que puede ser cierta, sin entrar en discusiones mayores y sin cambiar de postura.

- Siempre llegamos tarde por tu culpa, te pasas mucho tiempo maquillándote, peinándote y vistiéndote.
- Es posible que tarde mucho tiempo en arreglarme.

- c) Técnica para el cambio: se enfoca la discusión desde una visión global para analizar lo que está sucediendo entre ambas personas.

- Nunca me escuchas cuando te hablo.
- ¡Mentira! Es que no te callas y es difícil seguirte.
- ¡Cómo te atreves!
- Esta discusión es posible que no nos lleve a ningún lado y luego nos arrepintamos de lo que hemos dicho, vamos a valorar si merece la pena continuar o no.

- d) Técnica de ignorar: si la otra persona se encuentra muy alterada a nivel emocional se expresa de forma empática que es preferible hablar en otro momento.

- ¡Estoy hartos! Siempre haces lo que te da la gana.
- Creo que ahora estás muy enfadada y es mejor que hablemos de esto en otro momento donde te encuentres más tranquilo.

- e) Técnica de la pregunta asertiva: se toma la crítica de la otra persona como algo positivo, formulando una pregunta sobre cómo se puede mejorar en ese aspecto.

- Siento que no colaboras nada con las tareas del hogar.
- ¿Qué te gustaría que hiciera?

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

6.4. Anexo 4. Frases de presión sexual.

Si me quisieras, te acostarías conmigo.

Ya verás como te va a gustar.

No me hagas esto.

Si no querías hacerlo, ¿por qué me provocas?

Si no lo hacemos me acabaré buscando a otra.

Pero si tienes tantas ganas como yo, no te hagas la difícil.

Todo es perfecto, ¿por qué tienes que arruinarlo?

Seguro que no quieres acostarte conmigo porque lo estás haciendo con otro.

Pero qué más da, si ya hemos tenido relaciones sexuales sin condón antes.

Vamos a tomarnos una copa, ya verás como te relajas un poco.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

6.5. Anexo 5. Cómo afrontar situaciones desagradables (Olivares Rodríguez et al., 2014).

Cuando nos enfrentamos a una situación aversiva donde aparece un alto nivel de estrés o ansiedad, las palabras que nos decimos a nosotras mismas se vuelven muy importantes. Decirnos “no puedo”, “no soy capaz” o “seguro que lo hago mal” dificultan dar una respuesta adecuada y eficaz ante dichas situaciones. Para ello, existen cuatro pasos que podemos dar para afrontar una situación desagradable:

I. Fase de preparación previa al enfrentamiento con el estresor.

Excepto en acontecimientos inesperados, podemos prever y anticipar una situación que nos va a causar estrés o ansiedad, lo cual nos permite prepararnos para combatir los pensamientos desagradables e identificar rápidamente el elemento que nos va a generar esas emociones. Así, podemos utilizar frases como: “¿qué tengo que hacer?”, “¿cómo puedo hacerlo?”, o “sé que puedo hacerlo”.

II. Fase de confrontación real con la situación.

Debemos enfrentarnos a la situación para conseguir controlar la reacción de estrés o ansiedad. Por ello, es importante reafirmarnos en la posibilidad de abordar la situación con éxito diciéndonos “puedo hacerlo”, o “ya lo he hecho antes, puedo hacerlo ahora”.

III. Fase de afrontamiento de las emociones durante la situación.

Cuando nos estamos enfrentando a la situación y sentimos que estamos a punto de perder el control, es útil utilizar estrategias como la respiración diafragmática o repetirnos frases como “voy a respirar lentamente y la ansiedad irá desapareciendo”, o “sabía que esto podía pasar, pero puedo controlarlo”.

IV. Valoración de los esfuerzos realizados.

Tras abordar una situación que produce tanto malestar y que nos resulta muy difícil afrontar, es importante reforzar el progreso que hemos realizado y el esfuerzo empleado diciéndonos “cada vez lo hago mejor”, o “no salió bien, pero voy a seguir esforzándome”.

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

6.6. Anexo 6. Encuesta de satisfacción para las participantes.

Puntúa del 1 al 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho, tu grado de acuerdo con las siguientes afirmaciones:

	1	2	3	4	5
He asistido a todas las sesiones del programa.					
He participado activamente en el programa.					
Las sesiones me han resultado interesantes.					
El contenido de las sesiones me ha ayudado.					
He adquirido habilidades y recursos que antes no tenía.					
Las profesionales se han mostrado abiertas al diálogo.					
Me he sentido cómoda con las profesionales.					
El programa se ha impartido de forma dinámica.					
Me han quedado claros la mayoría de los conceptos.					
La actitud de las participantes ha sido buena.					
La documentación utilizada ha sido útil.					
La sala y los medios utilizados han sido adecuados.					
La organización, en general, ha sido buena.					
El programa me será útil en el futuro.					
Mi grado de satisfacción en general con el programa es alto.					

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

Por último, si quieres, puedes aportar tu opinión más profundamente:

¿Qué ha sido lo mejor del programa?

¿Qué dificultades te has encontrado?

¿Qué cambiarías del programa?

¿Cuál ha sido tu experiencia personal durante el programa?

La revictimización sexual: un programa de prevención para mujeres agredidas sexualmente en la infancia y/o adolescencia.

6.7. Anexo 7. Encuesta de satisfacción para las profesionales.

Puntúa del 1 al 5, siendo 1 muy poco y 5 mucho, tu grado de satisfacción respecto a:

	1	2	3	4	5
Tu puesto dentro del programa					
Las participantes					
Los medios y recursos utilizados					
Los contenidos del programa					
El resto de profesionales					
El programa de forma general					

Por último, si quieres, puedes aportar tu opinión más profundamente:

¿Qué aspectos positivos y negativos percibes de la gestión del programa?

¿Qué dificultades te has encontrado?

¿Qué aspectos mejorarías?

¿Cómo ha sido tu experiencia con el programa?