

El asesoramiento grupal: una herramienta para el fortalecimiento del emprendimiento integral de mujeres en estado de vulnerabilidad

María Alejandra Vera Mujica¹

UNESR. Núcleo CEPAP | *marialecepap@gmail.com*

Fecha de recepción; 18 mayo 2023

Fecha de aceptación; 15 agosto 2023

RESUMEN

Este trabajo expone el uso del asesoramiento grupal como una herramienta para el emprendimiento integral de mujeres en situación de vulnerabilidad. Se plantea la recuperación y valoración crítica de la experiencia personal colectiva vivenciada por las mujeres para conocer, intercambiar y difundir lo más importante de ellas. Analizando e identificando sus riquezas y limitantes, para proponer unas líneas de trabajo que contribuyan con el empoderamiento de las mujeres en todos los ámbitos de su vida social, económico, cultural, espiritual y familiar. Se trabajó bajo un enfoque cualitativo, utilizando como metodología las historias de vida, se seleccionaron catorce mujeres atendidas desde el programa social del Estado venezolano Misión Madres del Barrio. Se apoya bajo una serie de técnicas como entrevistas en profundidad, testimonios focalizados, documentación y observaciones directas.

Palabras clave: Asesoramiento; Mujeres; Emprendimiento integral; Historias de vida; Empoderamiento; Desarrollo humano.

¹ Soy docente universitaria con experiencias en microfinanciamiento, educación popular, trabajo social, estructuras de costo pesquera, gerencia de programas sociales y terapeuta en programación neurolingüística. Actualmente coordino formaciones en el área de medicina alternativa y proyectos socioproduktivos. He desarrollado estudios en Maestría de Asesoramiento y Desarrollo Humano y Licenciatura en Educación.

Universalmente las mujeres llevamos toda la carga familiar, desde traer al mundo a los hijos hasta ser partícipe directa en todo el trayecto de sus vidas, por eso es necesario que tenga una vida óptima y llena de oportunidades, esto ha sido una preocupación permanente del Gobierno Bolivariano desde que el Comandante Supremo Hugo Chávez Frías llegó a la presidencia de la República hasta el actual Presidente Nicolás Maduro Moros, lo podemos apreciar en el Objetivo N° 2.2 del Plan de la Patria 2019-2025, específicamente en los sub objetivos:

Incorporar la perspectiva de la igualdad de género en las políticas públicas, que garanticen los derechos de las mujeres y promuevan la no discriminación y protección de los grupos socialmente vulnerables.

Profundizar la promoción y protección social de los derechos de las mujeres en situación de vulnerabilidad.

2.2.1.2.4. Garantizar la protección de grupos vulnerables, así como la prevención y atención de casos de violencia de género o de discriminación, brindando herramientas a las familias, comunidades, organizaciones populares e instituciones para la detección y atención de casos de violencia o de vulnerabilidad frente a la violencia, con el fin de evitar que la responsabilidad de la denuncia y de la ruptura del ciclo de violencia recaiga exclusivamente sobre la víctima.

Pero para alcanzar lo que se proponen los sub-objetivos del Plan de la Patria 2019-2025 señalados anteriormente, es necesario identificar los problemas, las necesidades, fortalecer las habilidades y destrezas que poseen las mujeres en situación de vulnerabilidad, fortalecer su yo interior, apoyarlas ya sea

para continuar estudios y llevarlo a otro nivel o que se inicien en lo laboral con programas de capacitación a corto plazo. Sin embargo, muchos de estos programas no se enfocan sistemáticamente en los problemas y necesidades que tienen y enfrentan las mujeres en todas y cada una de sus dimensiones biológica, psicológica, social y espiritual. Cada una de estas dimensiones se encuentra en relación permanente y simultánea con las otras, formando un todo en el cual ninguna se puede reducir o subordinar a otra, ni puede ser contemplada de forma aislada. En conjunto, las diversas dimensiones dotan a la persona de capacidades y posibilidades específicas para conducirse en su vida diaria.

Desde mi ingreso al programa de la maestría en asesoramiento y desarrollo humano me interesé en estudiar y analizar el tema de mujeres en situación de vulnerabilidad y las políticas públicas destinadas a ese sector; realicé contacto con la Fundación Misión Madres del Barrio, Josefa Joaquina Sánchez, la cual cambia su denominación a Fundación Gran Misión Hogares de la Patria según Decreto N°2.768 de fecha 21 de marzo de 2017 continuando adscrita al Ministerio del Poder Popular para la Mujer y la Igualdad de Género.

El objetivo de la Misión Madres del Barrio es apoyar a las mujeres en situación de vulnerabilidad, pobreza y pobreza extrema y a sus familias, para que puedan incorporarse a actividades productivas y organizarse a participar activamente en el desarrollo del país.

A finales del año 2016 hago contacto con la Coordinación del Distrito Capital y conozco el Comité Madres del Barrio (CMB) del eje 5, el cual está conformado por 60 mujeres de los barrios Mario Briceño, Isaías Medina, El Amparo, Niño Jesús y Brisas de Propatria en la parroquia Sucre, Caracas, Venezuela.

Comienzo a asistir a sus reuniones, y en la búsqueda de ir conociéndolas decido poner en práctica los conocimientos adquiridos como promotora socio comunitaria en La Junta Parroquial del Valle, coordinadora y gerente de promoción en FONDEMI y participante del programa de maestría en asesoramiento y desarrollo humano; diseño y aplico una encuesta socioeconómica, visito sus hogares y ejecutando una escucha activa voy creando empatía con estas mujeres que presentan características similares entre sí, tanto en el ámbito social, humano, espiritual como económico. Son luchadoras; alegres; humildes; trabajadoras; sensibles; se encuentran en condiciones de vulnerabilidad y pobreza; les cuesta reconocer sus cualidades o potenciales; suelen tener relaciones personales insatisfechas; temerosas del rechazo; se inclinan humildemente a los deseos de los otros y encierran los suyos en su interior; sin tenerlos en cuenta, les cuesta discriminar cuando las explotan o rebajan, lo que también les impide defender adecuadamente sus intereses y experimentan habitualmente frustración, bloqueo, inseguridad, insatisfacción, ansiedad, depresión, culpabilidad, ira reprimida o resentimiento.

Son mujeres adultas con poca formación, pero con gran experiencia de vida, son buenas demostrando su experiencia práctica y no están acostumbradas a conceptos teóricos ni a largas charlas. Si bien cuentan con oportunidades muy distintas de acceso a la educación y a otros recursos, tienen en común la falta de tiempo y la gran cantidad de requerimientos a los que responder.

El 30% de las mujeres tienen hijos e hijas con discapacidad; el 45% con problemas de conducta; el 60% viven en condiciones deplorables, donde no funcionan los servicios públicos y si funcionan, es en un bajísimo porcentaje, piden que el gobierno nacional tome en cuenta los temas de inseguridad y

alimentación, pero que pese a todo eso reconocen la labor que ha realizado el Gobierno Bolivariano para atenderlas, ya que antes ni siquiera contaban con la asignación económica que ahora tienen y en el caso de las tres mujeres con discapacidad, reconocen como han sido incluidas y valoradas para el trabajo de organización (participación en los Consejos Comunales y en el CLAP) en sus comunidades.

Les presento un plan de asesoramiento en emprendimiento integral, a lo cual más del 50% dijeron no estar interesadas y el 26,7% no dieron razones, pero decidieron no participar. Quedando un grupo de 14 mujeres interesadas en la propuesta, cuyas edades están entre 30 y 65 años, que viven en los barrios El Amparo, Niño Jesús, Mario Briceño, Isaías Medina y Brisas de Propatria.

EL PLAN DE ASESORAMIENTO GRUPAL: DE ORUGAS A MARIPOSAS

1.- LAS ORUGAS: LA SOMBRA HABLADA

Surgió la educadora popular que habita en mí y apliqué el método de alfabetización de Paulo Freire, el cual aprendí con el profesor Rafael Angulo en mi paso por el Ensayo de Formación de Educadores Populares (ENFOODEP), para enseñar a leer y escribir a tres mujeres hermosas de más de 60 años, afrodescendientes; la primera trabajó desde los 13 años cocinando y limpiando en casas de familias, en cada sesión de trabajo nos deleitaba con sus preparaciones; la segunda de 55 años nacida en Río Caribe estado Sucre, que llegó a la ciudad a los 15 años siguiendo a su amor, víctima de violencia física y psicológica por parte de su cónyuge y la tercera de 30 años caraqueña con una condición neurológica delicada. Al cabo

de los tres meses escribían y leían con mediana fluidez y se inscribieron en la Misión Robinson II para hacer la primaria, en el año 2019 se graduaron de bachiller (Misión Rivas).

2.- LA SALIDA DE LAS ORUGAS: EL MILAGRO

El asesoramiento grupal según García, García O y Torres (2005, p. 224) “es una herramienta asistencial que se inicia con una exploración por parte de los miembros del grupo de su propio mundo a fin de identificar los procesos de pensamientos, sentimientos y acciones que resulten en algún sentido contraproducentes”. Esta herramienta centra sus factores de trabajo en la propia dinámica del grupo, crea todos los elementos necesarios para que cada mujer que participe pueda experimentar un proceso de desaprender – aprender, necesario para que surja en cada una el empoderamiento, ya que no hay una persona externa que la juzgue o le indique que debe hacer y que no, muy por el contrario busca dentro de sí y después al compartir con las otras mujeres conforma su nuevo accionar e ideas, se construye y reconstruye permanentemente.

El empoderamiento hunde sus raíces en los procesos de desarrollo comunitario y de educación liberadora principalmente de América Latina. El autor más influyente, que es el referente teórico y metodológico cuando habló de empoderamiento, es Pablo Freire quien está de Centenario; para Freire (1970), el fin de la educación es permitir al individuo llegar a ser sujeto, construirse como persona, transformar el mundo, estrechar con los otros y otras relaciones de reciprocidad, hacer su cultura, hacer historia. Y las personas se hacen sujeto por medio de la reflexión sobre su situación, cuanto más reflexionen sobre su situación serán más conscientes y estarán más dispuestas a intervenir en la realidad para cambiarla. Es decir, se integran

en un contexto, son conscientemente parte de él, realizan un análisis crítico y se comprometen con el cambio.

Para el desarrollo del empoderamiento, según el modelo de Freire, el proceso de asesoramiento debe ser de ACCIÓN/REFLEXIÓN/ACCIÓN, es decir: partir de las propias experiencias; realizar un diálogo sobre las situaciones que favorezca la interpretación de la realidad; identificar las causas a partir de la problematización de las situaciones; y pasar de la reflexión a la acción para favorecer el cambio personal y social y la toma de decisiones autónomas.

Este proceso de diálogo en las mujeres se dió junto a las historias de vida de cada una de ellas, método biográfico de análisis y transcripción, Martín (1995), que se realiza a raíz de los relatos de cada una sobre su vida, los cuales permitieron conocernos y reconocernos, fue un proceso de introspección, de autoconocimiento que vivimos cada una. Así comenzó un recorrido que permitió a cada mujer y a mí, ser parte del grupo. Este proceso lo comparamos con un espiral, donde partimos de nuestro ser y vamos aprendiendo a amarnos, aceptarnos, nos hacemos más seguras y vamos recorriendo el espiral que cada una tenemos, hasta expandir ese autoconocimiento, que es una luz que ilumina todo a nuestro alrededor. Esta expansión que permea cada dimensión permite que podamos desarrollar y fortalecer el emprendimiento con una visión integral.

Según Timmons (1989), como se citó en Hidalgo (2014):

El emprendimiento significa tomar acciones humanas, creativas para construir algo de valor a partir de prácticamente nada. Es la búsqueda insistente de la oportunidad independientemente de los recursos disponibles o de la carencia de estos.

Requiere una visión y la pasión y el compromiso para guiar a otros en la persecución de dicha visión. También requiere la disposición de tomar riesgos calculados (p. 47).

El estar insatisfecha con lo que es y lo que hemos logrado, hace que queramos alcanzar mayores logros. En este trabajo se aborda el Emprendimiento Integral de la Mujer entendiéndose como el desarrollo de la habilidad para dar respuesta existencial a su vida, la habilidad de responderle a las situaciones que se le presentan y la habilidad para reconocer sus limitaciones. Trabajando en sus cuatro dimensiones biológica, psicológica, social y espiritual para adquirir aptitud y actitudes que junto con el desarrollo del sentido de la vida, responsabilidad y libertad nos permita comenzar y afianzar nuevos retos, nuevos proyectos en cualquiera de los ámbitos de la vida (económico, social, cultural, personal y espiritual).

3.- LAS CRISÁLIDAS EN DANZA

SESIÓN I: MUJER, MADRE Y TRABAJADORA

En el abordaje de la temática estudiada y reflexionada de manera crítica se seleccionó trabajar a través de la bibliografía comentada con el modelo contextual dialéctico específicamente con la teoría del existencialismo planteada por Frankl (1991), la cual plantea que la voluntad de sentido es la motivación primaria del ser humano, lo que permite encontrar sentido a situaciones difíciles que conllevan sufrimiento y que estas se conviertan así en oportunidades de crecimiento para las personas que las viven. Esta teoría se centra en la vivencia de los valores que nos permite encontrar sentido a todos los acontecimientos de nuestra vida permitiéndonos así, vivir una vida más plena.

En ese orden de ideas, Frankl (1991), tiene el mérito de relacionar la filosofía existencial europea de su época y la psicoterapia, lo cual hace que su teoría tenga un enfoque existencial humanista, donde la persona ha de enfrentarse con el sentido de su propia vida para a continuación rectificar la orientación de su conducta en pos de tal sentido. Esta teoría se centra en la capacidad de autotrascendencia (capacidad de renuncia por algo o alguien) y autodistanciamiento (capacidad que posee la persona de objetivar y distanciarse del síntoma y de las situaciones conflictivas que se le presenten), como aspectos fundamentales de la espiritualidad.

El estudio y análisis de esta teoría del existencialismo me permitió seleccionar el método biográfico de historias de vida y la metodología cuenta que teuento, la cual aprendí con el profesor Alí León. Las catorce mujeres realizaron sus historias de vida mediante relatos que se grabaron y luego fueron transcritos por ellas. Las cuatro que no culminaron, dejaron sus historias de vidas con relatos grabados y transcritos en un 30%, ellas se retiraron del grupo, dos se fueron del país, una fue diagnosticada de cáncer en el estómago y se fue al estado Trujillo y la otra consiguió empleo en una fábrica y no tenía tiempo para asistir a las sesiones. El motivar a estas mujeres a elaborar sus historias de vida y observar cómo iban visibilizando el sentido de su vida y reorientando su accionar, actitudes y aptitudes en concordancia a ese sentido que estaba dentro de ellas invisibilizado; me llevó a revisar mi autobiografía escrita años antes y comenzar un proceso de reconocimiento interno de potencialidades, destrezas que se habían dormido a lo largo del recorrido de mi vida.

SESIÓN II: SUEÑOS, PROYECTO DE VIDA, DECISIONES

Así se veían ellas al comenzar este recorrido: luchadoras, alegres, humildes, trabajadoras, sensibles, con relaciones personales insatisfechas, resignadas, temerosas del rechazo, les cuesta defender adecuadamente sus derechos e intereses, rodeadas de personas que las dominan, sienten frustración, inseguridad, insatisfacción, ansiedad, depresión, culpabilidad y resentimiento.

El proyecto de vida diseñado por cada una, lo iniciaron con la realización de una matriz DOFA personal, metodología que permite definir aspectos internos y externos que favorece el alcance de sus metas, sueños y seguir el sentido de su vida, Serna (2008). Las necesidades que presento a continuación fueron inferidas de la matriz DOFA que cada una desarrolló y de las conversaciones que sostuvimos durante el desarrollo de la primera sesión: preparación académica; obtener una vivienda propia; obtener mayores ingresos, a través de un empleo permanente que les permita alimentarse mejor y cubrir sus necesidades; vivir con sus hijos; no sentirse sola; sentirse valorada; pensar en ella; aumentar su autoestima; no depender de los demás y ayuda para sus hijos con discapacidad.

SESIÓN III: RELACIÓN CONMIGO MISMA Y CÓMO ME RELACIONO CON MI ENTORNO

En esta sesión, trabajé la importancia del desarrollo espiritual y social en la mujer para que logre un emprendimiento integral a través de que cada una realice el contacto con su ser interior, lo cual fortalecerá la visibilidad del sentido de su vida, sus acciones y su existencia, sin tomar en cuenta las condiciones externas que las rodean, lo que significa que

aprendan cómo encontrar disfrute en el día a día. Para lo cual utilicé varias herramientas; tales como técnicas de relajación y respiración; dinámicas de negociación, de comunicación asertiva, de autoreconocimiento, de verse en la otra persona y de manejo del conflicto.

Analizamos nuestro papel como mujeres en esta sociedad, donde la que trabaja con una remuneración, llega a casa a realizar el trabajo doméstico, a cumplir sus responsabilidades de madre, esposa, hija, hermana, vecina; siempre estamos para los y las demás y no establecemos tiempo para nosotras, porque hacerlo es perder el tiempo, es sentirnos culpables y de esta forma vamos invisibilizando nuestra esencia y al comenzar a dedicar tiempo para hacer contacto con nuestro ser comienza una tormenta interna hasta que con el trabajo grupal con las otras y la profundización en el trabajo con nuestro ser interior aparece un hermoso arcoíris que llena de colores nuestro entorno. La aparición de ese arcoíris en cada una de las mujeres y en mí lo celebramos con una actividad del fuego sagrado, celebrando el encuentro con el ser interno y el ser una con el Universo.

SESIÓN IV: GESTIÓN DE LAS EMOCIONES Y LA ALIMENTACIÓN PARA MANTENERME SANA

Trabajamos en esta sesión el gestionar las emociones y la importancia de la alimentación para mantenerse sana. Cuando diseñé el plan, coloqué esta sesión debido a lo que el 45% de las mujeres me expresaron en las conversaciones que sostuvimos, su preocupación por el descontrol y desequilibrio que tenían con el peso de su cuerpo, las ganas excesivas o muy pocas de comer, la dificultad para conseguir alimentos y que no

conocían cómo aprovechar los alimentos que podían comprar para nutrirse ellas y sus familias.

El estado emocional y la capacidad de gestionarlo puede impulsar o disminuir nuestra forma de comer y el tipo de alimentos que deseamos. En medio de un mar de emociones como la ansiedad, la tristeza, la alegría, la nostalgia, la culpa, entre otras; condicionan el tipo de alimentos que consumimos, la cantidad y la frecuencia, si bien un factor primordial para la adquisición de los alimentos es el poder adquisitivo que tenemos, las emociones también condicionan el tipo y cantidad de alimento que compramos y consumimos. De allí la importancia de la gestión de las emociones para mantenernos sana física, psicológica y socialmente (establecer y mantener relaciones).

Vidal (2015) refiriéndose a Rozin menciona en un artículo publicado en 1996, el papel de la comida a lo largo de nuestra vida y cómo esta influye sobre la trayectoria biológica, social, individual y cultural. Nos habla de la importancia de la adaptación adecuada a la alimentación, en la que para conseguirlo hay que resolver problemas, al igual que resolvemos problemas en otros aspectos vitales, como parte de nuestra supervivencia. También señala cómo, a través de la comida, se estudia al ser humano y se observan la adquisición de procesos en la transmisión de preferencias, valores, conflictos y afectos (p. 3).

A través de las dinámicas que desarrollé con las mujeres, estas fueron identificando las emociones que les producían las ganas excesivas de comer algunos alimentos y aquellas emociones que les quitaban o les generaban las ganas de comer; posteriormente comencé a trabajar con las técnicas de atención plena o “mindfulness” y fantasía de imágenes racional-emotivas. Al principio, los ejercicios de atención plena costaron mucho para realizarlos pero al final del plan, el 80% de las

mujeres lo habían incorporado a su rutina diaria, percibiendo el cambio que produjo en la canalización de sus emociones. Realizamos un taller facilitado por nutricionistas, donde aprendimos aprovechar totalmente, cada vegetal, tubérculo y fruta que adquirimos, realizar menú de comidas variadas y nutritivas con poco presupuesto y realizar compras en grupo.

SESIÓN V: LOS TRES PILARES Y LA ZONA MÁGICA DEL EMPRENDIMIENTO INTEGRAL

En los encuentros de esta sesión trabajamos la gestión de los tres pilares y la zona mágica del emprendimiento integral en una actividad productiva. Definiendo los tres pilares como: **Sentido**: respuesta existencial que le doy a la vida. **Responsabilidad**: es la habilidad de responderle a la vida. **Libertad**: es la capacidad que tiene la persona de reconocer sus limitaciones. Frankl (1991).

Según Martínez (2020):

La zona mágica, como se le quiera llamar, es la zona donde el aprendizaje es mayor, y a pesar de los retos, problemas e inconvenientes que se puedan enfrentar, la recompensa puede ser tan grande que podría llegar más allá del horizonte de nuestra imaginación. Al ser la zona de lo desconocido es también la zona oscura, y aunque en la oscuridad no se puede ver el camino, sólo en la oscuridad se pueden apreciar las estrellas (p-38).

Construir la zona mágica de emprendimiento integral, es diferente para cada mujer, esto debido a que las fortalezas, debilidades, oportunidades, amenazas, problemas, retos, sueños, habilidades, destrezas y aprendizajes son diferentes para cada una. Para llegar a construir la zona mágica, debemos

identificar cuál es nuestra zona de confort, y saber que fuera de ella existe un universo de posibilidades donde se encuentran nuestros sueños. Si nos quedamos en la zona de confort, no podremos alcanzar nuestras aspiraciones, para lograr salir de allí debemos primordialmente creer en nosotras, ser persistentes, planificarnos y proyectar nuestros sueños en combinación con nuestras fortalezas (proyecto de vida).

Con la revisión consciente de lo trabajado en las sesiones anteriores las mujeres lograron identificar sus tres pilares y propusieron escribirlos y colocarlo en el espejo donde se ven todas las mañanas, así mismo identificaron su zona de confort y comenzaron a construir su zona mágica, proceso que les costó y finalizo el plan sin que lo hayan terminado.

SESIÓN VI: MI ACTIVIDAD PRODUCTIVA

En esta última sesión las mujeres elaboraron individual y colectivamente un proyecto socioproductivo basado en el emprendimiento integral, la equidad de género y el empoderamiento de la mujer, a través de la metodología construcción colectiva de proyectos productivos. Alcanzar la equidad de género y el empoderamiento de las mujeres pasa por transformar la economía para reducir las desigualdades y la exclusión social, así como realizar los derechos humanos para todas y todos y garantizar el desarrollo integral de la mujer en su *Ser, Estar, Tener y Haber*.

El empoderamiento de las mujeres pasa por redefinir el concepto de desarrollo, un desarrollo a escala humana que se basa en la búsqueda del desarrollo humano a través de la satisfacción de las necesidades humanas básicas, como lo define Max- Neef (1993) y no basado exclusivamente en términos económicos.

El Comandante Hugo Chávez Frías, valoró y reivindicó la mujer como la sujeta activa y pilar fundamental del desarrollo del país, específicamente en el desarrollo endógeno sustentable, donde expresaba que ella realiza la defensa de lo local como escenario fundamental de la vivencia humana y como condición de articulación armoniosa de los ámbitos regionales y nacionales. La revolución Bolivariana visibilizó a la mujer como parte fundamental en la economía familiar, creó y desarrolla políticas sociales que fomentan el desarrollo integral de la mujer en su Ser, Estar, Tener y Haber. Esto lo observamos desde el Primer Plan Socialista de la Nación hasta el Plan de la Nación 2019-2025de educación, salud y financiamiento dirigidas a las mujeres.

4.- LAS MARIPOSAS

DIEZ DE LAS CATORCE MUJERES REALIZARON EL PLAN DE ASESORAMIENTO GRUPAL PARA EL EMPRENDIMIENTO INTEGRAL COMPLETO LOGRANDO ESCRIBIR SUS HISTORIAS DE VIDA

Diseñaron su proyecto de vida, tres de ellas diseñaron un proyecto de vida en común y en la actualidad lo están desarrollando en Los Valles del Tuy donde consiguieron después de muchas gestiones, llevadas a cabo por ellas mismas que la Misión Vivienda Venezuela le asignara una vivienda a cada una. Una de las cinco mujeres que eran víctimas de violencia de género denunció a su agresor y logró salir de ese ambiente de violencia. Lograron que el banco Bicentenario le finanziara tres proyectos: a) Proyecto Corte y Confección de ropa para niños, niñas, jóvenes y mujeres; b) Proyecto de peluquería, el sueño hecho realidad y c) Proyecto salud a la mesa (proyecto de venta

de comida vegetariana). Son actividades económicas sólidas, constituidas en empresas

La mujer que salió del ambiente de violencia de género en el que vivía desde los 15 años, ahora apoya a otras mujeres que pasan por situaciones similares.

Con el pasar del tiempo vemos ahora unas mujeres más seguras (includiéndome); que creen en sí mismas y en el poder que tienen cuando se unen con otras, bien sea para escucharse, apoyarse, defender sus derechos o bien para emprender proyectos en común; más creativas; que se sienten, mejor dicho, que nos sentimos capaces de lograr todo aquello que deseamos; con control sobre nuestras propias vidas y sus, nuestros tiempos; que tienen y tenemos el poder de decisión, opinamos y ejecutamos las acciones necesarias para vivir la vida que quieren y queremos; que somos responsables por el resultado de acciones en común; que resilientes; se puede salir de la zona de confort y afrontar los miedos; para alcanzar el poder sobre nuestro propio cuerpo y entorno y con independencia económica y emocional.

Finalmente, considero que el empoderamiento de nosotras las mujeres pasa por transformar la economía, para reducir las desigualdades y la exclusión social, así como garantizar el desarrollo humano integral de la mujer en su *Ser, Estar, Tener y Haber*. Todavía queda mucho por hacer para que logremos ser unas mujeres empoderadas bajo esta visión que presento en este escrito, pero por lo menos con el desarrollo de este plan de asesoramiento grupal logramos vernos, sentirnos y actuar como mujeres emprendedoras integrales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, Roberto (2000). Exchange: El Lado Humano de la Economía Digital. Las Nuevas Reglas del Cambio. Ediciones Granica S.A. Barcelona.
- Álamo C. Raquel (2016). La Economía Digital y el Comercio Electrónico. Su Incidencia en el Sistema Tributario. Ediciones DYKINSON. Madrid – España.
- La comisión mundial del medio ambiente (1992). Asamblea General de las Naciones Unidas Disponible en: www.un.org/es/ga/president/65/issues/sustdev.shtml.
- Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (CRBV, 1999). (Gaceta Oficial Nº 5.453 Extraordinario del 24 de marzo de 2.000).
- Decreto Presidencial Nº 4342 del 6 de marzo de 2006. Creación Misión Madres del Barrio.
- Frankl, V. (1991). La psicoterapia al alcance de todos, Editorial Herder. Barcelona, España. Disponible en [htto://psikolibro.blogspt.com](http://psikolibro.blogspt.com).
- Freire, P. (1970). Pedagogía do Oprimido, 25^a ed. (1^a edición: 1970). Rio de Janeiro: Paz e Terra.
- García, García O y Torres (2005). Asesoramiento grupal en duelo traumático. Anaqueles de psiquiatría, Dialnet, Vol. 21, número 5, 223-229. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/ejemplar/123760>.
- Guash, J. (1999). Formación basada en competencias para el desarrollo de un profesional reflexivo. - Tesis de Maestría. Univ. La Habana. Cuba.

- Hidalgo, L (2014). La cultura del emprendimiento y su formación. Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, Ecuador. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5599803.pdf>.
- Ley Constituyente del Plan de la Patria, Proyecto Nacional Simón Bolívar. Tercer Plan Socialista de Desarrollo Económico y Social de la Nación 2019-2025, promulgada en la Gaceta Oficial Extraordinaria N°6.442 de fecha 3 de abril de 2019.
- Ley del Plan de la Patria. Segundo Plan Socialista de Desarrollo Económico y Social de la Nación 2013-2019, promulgada en la Gaceta Oficial Extraordinaria N°6.118 de fecha 4 de diciembre de 2013.
- Martín, A. (1995). Fundamentación Teórica y Uso de las Historias y Relatos de Vida como técnicas de Investigación en Pedagogía Social. *Aula*, 7, 41-60.
- Martínez, M (2020). La zona de confort. Revista de la Universidad Tecnológica de Santiago. N°45. Santiago de Chile, Chile.
- Max-Neef, M. (1993). Desarrollo a Escala Humana Editorial Nordan-Comunidad. Montevideo. Uruguay, pp.25-29.
- PNUD. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (1992). Disponible: http://www.ve.undp.org/content/venezuela/es/home/operations/about_undp.html.
- Vidal, J. (2016). Comprender y modificar el “comer emocional”: una relación disfuncional con la comida, revista en digital Área Humana. Disponible en: <https://www.areahumana.es/comer-emocional/>.
- Vigostsky, L (1987). Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores. Editorial Científico-Técnica. La Habana. Cuba.
- Vygotsky, L. (1995). Pensamiento y lenguaje. Editorial Paidós, Barcelona, España.