

**Universidad De El Salvador
Facultad De Ciencias Y Humanidades
Departamento De Psicología**



Memoria Final De Trabajo de Grado:

“Diseño y validación de un programa de intervención, dirigido a fortalecer la capacidad de resiliencia en estudiantes que han sido víctimas de violencia intrafamiliar, del segundo año del profesorado en matemáticas de la Facultad de Ciencias Naturales y Matemáticas de la Universidad de El Salvador ciclo I/2015.”

ALUMNAS:

Avalos Chávez, Fátima Steffani AC05090.

Alfaro de Orellana, Karen Magaly AH04062.

Medina Valera, Nancy Esmeralda MV06010.

DOCENTE TUTORA:

Msc. Ofelia de los Ángeles Trejo.

COORDINADOR GENERAL DEL PROCESO DE GRADO:

Msc. Evaristo Morales

Ciudad Universitaria, 28 de enero de 2016.

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

RECTOR

LIC. LUIS ARGUETA ANTILLÓN (INTERINO)

VICE-RECTOR ACADEMICO

Pendiente.

VICE-RECTOR ADMINISTRATIVO

ING. CARLOS VILLALTA (INTERINO)

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

DECANO

LICENCIADO JOSÉ VICENTE CUCHILLAS

VICE-DECANO

LICENCIADO EDGAR NICOLÁS AYALA

SECRETARIO DE FACULTAD

MAESTRO JOSÉ PORFIRIO ALVAREZ TURCIOS (INTERINO)

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

JEFE DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

MAESTRO WILBER HERNÁNDEZ

COORDINADOR DEL PROCESO DE GRADO

MSC. EVARISTO MORALES

TRIBUNAL DE PROCESO DE GRADO:

MAESTRA OFELIA DE LOS ANGELES TREJO

MAESTRO VLADIMIR CÓRDOVA FLAMENCO

MAESTRO ANGEL MELÉNDEZ

Agradecimiento:

A la Universidad de El Salvador

Dedicatoria:

Deseo agradecerle a Dios por las oportunidades que me brinda y mostrarme su amor cada día. A la Virgen María Auxiliadora por guiar mi vida en todo momento.

Agradecerle de forma especial a mi mami por todo su amor y su apoyo, mil gracias. Vos que siempre estas empujándome a ser mejor cada día. Te AMO infinitamente, sos mi mejor ejemplo de mujer y te admiro mucho.

Papi, mil gracias por tu amor y apoyo incondicional. Por ser mí mejor amigo y siempre estar junto a mí en las buenas y en las malas. Te AMO

A Jorge Ernesto, quien además de ser mi hermanito ha sido mi apoyo y mi consejero personal. Te AMO Jorgito, sos un excelente hermano.

A Miguel Orozco por brindarme su amor, gracias a vos soy más sabia.

Gracias a mi Familia Varela por forjarme el carácter, por guiarme y por sostenerme siempre. A mi familia Medina, por su apoyo y consejos, por estar siempre pendientes de mí.

Debo hacer una mención especial a Licda. Nohemí Velasco y Licda. Ofelia Trejo por hacer posibles la realización y culminación de este proceso de grado.

A las mujeres de mi vida, que con su ejemplo de trabajo, responsabilidad y amor han despertado mi admiración y ganas de llegar a ser tan exitosas como ustedes. Gracias a todos y todas ustedes soy una mujer de bien y me comprometo a esforzarme siempre por ser cada vez mejor.

Con amor: Nancy Esmeralda Medina Varela.

Agradecimientos:

A mi asesora de Tesis, ya que sin la experiencia profesional y el apoyo que siempre nos mostraron durante esta etapa de nuestro proceso de graduación, no habría sido posible.

Dedicatoria:

Primeramente, agradecerle a Dios por ser el guía de todos mis pasos y regalarme todas las bendiciones a lo largo de mi vida y permitirme llegar a culminar mi formación académica superior.

A mi padre (William Avalos) y madre (Isabel de Avalos) por brindarme su amor, su educación, consejos y sacrificio, sin ellos no sería posible el haber llegado a cumplir unas de mis metas en la vida.

A mis hermanos (Isabel, Ana, Jennifer, William y Paola) por ser el apoyo en muchas caídas durante mi formación académica por brindarme palabras de aliento y confianza, a darme ánimos a seguir adelante superando cada obstáculo que se me presentaba en la vida.

Gracias a la vida por regalarme a mi sobrina Fernanda Isabel porque es una de mis principales fuentes de inspiración y apoyo en este proceso académico.

A mi padrino Tomas Portillo, tía Teresa de Portillo, mi primo José Alejandro Chávez y tío Víctor Chávez por apoyarme incondicionalmente en los buenos y malos momentos de mi formación académica.

Así como también a Ricardo Estrada por su amor, apoyo, paciencia y por estar siempre pendiente de mí en esta etapa de proceso de grado.

A mis mascotas Junior, Kalimba y Bambina Avalos por ser mis compañeros de desvelos durante mi formación académica y realización de mi tesis.

En fin a todas aquellas personas que de alguna manera directa o indirecta siempre colaboraron a través de consejos, ánimos, esfuerzos, etc., en este proyecto de mi vida que ahora estoy materializando como mi Tesis de Graduación.

Fátima Steffani Avalos Chávez.

Agradecimientos:

A la Universidad de El Salvador

Gracias Licda. Ofelia de los Ángeles Trejo por haber sido nuestra asesora durante todo el proceso del desarrollo del presente trabajo de grado; por brindarnos toda su confianza, apoyo, consejos, conocimiento, tiempo y por haber hecho posible la culminación de éste.

Dedicatoria:

Dedico y agradezco a Dios por haberme acompañado y guiado a lo largo de mi carrera, por ser mi fortaleza en los momentos de debilidad y fuente de sabiduría en todo este proceso de aprendizajes; además por brindarme una villa llena de felicidad.

De manera especial le agradezco a mi amado esposo Daniel Orellana, por apoyarme incondicionalmente con sus consejos, conocimiento, tiempo, paciencia; sobre todo por brindarme su amor y por llenar de alegría mis días cuando más lo he necesitado.

Le doy gracias a mi madre Flor Hernández por ser un ejemplo e inspiración de superación en mi vida y mi padre Luis Alfaro, por su apoyo y cuidados hacia mi persona desde que era niña, sé que desde el cielo se siente orgulloso de mí.

A mis hermanas por ser parte importante de mi vida y por todo el amor que me dan siempre.

A mis amigos y compañeros Auri y Pablo, por todo su apoyo durante el tiempo que compartimos juntos en esta carrera.

Agradezco a toda la linda gente que sembró una semillita en mi persona desde el inicio hasta el final de este proceso, brindándome palabras de ánimo, amor, coraje y fuerzas.

Con mucho amor: Karen Alfaro de Orellana.

Índice del Contenido:

	Pág.
Introducción.....	X
I. Justificación del Estudio.....	11
II. Objetivos de la investigación.....	12
2.1 Objetivo General.....	12
2.2 Objetivo Especifico.....	12
III. Marco Teórico.....	13
3.1 Antecedentes.....	13
3.1.1 Definición de la Violencia Intrafamiliar.....	13
3.1.2 Otros tipos de Violencia Intrafamiliar.....	13
3.1.3 Origen de la Violencia Intrafamiliar.....	15
3.2 Violencia Intrafamiliar.....	17
3.2.1 Perfil de la víctima y el agresor.....	18
3.2.2 Factores Causales.....	20
3.2.3 Síntomas y consecuencias.....	22
3.2.4 Ciclo de la Violencia.....	24
3.2.5 Estadísticas acerca de la violencia intrafamiliar en El Salvador.....	25
3.2.6 Enfoques Sistémicos y de género acerca de la Violencia Intrafamiliar.....	26
3.2.7 Formas de Abordaje.....	28
3.3 Resiliencia.....	32
3.3.1 Origen de la Resiliencia.....	32
3.3.2 Conceptos de Resiliencia.....	33
3.3.3 Factores que Desarrollan la Resiliencia.....	34
3.3.4 Perfil de personas resilientes.....	35
3.5 Relación entre Violencia Intrafamiliar y Resiliencia.....	36
3.6 Marco Legal.....	37
3.6.1 Leyes Nacionales contra la Violencia Intrafamiliar.....	37

3.6.2 Leyes Internacionales.....	41
IV. Metodología.....	44
4.1 Tipo de Investigación.....	44
4.2 Población y muestra.....	43
4.3 Métodos Técnicas e Instrumentos.....	44
4.3.1 Observación directa y sistemática.....	44
4.3.2 Pruebas psicológicas.....	44
4.3.3 Instrumento diagnóstico para identificación de la muestra.....	45
4.3.4 Prueba De Entrada y de Salida.....	45
4.3.5 Programa de Intervención.....	45
4.3.6 Metodología participativa.....	46
4.4 Método de Análisis de los resultados.....	46
4.5 Procedimiento Metodológico.....	46
V. Análisis e interpretación de resultados del programa “Camino hacia la resiliencia”.....	47
VI. Conclusiones.....	56
VII. Recomendaciones.....	57
Referencia Bibliográfica.....	58
Anexos.....	60
1: Diagnostico de Síntomas y consecuencias de Violencia Intrafamiliar para identificar a la muestra.....	62
2: Prueba de entrada y de salida.....	93
3: Vaciado de datos de la aplicación de la prueba de entrada y salida.....	97
4: Programa “Camino hacia la Resiliencia”.....	107

Introducción

En la presente memoria final de trabajo de grado queda evidenciado el accionar que ha realizado el equipo de investigación bajo el tema: “Diseño y validación de un programa de intervención, dirigido a fortalecer la capacidad de resiliencia en estudiantes que han sido víctimas de violencia intrafamiliar, del segundo año del profesorado en matemáticas de la Facultad de Ciencias Naturales y Matemáticas de la Universidad de El Salvador ciclo I/2015”; con el que se pretendía fortalecer en resiliencia al estudiantado del profesorado, para que lo practiquen tanto en su vida personal como profesional y que de esta manera puedan replicar los conocimientos adquiridos convirtiéndose así en agentes de cambio con las y los estudiantes con quienes trabajaran.

Esta memoria consta de un marco teórico que habla acerca de los antecedentes históricos de la violencia intrafamiliar y la resiliencia, así como también se hace un breve análisis del accionar de las leyes de nuestro país ante esta problemática.

Para poder ejecutar esta investigación se encontró a un grupo conocedor, con deseos de empoderarse en resiliencia y que hubieran sido víctimas de violencia intrafamiliar. Éstas características de perfil de grupo que buscábamos se encontraron en la cátedra: “seminario de prevención de violencia intrafamiliar y género”, quienes por haber cursado esa cátedra conocían la teoría y reconocían en sí mismos haber sido víctimas de violencia intrafamiliar, al aplicarse el instrumento diagnóstico se detectó que 9 alumnos y alumnas habían clasificaban como víctimas, por lo que se procedió a aplicar el programa de intervención “Camino hacia la resiliencia” con la población diagnosticada.

Además, se plantea el análisis cuantitativo y cualitativo de los resultados obtenidos en el programa de intervención camino a la resiliencia y de la prueba de entrada y de salida, a partir de los cuales se establecen las respectivas conclusiones y criterios para mejorar y enriquecer el programa de intervención.

Proporcionándole esto la correspondiente validación para que sea retomado por estudiantes y profesionales de la psicología, lo cual queda planeado en las recomendaciones de este estudio

Capítulo I: Justificación del estudio

El fenómeno de la violencia intrafamiliar se ha convertido en las últimas décadas en un asunto de máximo interés institucional y social atendiendo, principalmente, a razones como su elevada incidencia y la gravedad de las consecuencias que de él se derivan. El conocimiento real de la incidencia de este tipo de violencia se ve principalmente obstaculizado por la invisibilización y naturalización social, que tradicionalmente están siendo reforzados por la cultura machista, patriarcal y violenta en la que vivimos.

En la Facultad de Ciencias Naturales y Matemáticas, como parte de la currícula de la carrera de Profesorado en matemáticas se brinda la materia “Seminario en violencia intrafamiliar”, que presta las condiciones para realizar esta investigación.

De aquí surge la necesidad de investigar más a fondo acerca de la violencia intrafamiliar y como afecta a las y los estudiantes del profesorado en matemáticas, ya que si estas circunstancias de su vida personal les afectan aun hoy que son universitarios, es probable que al convertirse en docentes sigan reproduciendo el mismo patrón y no tomen en cuenta que este factor incide en los niños y niñas, con los que trabajarán en el futuro, en su rendimiento escolar y lo confundan con poco interés del alumno por aprender.

Se persigue por objetivo conocer cómo afecta la violencia intrafamiliar en los estudiantes de segundo año del profesorado en Matemáticas, de la Facultad de Ciencias Naturales y Matemáticas, y aplicar un programa de intervención dirigido a fortalecer la capacidad de resiliencia, y así ellos puedan identificar en sí mismos cuando los problemas que se presentan en el hogar les afectan; sobre todo que sepan identificar en las y los niños con quienes trabajarán a futuro que estén pasando por factores de riesgo psicosocial, que les genere bajo rendimiento académico o una conducta inadecuada, para que sepan que hacer al momento de brindar primeros auxilios psicológicos, para su posible seguimiento con un profesional de la psicología.

Para ello se pretende implementar un Programa de Intervención en Resiliencia y Fortalecimiento de Habilidades ante la violencia intrafamiliar resultantes del diagnóstico, para dotar de nuevas herramientas a los futuros profesores; con esto se busca que el conocimiento que estos adquieran les permita convertirse en agentes de cambio con los alumnos/as que se les asigne en los centros escolares en donde trabajarán y así el presente estudio tendrá a través de ellos un mayor aporte a la sociedad.

Capítulo II: Objetivos de la investigación

2.1 Objetivo General

- ☞ Conocer cómo afecta la violencia intrafamiliar en los estudiantes de segundo año del profesorado en matemáticas de la facultad de Ciencias Naturales y Matemáticas de la Universidad de El Salvador y a partir de esto, diseñar, aplicar y validar un programa de intervención dirigido a fortalecer la capacidad de resiliencia en dichos estudiantes.

2.2 Objetivos Específicos:

- ☞ Elaborar un diagnóstico específico que permita identificar a estudiantes universitarios víctimas de violencia intrafamiliar y que a su vez deseen participar en el programa.
- ☞ Diseñar un programa de intervención dirigido a fortalecer habilidades en resiliencia en estudiantes universitarios víctimas de violencia intrafamiliar.
- ☞ Fortalecer en los estudiantes de Profesorado en matemáticas la capacidad de resiliencia a través de un programa de capacitación con el propósito que logren comprender, procesar y afrontar la experiencia de violencia intrafamiliar de manera constructiva y propositiva, promoviendo de esta manera el poder seguir adelante con su proyecto de vida.

Capítulo III: Marco Teórico.

3.1 Antecedentes:

En ésta parte del capítulo se hablará primero acerca de los antecedentes de la Violencia Intrafamiliar y en segundo lugar los de la Resiliencia, para luego pasar a ahondar en cada una de las temáticas.

3.1.1) Definición de Violencia Intrafamiliar:

La Ley contra la Violencia Intrafamiliar define a ésta última de la siguiente manera: “Cualquier acción u omisión, directa o indirecta que cause daño, sufrimiento físico, sexual, psicológico o muerte a las personas integrantes de la familia”.

Según la UNICEF (2009) dice que la violencia intrafamiliar ocurre cuando hay maltrato entre los miembros de una familia. El maltrato puede ser de tipo físico, psicológico, sexual o económico. En la familia podemos encontrar tres tipos de violencia:

- ☞ El maltrato infantil se produce cuando la violencia afecta a niños, niñas y adolescentes menores de 18 años y es ejercida por los padres o cuidadores.
- ☞ Se llama violencia de pareja o violencia doméstica cuando afecta a algún miembro de la pareja, sin embargo, esta forma de violencia se da principalmente de los hombres hacia las mujeres.
- ☞ Existe violencia contra los adultos mayores cuando el maltrato afecta a los abuelos o abuelas de una familia, es decir, las personas de la tercera edad.

3.1.2) Otros tipos de Violencia Intrafamiliar (Ley contra la violencia intrafamiliar 2004):

- ☞ **Violencia psicológica:** Acción u omisión directa o indirecta cuyo propósito sea controlar o degradar las acciones, comportamientos, creencias y decisiones de otras personas, por medio de intimidación, manipulación, amenaza directa o indirecta, humillación, aislamiento o cualquier otra conducta u omisión que produzcan un perjuicio en la salud psicológica, la autodeterminación, el desarrollo integral y las posibilidades personales.

- ☞ **Violencia física:** Acciones, comportamientos u omisiones que amenazan o lesionan la integridad física de una persona.
- ☞ **Violencia sexual:** Acciones que obligan a una persona a mantener contactos sexualizados físicos o verbales, o a participar en ellos mediante la fuerza, intimidación, coerción, chantaje, soborno, manipulación, amenaza u otro mecanismo que anule o limite la voluntad personal. Igualmente, se considerará violencia sexual, el hecho de que la persona agresora obligue a la persona agredida a realizar alguno de estos actos con terceras personas.
- ☞ **Violencia patrimonial:** Acción u omisión de quien afecte o impida la atención adecuada de las necesidades de la familia o alguna de las personas a que se refiere la presente ley; daña, pierde, sustrae, destruye, retiene, distrae o se apropia de objetos, instrumentos o bienes.
- ☞ **Alienación parental:** Según el doctor Richard Gardner (El Síndrome de Alienación Parental.1985), la alienación parental es un proceso que consiste en programar un hijo para que odie a uno de sus padres sin que tenga justificación. Cuando el síndrome se presenta, el hijo da su propia contribución en la campaña de denigración del padre alienado.
- ☞ **La violencia contra el hombre:** En el contexto de la violencia doméstica, se refiere a aquellas acciones violentas donde el rol de agresor es tomado por la mujer en las parejas heterosexuales o bien, por el varón en aquellas parejas de carácter homosexual. Esta violencia presenta numerosas facetas que van desde el sexismo inverso hasta la discriminación y el menosprecio, la agresión física y psicológica.
- ☞ **Violencia filio-parental o violencia de los hijos a los padres:** Es el conjunto de conductas reiteradas de agresiones físicas (golpes, empujones, arrojar objetos), verbales (insultos repetidos, amenazas) o no verbales (gestos amenazadores, ruptura de objetos apreciados) dirigida a los padres o a los adultos que ocupan su lugar. Se incluyen, entonces, las amenazas y los insultos, ya sean realizados a través de gestos o verbalizaciones, las agresiones físicas de cualquier tipo, o la ruptura consciente de objetos apreciados por el agredido. Además, la violencia debe ir dirigida contra los padres o aquellas figuras parentales que les sustituyan: tutores, educadores, etc.

3.1.3) Orígenes de la violencia Intrafamiliar:

Sí se retoma a la Biblia como un libro en el que se recoge la historia más antigua de la humanidad, los orígenes de la violencia intrafamiliar están instaurados desde el principio de está, así lo relatan en los siguientes versículos:

“Se habían corrompido delante de Dios, y la tierra estaba llena de violencia” (Paráfrasis de Gn. 6:11).

En el salmo 74 dice: “Esa misma realidad imperaba en los días de Asaf. “Los lugares tenebrosos de la tierra están llenos de habitaciones de violencia” (Sal. 74:20). La palabra “habitaciones” hace referencia a que la violencia se da dentro de la casa, con esto queda evidenciado que la violencia intrafamiliar se da desde tiempos muy remotos en la historia de la humanidad.

Desde el enfoque de género se retoma al filósofo alemán Engels (Escuela Democrática con Enfoque de Género) quien habla acerca de cómo se conforman las familias desde el salvajismo, hasta la civilización de 1800, que es la época en la que se escribe el libro: “El Origen de la Familia, la Propiedad Privada y el Estado” y en donde se explican algunas bases del sentido de pertenencia que tiene el hombre respecto de la mujer, que podría ser causa de violencia en el hogar, así como en la antigüedad existían diversas formas de familias, por ejemplo, primitivamente los seres humanos vivieron en promiscuidad sexual, por lo que se tenía más en cuenta el linaje materno, pues era el único comprobable, en otras culturas como la Indú, en el Tibet, las mujeres se casaban con varios hombres, a esto se le llama poliandria.

Prosiguiendo con la idea de Engels se distingue 3 etapas en la sociedad prehistórica hasta llegar a conformar la familiar actual:

- ☞ El salvajismo, en donde los hombres y las mujeres eran nómadas, vivían en clanes, se alimentaban de la caza y la recolección de frutas y verduras.
- ☞ El barbarismo, que inicia con la agricultura y la ganadería, la domesticación de animales y por lo tanto el sedentarismo o la vida en lugares fijos.

☞ La civilización, que inicia con la desaparición de los clanes, para formar un nuevo tipo de organización por familias monógamas (cada mujer con un solo hombre), a nivel social y una nueva organización para el trabajo, también por familias que cultivan los lotes de tierra.

En las primeras 2 etapas de las sociedades que el autor comenta, las mujeres tenían una posición de liderazgo (1884); tenían hijos/as, pero estos/as lejos de servir de base para justificar su dedicación al hogar eran la causa de administración y estatus social. Puesto que las personas de la antigüedad desconocían el origen de la vida y de los/as hijo/as consideraban mágico y digno de adoración el nacimiento. Es por esto que se consideraba a las mujeres como representantes de las diosas en la tierra, eran respetadas y veneradas, hasta el punto que la sociedad se organizaba alrededor de una mujer, la matriarca y las hijas e hijos eran el centro de la comunidad, y cuidados por todos/as.

Las personas adultas de la comunidad se veían a sí mismas como responsables de los niños y niñas. Las mujeres de esa época, se dedicaban a actividades productivas, además de cazar al igual que los hombres. Como Engels señaló, esto fue posible porque la vida en comunidad permitía un reparto equitativo donde los/as menores de edad eran adecuadamente atendidos/as al mismo tiempo que las madres y padres del clan trabajaban en sus habilidades.

El desarrollo de la agricultura y la producción de excedentes coinciden con el descubrimiento de la paternidad biológica, es decir, se descubre que la gestación y el nacimiento no tienen un origen divino, sino que es el producto de la fecundación entre un hombre y una mujer. Esta coincidencia hace que los hombres se planteen la necesidad de heredar los excedentes a sus hijos, considerados ahora con una gran importancia, y por lo tanto deben controlar que su descendencia sea verdadera. Para ello inventan que el control de las mujeres, las cuales, pasan de ser diosas a ser cautivas en el hogar en familias individuales y con un estricto control que garantice al hombre, hijos merecedores de su herencia. De esta manera se rompe la relación de hermandad entre las mujeres, su liderazgo y se le relega al hogar.

El antropólogo, J. J. Bachofen (1861) descubrió que en Grecia nació el reconocimiento de los hijos por linaje paterno. Ya que por celos no permitían que otros hombres compartieran a las mujeres.

Además, expresa que en la cultura occidental la poligamia o poliandria que son prácticas sexuales promiscuas, no son bien vista y no se aceptan como parte de los principios de la formación de la familia actual, ya que se considera que esos estados de libertad sexual están reservados para los animales o las especies inferiores al ser humano; y se considera que el ser humano permanece por más tiempo con una sola pareja en fidelidad para criar a los hijos en conjunto.

Este es el origen de la familia actual y del patriarcado o gobierno de los hombres tanto a nivel social como a nivel familiar, de aquí parte la instauración de la violencia hacia la mujer y los hijos en el seno familiar.

El 16 de septiembre de 1924, la Liga de las Naciones aprobó la Declaración de los Derechos del Niño (también llamada la Declaración de Ginebra), el primer tratado internacional sobre los Derechos de los Niños. La Declaración otorga derechos específicos a los niños, así como responsabilidades a los adultos.

En 1941 (Suiza. 2015), surgió en Francia la idea de ofrecer protección especial a los niños por los abusos que se cometían con este sector vulnerable; esto permitió el desarrollo progresivo de los derechos de los menores.

3.2 Violencia Intrafamiliar

3.2.1) Perfil de la víctima y el agresor.

Perfil de la Víctima:

Según Ana Sánchez y Juan Sierra (2006), existen una serie de características comunes en la mayoría de las víctimas:

☞ El abuso se inicia entre los 17 y 28 años

- ☞ En la mitad de los casos hay antecedentes de episodios depresivos previos al abuso, y la dependencia o tendencia a establecer relaciones asimétricas con el otro sexo, aceptando reglas patriarcales en la relación.
- ☞ Es probable que la mujer haya sufrido malos tratos en la infancia y haya desarrollado una baja autoestima y una alta tolerancia a la violencia, ya que se trata de un modelo aprendido antes.
- ☞ Algunos estudios (Manual de Técnicas y Aplicaciones, 2006) indican que suelen ser mujeres jóvenes, casadas, acompañadas y en la mayoría de los casos tienen hijos.
- ☞ Nivel socioeconómico y cultural medio bajo, dependen económicamente de la pareja.
- ☞ Carecen de relaciones sociales y familiares estables.
- ☞ No disponen de un apoyo social eficaz.

Perfil del Agresor:

Santiago Redondo y Antonio Pueyo presentan una clasificación de los maltratadores familiares en tres tipos principales, en los que podrían encuadrarse a la mayoría de estos (Dutton, 1997; Echeburrua, 2001):

A. Maltratadores impulsivos o centrados en la mujer:

- ☞ Son emocionalmente inestables, con cierta tendencia a la depresión.
- ☞ Irascibles, pudiendo pasar del control al enfado extremo.
- ☞ Sujetos solitarios.
- ☞ Hipersensibles a los pequeños desprecios.
- ☞ Frecuente Trastorno Límite de la personalidad, lo que comporta inestabilidad e impulsividad.
- ☞ Preponderancia en este tipo de maltrato psicológico, de menor violencia, y circunscrito al hogar.

B. Maltratadores instrumentales o generalizados:

- ☞ Menores niveles de depresión y de ira.
- ☞ Presencia de rasgos narcisistas y de posible manipulación psicopática: Agreden a su pareja si ésta no satisface sus demandas, como modo de control.
- ☞ Consumo abusivo de alcohol u otras drogas.

- ☞ Preponderancia del maltrato físico.
- ☞ Conductas antisociales más generalizadas, no limitadas al contexto familiar.

C. Maltratadores híper controlados:

- ☞ Sujetos pasivos, dependientes y obsesivos.
- ☞ Presentan mayores niveles de estrés psicológico.
- ☞ Son, en general, menos violentos.
- ☞ Utilizan prioritariamente el maltrato psicológico, como reflejo de sus carencias personales

El maltratador psicológico puede ser un hombre o mujer que comparte las siguientes características (Perfil de no personas resilientes, 2011):

- ☞ Son personas controladoras y con un bajo nivel de autoestima que quieren aumentar a medida que bajan la de la otra persona a la que agreden.
- ☞ Inseguridad en sí mismo.
- ☞ Baja capacidad para gestionar sus propias emociones y de empatía hacia los demás.
- ☞ Baja tolerancia a la frustración.
- ☞ Posibles rasgos de personalidad psicopáticos (falta de compasión hacia los otros) y pueden llegar a tener creencias sobrevaloradas.
- ☞ Generalmente son amables y encantadores con la mayoría de las personas con excepción de con su víctima.
- ☞ En algunos casos, ellos mismos han sido víctimas de malos tratos, aunque el hecho de haber sido maltratado no implica (ni justifica) que la persona se convierta en maltratador.
- ☞ Su comportamiento hacia la víctima se caracteriza por una gran variedad de amenazas (echarle de casa, macharse él/ella, llevarse a los hijos, suicidarse...), usa la ironía para dar lugar a la ambigüedad de sus actos, pone en duda la estabilidad emocional de la víctima, la intimida (malos gestos, gritos), se irrita y tiene cambios bruscos de su estado de ánimo con facilidad y constantemente culpa a la víctima de todo lo que va mal.

3.2.2) Factores Causales

Las causas de la violencia intrafamiliar son multivariadas, esto según los doctores Rosa Raich, Teresa Gutiérrez y Oscar Esparza (2013), para tratar de entender qué o cómo se origina la violencia doméstica, es necesario empezar a estudiar los factores que la producen desde los aspectos más importantes que conforman a quien la produce y a quién la padece.

Los hombres violentos contra su pareja, comparten una serie de rasgos en común Dutton (2007) resumió las distintas tipologías proponiendo un modelo bidimensional impulsivos vs. Instrumentales y sub controlados vs. Híper controlados. Los individuos clasificados como instrumentales recurren a la violencia severa, para obtener beneficios concretos, se caracterizan por estilos de personalidad antisocial, narcisista o agresiva/sádica; los impulsivos se caracterizan por una personalidad abusiva que comprende: estilo de apego temeroso, puntuación alta en ira crónica y síntomas traumáticos y se comportan de forma violenta para liberar la tensión acumulada.

Los individuos híper controlados tienden a negar su ira, los lleva a experimentar resentimiento y frustración crónica hasta que algún evento los hace descargar su profunda irritación de manera inadecuada. Por otra parte, los sujetos sub controlados se comportan de forma violenta frecuentemente (Twed y Dutton, 1998; Dutton, 2006, 2007).

- ☞ **Trastornos de la personalidad.** Los trastornos de la personalidad constituyen una de las principales psicopatologías que se han encontrado con mayor frecuencia en los hombres agresores. Parece darse mayor prevalencia de personalidad antisocial, algún tipo de trastorno de la personalidad y depresión mayor, pero no otras psicopatologías como por ejemplo, la esquizofrenia (Matud, Padilla y Gutiérrez, 2009). Se ha constatado que la gran mayoría de los hombres violentos proceden de ambientes en los que fueron víctimas o testigos de violencia.
- ☞ **Consumo y abuso de alcohol y otras sustancias.** Se ha comprobado la relación estrecha entre el consumo de alcohol y la violencia ocasionada por la pareja. Las pruebas indican que dicho consumo incrementa la frecuencia y la gravedad de los actos de violencia doméstica

(Estudio Multi país de la Organización Mundial de la Salud sobre salud de la mujer y violencia doméstica contra la mujer, 2005).

Se han registrado una serie de factores que inciden en el desarrollo de una personalidad violenta: supervisión inadecuada, abuso y negligencia por parte de los padres, exposición a violencia intrafamiliar, abuso de drogas y alcohol en los padres o quienes fungen como cuidadores, entre otros.

Aunque el abuso del alcohol no se puede considerar como causa suficiente para explicar la conducta violenta de los agresores y aunque existan evidencias empíricas de una asociación significativa entre el alcoholismo y el maltrato hacia la mujer, su relación causal, no está lo suficientemente estudiada.

☞ **Influencias culturales:** Los aspectos culturales que inciden en el desarrollo y mantenimiento de la violencia intrafamiliar, se relacionan de manera muy profunda con la ideología y las creencias que se vinculan a aspectos tradicionales de cada región. Esas son las referencias que ofrecen los estudios llevados a cabo en países como Bangladesh, Cambodia, India, México, Nigeria, Pakistán, Papúa Nueva Guinea, la República Unida de Tanzania y Zimbawe, donde se tiene la opinión muy arraigada de que golpear a la esposa, forma parte de los derechos del hombre, cuando tiene que castigar algún comportamiento que el varón considere inadecuado por parte de “su” mujer (World Report on Violence and Health, 2002).

En el documento “Violencia Doméstica”, emitido por el Ministerio de Sanidad Española (2003), se reconocen ciertas actitudes socioculturales que llevan a perpetuar el maltrato hacia la mujer. Entre ellas se mencionan algunas: Las desigualdades de género, las relaciones de sumisión y dependencia de la mujer respecto al hombre, la justificación de la violencia masculina y su tolerancia por la sociedad e incluso por la mujer; los estereotipos sexuales y el rol limitado asignado a la mujer a nivel social, que explican en parte la violencia infligida a la mujer. “La violencia ha sido y es utilizada como un instrumento de poder y dominio del fuerte frente al débil, del adulto frente al niño, del hombre frente a la mujer a través de los tiempos”.

Por otra parte, en el informe (México, 2009) Ejecutivo de la Encuesta Nacional de Violencia contra las Mujeres en México (2002), se evidencia la percepción subjetiva que la propia mujer mexicana tiene sobre las razones para experimentar la violencia de su pareja, está asociada al modo que ella vive este maltrato, así como a sus umbrales de tolerancia. Además, se considera que los roles de género en sí mismos desiguales y los modos de relación prescritos por la moral dominante no avalan necesariamente la violencia, pero con frecuencia la hacen tolerable y con ello contribuyen a su naturalización.

3.2.3) Síntomas y Consecuencias

Principales consecuencias físicas de la violencia intrafamiliar (España 2006):

- ☞ Fracturas y hematomas en diversas partes del cuerpo: cara, cráneo, espalda, brazos, piernas, cuello, abdomen, mamas, etc.
- ☞ Quemaduras
- ☞ Mordeduras
- ☞ Heridas
- ☞ Arañazos
- ☞ Cicatrices
- ☞ Lesiones o pérdida de órganos internos
- ☞ Dolores genitales producto de violación o abuso sexual
- ☞ Fisuras anales.

Principales consecuencias Psicológicas de la violencia intrafamiliar:

Síntomas Depresivos:

- ☞ Apatía y sentimientos de desesperanza
- ☞ Sensación de culpabilidad y fracaso
- ☞ Baja autoestima
- ☞ Ganas de llorar
- ☞ Dificultades de concentración
- ☞ Verbalizaciones negativas
- ☞ Intentos de suicidios
- ☞ Dificultad para resolver problemas.

Síntomas Ansiosos:

- ☞ Miedo continuo e incluso miedo a morir
- ☞ Hipervigilancia
- ☞ Miedo a volverse loco o perder el control
- ☞ Falta de aliento o sensación de ahogo
- ☞ Mareo y sensación de pérdida de conciencia
- ☞ Temblores, sudoración, taquicardia
- ☞ Náuseas
- ☞ Escalofríos.

Trastornos Psicósomáticos (Sarasua y Zubizarreta, 2000):

- ☞ Dolores de cabeza
- ☞ Pérdida del apetito
- ☞ Pérdida del cabello
- ☞ Fatiga
- ☞ Problemas intestinales
- ☞ Problemas menstruales

Aislamiento social y dependencia emocional del agresor:

- ☞ Disminución de actividades reforzantes
- ☞ Aislamiento de amigos y familiares
- ☞ Desajuste laboral.

Alteraciones sexuales (Sarasua y Zubizarreta, 2000):

- ☞ Disminución del interés por el sexo
- ☞ Rechazo hacia las relaciones sexuales
- ☞ Disminución sexual (anorgasmia, vaginismo, etc.)

3.2.4) Ciclo de la violencia intrafamiliar

Según el libro Evaluación Psicológica en Víctimas de Maltrato Doméstico (España, 2006), cita a Walker (1984), quien planteó una teoría determinada “Ciclo de la Violencia”, que trata de explicar los mecanismos psicológicos que actúan en la aparición y/o mantenimiento del maltrato doméstico. Fases:

- ☞ **Acumulación de tensión o tensión creciente:** En esta fase se observa en la relación de pareja una cierta tensión y agresividad del hombre frente a la mujer que va aumentando progresivamente. Al principio el hombre descarga esta tensión a través de comportamientos como romper objetos, dar portazos, etc. Posteriormente, la violencia se dirige hacia la mujer observándose en esta etapa algunos insultos y demostraciones de hostilidad, que van escalando hasta alcanzar un estado de máxima tensión. El agresor, a través de estos comportamientos, descarga así su tensión, por lo que este tipo de conductas violentas se ven reforzadas. Por su parte la mujer trata de calmar y excusar a su compañero, culpando a determinados factores externos como responsables de la agresión (trabajo, drogas, alcohol, etc.). La duración de esta etapa puede ser de días, semanas, meses o años, aunque se va acortando con el paso del tiempo.
- ☞ **Fase de descarga o de agresión aguda de la violencia:** Durante esta etapa se produce una descarga de las tensiones acumuladas en la fase anterior. El hombre pierde el control castigando duramente a su compañera. Por ello durante esta etapa suele observarse en la víctima las consecuencias físicas y psicológicas más importantes. Un aspecto observado en esta fase es que algunas víctimas denuncian al agresor; sin embargo, es que el problema más frecuente es que la mayoría de las mujeres, paralizadas por el miedo, son incapaces de buscar ayuda a menos que necesiten asistencia médica por los daños producidos.
- ☞ **Fase de arrepentimiento y reconciliación:** Durante esta fase el agresor trata de reparar el daño causado. Para ello manifiesta a la víctima conductas de amor y amabilidad, realizando promesas de que ese tipo de conductas no van a volver a suceder. Un aspecto observado durante esta fase es que el agresor suele dirigir también su actuación sobre

familiares y amigos para que convengan a la víctima de que lo perdone. La mujer cree que ha cambiado por lo que se siente reforzada; sin embargo, pasado un determinado periodo de tiempo, considera que está perdiendo el control sobre su víctima

3.2.5) Estadísticas acerca de la violencia intrafamiliar en El Salvador

En El Salvador se reportaron según la Policía Nacional Civil, PNC, 924 denuncias por el delito de Violencia Intrafamiliar y violencia de pareja, de enero a agosto de 2015, esto es alrededor de cuatro denuncias por día. En comparación con el 2014 entre enero y julio se contabilizaron 1,695 denuncias, 771 casos más, con un promedio de ocho denuncias diarias.

Por departamento, San Salvador ocupa el primer lugar en denuncias, seguido por Usulután que ocupa el primer lugar por taza poblacional. Sonsonate solo registró un caso y la Unión doce. El 66.88% de las denuncias se concentra en 16 municipios, de los cuales Soyapango reportó la mayor cantidad, 187.

Las denuncias se mantuvieron cada mes, en un promedio de 100, a excepción de junio y agosto.

Mes	Total de denuncias
Enero	115
Febrero	128
Marzo	113
Abril	125
Mayo	133
Junio	98
Julio	124
Agosto	88
Total	924

Fuente: Oficina de Información y Respuesta,
OIR de la PNC.

Municipios	Cantidad
Zaragoza	10
Puerto El Triunfo	10
Ahuachapán	12
Mejicanos	14
Ilobasco	17
San Vicente	18
Delgado	20
San Martín	21
Jiquilisco	21
Colón	23
Cojutepeque	39
Ilopango	51
Usulután	52
Santa Ana	58
San Miguel	65
Soyapango	187
Total	618

Elaboración propia con datos de la PNC.

3.2.6) Enfoques sistémico y de género acerca de la violencia Intrafamiliar.

☞ Enfoque sistémico:

La terapia sistémica se basa en un enfoque psicoterapéutico que tiene sus orígenes en la terapia familiar, sin embargo, se diferencia de ésta pues plantea que no es imprescindible que sea una familia el foco de atención terapéutica. Así, tanto los conceptos como sus técnicas terapéuticas pueden aplicarse a las relaciones de pareja, equipos de trabajo, contextos escolares e individuos. Lo que resulta decisivo es que el énfasis esté puesto en la dinámica de los procesos comunicacionales, en las interacciones entre los miembros del sistema y los subsistemas que lo componen. En el caso de la terapia individual el enfoque se orienta al cambio de los procesos de comunicación e interacción manteniendo la idea básica de comprender a la persona en su entorno, es decir, en el contexto del sistema del que forma parte.

☞ Enfoque de género:

Se refiere al género, ya sea este femenino o masculino, en lugar de sexo femenino o masculino, cuando hablamos de las características de la mujer o del hombre, que son determinadas socialmente, éstas características o roles que se les asigna a cada género, son un conjunto de reglas o normas, aprendidas, reforzadas y sancionadas dentro de la sociedad, de la cual el hombre y la mujer forman parte (Art. ¿Violencia invisible? 2004)

La violencia contra la mujer por parte de su pareja o ex-pareja está generalizada en el mundo, dándose en todos los grupos sociales independientemente de su nivel económico, cultural o cualquier otra consideración. Aún siendo de difícil cuantificación, dado que no todos los casos trascienden más allá del ámbito de la pareja, se supone que un elevado número de mujeres sufren o han sufrido este tipo de violencia.

En todas las relaciones humanas surgen conflictos y en las relaciones de pareja también. Las discusiones, incluso discusiones fuertes, pueden formar parte de la relación de pareja. En relaciones de pareja conflictivas pueden surgir peleas y llegar a la agresión física entre ambos. Esto, que podría alcanzar niveles de violencia que serían censurables y perseguibles, formaría

parte de las dificultades a las que se enfrentan las parejas. El maltrato no es un concepto relacionado con esto; en el maltrato el agresor siempre es el mismo.

Por definición, el conflicto es una modalidad relacional que implica reciprocidad y es susceptible de provocar un cambio. Por el contrario, el maltrato, aunque adopte las mismas formas (agresiones verbales o físicas), es unilateral, siempre es la misma persona la que recibe los golpes.

En la pareja, el maltrato contra la mujer tiene unas causas específicas: Los intentos del hombre por dominar a la mujer, la baja estima que determinados hombres tienen de las mujeres; causas que persiguen instaurar una relación de dominio mediante desprecios, amenazas y golpes.

Es frecuente tratar el tema de los maltratos como casos individuales. Los agresores sufrirían una serie de trastornos que les conducirían a maltratar a la mujer y a esta, en su fragilidad, a recibirlos. Esta sería una visión del problema tranquilizadora que no pondría en cuestión el modelo patriarcal.

☞ **El modelo psicopatológico (2004)**

Este modelo explica la violencia como resultado de conductas desviadas propias de ciertos individuos cuya historia personal está caracterizada por una grave perturbación.

Este enfoque, al fin y al cabo tranquilizador, habla de un “otro”, un “enfermo” o “delincuente”, al que, después de examinarlo, se le puede castigar o tratar médicamente. Desde el punto de vista feminista, la violencia masculina se percibe como un mecanismo de control social que mantiene la subordinación de las mujeres respecto de los hombres.

Las consecuencias últimas de la violencia contra la mujer en la pareja son la de decenas o cientos de mujeres muertas cada año, en diferentes países, a manos de sus parejas o ex-parejas. Y en muchos casos, esta violencia a manos de sus parejas o ex-parejas contra la mujer quien es

madre además del estrés postraumático que puede seguir produciendo efectos muy negativos para el desarrollo psicológico de los niños en el hogar.

Las consecuencias de estos (y de cualquier otro tipo de maltrato) son que la autoestima de la persona disminuye y afecta el desarrollo emocional. En la mayoría de los casos, la persona puede buscar una solución en las drogas y el alcohol, incluso, en delincuencia. Además, si no existe un avance o solución previa en la persona suele repetir este patrón de maltrato, cayendo en un círculo vicioso.

La baja autoestima se manifiesta en todas las personas que sufren de algún tipo de maltrato y se refleja mucho en el ámbito escolar o laboral; la persona tiene problemas de identidad y mucha dificultad en cuanto al manejo de la agresividad, se le dificulta construir relaciones afectivas debido a la desconfianza hacia las demás personas.

La violencia contra la mujer adquiere especial relevancia, gravedad y consecuencias cuando se sufre durante el embarazo. Si todavía cabe mayor gravedad en una escala de malos tratos, se debería considerar a la embarazada adolescente (menor de edad) sometida a vejaciones y malos tratos. El sufrimiento personal y las complicaciones del embarazo son de extrema gravedad y repercusión tanto en la madre como en el producto de la gestación.

3.2.6) Formas de abordaje:

La Asociación Movimientos de Mujeres **Mélida Anaya Montes**, en el Manual para la intervención grupal de niñas, adolescentes y mujeres sobrevivientes de la violencia “Construyendo Caminos Desde La Memoria Histórica En La Violencia Contra Las Mujeres” presenta la manera en que trabajan con las mujeres víctimas de violencia (Mélicas, 1993).

El Movimientos de Mujeres Mélida Anaya Montes “Las Mélicas” desde su fundación (25 de Julio de 1992 y da inicio 1993) Luego de la firma de paz en El Salvador, ha encaminado sus esfuerzos al trabajo y la lucha por los derechos de las mujeres en ejes importantes como: El posicionamiento político de las mujeres, la organización, derechos laborales, los derechos

sexuales y reproductivos, la salud y atención integral de las problemáticas propias de las mujeres.

Una de las formas de abordaje que utilizan, es la de los psicodramas que consta de varias jornadas en las que abordan temáticas dirigidas a las víctimas de violencia y esta inicia en el año de 1996, como un proceso profundo de transformación individual y colectiva, espacio vivencial y de formación teórica, que permite que “Las Mélidas” puedan brindar la oportunidad a otras mujeres para masticar y rumiar sus problemas y obtener mejores respuestas, enfrentando lo cotidiano, como la violencia, abandono, culpas y traumas de guerra.

ISDEMU: El Instituto Salvadoreño para el Desarrollo de la Mujer (1996), se creó a iniciativa del Órgano Ejecutivo por Decreto Legislativo No. 644, de fecha 29 de febrero de 1996.

EL ISDEMU, es la institución responsable de formular, dirigir, ejecutar y vigilar el cumplimiento de Política Nacional de la Mujer; promover el desarrollo integral de la mujer a través del cumplimiento de las disposiciones legales y además promover anteproyectos Ley y Reformas a las mismas que mejoren la situación legal de la mujer, sobre todo en la legislación laboral. Así como también, tiene el compromiso de propiciar la efectiva participación de las Organizaciones de Mujeres, de la comunidad y demás entidades de la sociedad civil.

El trabajo del Instituto Salvadoreño para el Desarrollo de la Mujer (ISDEMU) en el área de violencia tiene como objetivo específico “Prevenir y detectar el fenómeno de la violencia contra la mujer dando protección y atención a las víctimas, mediante acciones sustantivas basadas en la Normativa Internacional y Nacional vigentes, relativa a la violencia” y para su cumplimiento tiene objetivos estratégicos y acciones. El ISDEMU a través del Programa de Saneamiento de la Relación Familiar se convierte en el principal ejecutor de esta área, en el marco de un Convenio Interinstitucional para la Prevención y Atención de la Violencia Intrafamiliar.

Parte del Plan Nacional de Prevención y Atención a la Violencia Intrafamiliar, ejecutado a través de la Unidad de Prevención de la Violencia, este programa brinda atención a víctimas

de violaciones y otras agresiones sociales, atiende crisis y prevención en lo relativo a salud física y mental con el fin de contribuir a la integración y fortalecimiento de la familia.

CONNA: Consejo Nacional de la Niñez y de la Adolescencia (El Salvador, 2014).

El CONNA es la institución creada por la LEPINA que debe diseñar, aprobar y vigilar la Política Nacional de Protección a la Niñez y la Adolescencia, coordinar el Sistema Nacional de Protección Integral y defender en forma efectiva los derechos de las niñas, niños y adolescentes que se encuentren en El Salvador.

ISNA: instituto Salvadoreño para el Desarrollo Integral de la Niñez y la Adolescencia (El Salvador, 2014).

Para el cumplimiento de sus funciones, el ISNA es una institución oficial con personalidad jurídica de derecho público y autonomía en lo técnico, financiero y administrativo, la cual se relaciona con los demás Órganos del Estado por medio del Ministerio de Educación.

El ISNA actúa conforme a las directrices de la Política Nacional de Protección Integral de la Niñez y de la Adolescencia, “PNPNA”, a la que adecua sus programas y servicios.

Según el artículo 180 de la Ley de Protección Integral de la Niñez y Adolescencia algunas de las competencias del ISNA son las siguientes:

- ✓ Difundir en todo el territorio nacional la PNPNA bajo las directrices que emita el CONNA.
- ✓ Difundir y promover el conocimiento de los derechos y deberes de las niñas, niños y adolescentes, así como de los informes del Comité de los Derechos del Niño de las Naciones Unidas.
- ✓ Desarrollar programas de protección, asistencia y educación para las niñas, niños y adolescentes cuyos derechos hayan sido vulnerados o se encuentren amenazados.
- ✓ Desarrollar programas para la formación y acreditación de familias para acogimiento familiar.

- ✓ Elaborar planes y programas de carácter preventivo para la protección de las niñas, niños y adolescentes en su medio familiar y los de atención prestada en los centros estatales, municipales y organismos no gubernamentales.

Escuela Equinoccio, Programa de Masculinidades. Centro Las Casas (San Salvador 2007).

Un enfoque integral de Masculinidades en la prevención se construye con enfoques existentes que enfrentan componentes exteriores de desarrollo (tales como la seguridad económica, la toma de decisiones y la autoridad; la capacidad técnica y social, la administración de recursos naturales), para integrar componentes psico-culturales “interiores” (tales como el bienestar comunitario y familiar, capacidad moral y emocional, conciencia y visión del mundo, la valoración de las mujeres como protagonistas). Esta integración es cada vez más necesaria y oportuna.

El enfoque integral de masculinidades nos puede ayudar a crear una definición conceptual dinámica para pensar las conexiones entre hombres, género y violencia, ubicando esas conexiones en las esferas de la acción/aplicación (la realidad), diálogo/proceso (la cultura), auto-crecimiento/reflexión (la interioridad) (Gail Hochachka, 2005).

Utilizando este enfoque de manera transversal en nuestros procesos de género y masculinidades, los resultados muestran una creciente colaboración y auto reflexión en donde los objetivos económicos se mezclan con la preocupación por la equidad, la prevención de la violencia de género y otros asuntos aparentemente aparte, como el medio ambiente.

Este cruce de enfoques da énfasis a los cambios individuales y colectivos en cuanto a la visión del mundo y al sistema de valores, que tienen un profundo impacto en cómo una comunidad o sociedad funciona como un todo. Este enfoque plantea que avanzar hacia el desarrollo sostenible de la prevención, implica cambios en nuestras visiones del mundo, desde nuestro enfoque personal hacia una visión más conectada con “otros y otras”. A medida que la propia esfera de auto- preocupación comienza a trascender y a incluir más allá de las propias

necesidades inmediatas del egocentrismo (persona) entonces se transforma en socio centrismo (sociedad), donde además nos preocupamos de nuestro grupo, nuestra comunidad y nuestra sociedad, ojalá llegar a una legítima y genuina preocupación por la humanidad.

3.3 Resiliencia

3.3.1) Orígenes de la resiliencia (Reyes, 2013):

Windle (2011) menciona que el concepto de resiliencia tiene sus orígenes en el latín, *resilire* que quiere decir “recuperar”, los diccionarios comunes lo definen como un adjetivo “fuerte, persona capaz de recuperarse” y soportar situaciones difíciles. Este autor considera que “la resiliencia es definida como un proceso de negociación efectiva que se adapta o maneja fuentes significativas de estrés o de trauma”.

En el inicio, la resiliencia era considerada un rasgo permanente que hacía parte del carácter de los individuos y hoy es entendido como un proceso que cambia, se transforma y depende del ambiente.

Badilla (1997) en un artículo para comprender el concepto de resiliencia hace una especie de barrido a través de la historia del término para explicar el pasaje de la naturaleza negativa del concepto a Diseño y Evaluación de un Programa de Resiliencia: Aplicación en un contexto prueba piloto 10 una visión positiva. El interés por estudiar la resiliencia comenzó a partir de la investigación en psicopatología para explicar el origen del daño, de la enfermedad y como se podía intervenir desde una visión biológica. En ese momento el sufrimiento, el dolor y el duelo explicaban la manera como los individuos afrontaban una situación estresante y adversa, afirmando que vivir una experiencia traumática, conllevaba necesariamente al sufrimiento. Esta visión era respaldada por los hallazgos biológicos, los cuales indagaban acerca de las consecuencias negativas para la salud vivir una situación estresante y la incidencia en el surgir de trastornos mentales como el estrés post-traumático y el trastorno por depresión mayor (Monroy et.al, 2011).

Por el contrario, posteriormente en el siglo XX el dominio en el estudio de la resiliencia estaba dado por la investigación del riesgo y el tratamiento de los síntomas, pero cuando psicólogos y psiquiatras comenzaron a identificar el funcionamiento de los individuos ante una situación estresante, encontraron que desde muy temprana edad las personas afrontaban de una manera positiva las adversidades. Respecto a esto Murphy (1962) uno de los pioneros en investigar el riesgo en los niños por problemas en su entorno y en criticar la connotación negativa en la investigación de las situaciones estresantes o traumáticas, criticaba la investigación tecnológica y científica, puesto que se enfocaba solo en estudiar el problema y no en el desarrollo de las capacidades desde las edades más tempranas, que es en donde se debería trabajar (López & Snyder, 2002).

Gracias a la posición que asumió Murphy respecto a la visión de la enfermedad, una década más tarde los científicos comenzaron a interesarse por estudiar la etiología y la psicopatología de los niños a través del tiempo, ya que se creía que tenían serios problemas por su herencia biológica, peligro perinatal y las características del ambiente. Luego se comenzaron a identificar que esos niños expuestos al peligro afrontaban de manera positiva las adversidades, a pesar de las circunstancias.

Desde el enfoque de resiliencia, se identifican los elementos en la cultura que pueden ayudar a que el individuo supere la situación de adversidad y desde el enfoque de riesgo, se logran indagar las causas desde lo biológico y lo social, del síntoma, enfermedad o del contexto vulnerable, que dan mucha información respecto al riesgo al cual está sometido el sujeto. Por lo tanto, con el objetivo de promover en los niños y adolescentes características saludables para su desarrollo, es pertinente disminuir en su mínima expresión esos elementos que puedan proporcionar daño o malestar y que impiden alcanzar el máximo de potencial en sus fases de desarrollo.

3.3.2 Conceptos de Resiliencia:

☞ La resiliencia según Edith Henderson Grotberg, (1995, 2000) es “la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y ser transformado

positivamente por ellas”. La resiliencia es parte del proceso evolutivo y debe ser promovido desde la niñez.

- ☞ “La resiliencia es un proceso dinámico que tiene por resultado la adaptación positiva en contextos de gran adversidad”. (Luthar, 2000).
- ☞ “La resiliencia es la capacidad de una persona o grupo para seguir proyectándose en el futuro a pesar de acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves”. (Manciaux, Vanistendael, Lecomte y Cyrulnik, 2001).
- ☞ En psicología, el término resiliencia se refiere a la capacidad de los sujetos para sobreponerse a períodos de dolor emocional. Cuando un sujeto o grupo es capaz de hacerlo, se dice que tiene resiliencia adecuada, y puede sobreponerse a contratiempos o incluso resultar fortalecido por los mismos. El concepto de resiliencia se corresponde con el término entereza. Esta capacidad de resistencia se prueba en situaciones de fuerte y prolongado estrés.

3.3.3 Factores que desarrollan la resiliencia

Según Grotberg, (1995,2000) los factores que desarrollan la resiliencia en los seres humanos a los cuales denomina Pilares son siguientes: Introspección, independencia, capacidad de relacionarse, iniciativa, autoestima, creatividad, moralidad y humor; además este mismo autor identifica cuatro fuentes de la resiliencia siendo estos: yo soy, yo tengo, yo puedo y yo estoy.

Pilares de la resiliencia:

- a) Introspección: Arte de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta.
- b) Independencia: Saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas, de mantener distancia emocional y física sin caer en el aislamiento.
- c) Capacidad de relacionarse: Habilidad para establecer lazos e intimidad con otra gente, para equilibrar la propia necesidad de afecto con la actitud de brindarse a los otros.
- d) Iniciativa: Gusto de exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más complejas.

e) Humor: Encontrar lo cómico en la propia tragedia.

f) Creatividad: Capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden.

g) Moralidad: Consecuencia para extender el deseo personal de bienestar a toda la humanidad y capacidad de comprometerse con valores; este elemento ya es importante desde la infancia, pero a partir de los 10 años.

h) Autoestima consistente: Base de los demás pilares y fruto de cuidado afectivo consecuente del niño o adolescente por parte de un adulto significativo.

Fuentes que generan resiliencia

Se fomenta la resiliencia cuando el padre, el docente, un amigo, etc. se acerca a una persona que se encuentra deprimido, aislado, con ansiedad, que no platica o muestra una actitud negativa, para mostrarle interés sobre lo que le puede estar pasando, y le da muestras de que intenta comprenderle y ayudarlo (''tengo''), si le hacen sentir que lo quieren y lo cuidan (''soy''/ ''estoy''), ayudaran a que cambie.

Grotberg (1995, 2000) desarrolla una estrategia para ayudar a las personas a descubrir los recursos y factores de resiliencia que posean en sí mismas y en su ambiente; se basa de autoafirmaciones, que servirán para su realización y superación de la adversidad.

Yo tengo	Yo soy	Yo estoy	Yo puedo
En mi entorno social	Fortalezas intrapsíquicas	Condiciones personales	Habilidades de relación con otros
Personas del entorno que confió	Respetuoso de mí mismo y del prójimo	Dispuesto a responsabilizarme de mis actos	Hablar sobre cosas que me asustan o inquietan
Personas que me ponen límites	Persona feliz, haciendo algo bueno para los demás	Seguro de que todo saldrá bien	Controlarme cuando deseo algo peligroso o me pone en riesgo

3.3.4 Según la Dra. Vanesa Fernández López. Psicóloga Especialista en Emociones el perfil de las personas resilientes es el siguiente (2011):

☞ Son personas positivas y con sentido del humor.

- ☞ Les gusta disfrutar de las relaciones humanas; son sociables, se convive fácilmente con ellos, se muestran asertivos a la hora de comunicarse.
- ☞ Presentar un adecuado control de los impulsos y de sus emociones en general.
- ☞ Ante la adversidad presentan un *Locus de Control Interno*, es decir, piensa que existe una alta relación entre su comportamiento y las consecuencias de las mismas. Así mismo, consideran que ante la adversidad tiene recursos para resolver el problema o controlar su emoción.
- ☞ Presentan una alta capacidad de automotivación.
- ☞ Tienen un adecuado nivel de autoestima y se perciben como competentes, por lo que confían en sí mismos.
- ☞ Las personas con resiliencia son flexibles en sus pensamientos.
- ☞ Su comportamiento tiende al altruismo; les gusta hacer cosas por los demás, siendo importante para ellos que se sientan bien con aquellos que les rodean

3.5 Relación entre Violencia Intrafamiliar y Resiliencia.

Existen diversas definiciones del concepto de resiliencia, las cuales dependen del enfoque teórico del autor, del tipo de investigación a través de la cual se estudia y del evento estresante frente al cual se esté estudiando la resiliencia. Por una parte, la resiliencia, es la capacidad emocional, cognitiva y sociocultural de personas o grupos para reconocer, enfrentar y transformar constructivamente situaciones causantes de sufrimiento y/o daño que amenazan su desarrollo. Por otra parte, según Grotberg la resiliencia permite a los seres humanos enfrentar las dificultades que se presentan en la vida, superándolas y/o dejándose transformar de manera positiva por las mismas. En términos generales la definición del concepto de resiliencia se relaciona con variables personales, del entorno en el cual creció la persona, del tipo de estrés al que la persona es sometida, del momento en que se estudia y de las características que tenga la investigación.

Hay una raíz cultural histórica. Durante mucho tiempo nuestra sociedad ha sido muy machista, el hombre ha creído que tiene el derecho primario a controlar, a disciplinar con severidad, incluso a abusar de la vida de la mujer y de los hijos. Eso ha sucedido bajo la apariencia del rol económico del hombre, proveedor de la alimentación. Algunas de las

consecuencias de la violencia intrafamiliar es que las personas se vuelven poco resilientes y algunas características que adoptan son; ser una persona negativa, dificultades para tomar decisiones, piensan que no pueden, que no saben nada, que no lo van a conseguir, se dan por vencidas antes de realizar o iniciar cualquier actividad, no están satisfechas consigo mismas, piensan que no hacen nada bien, entre otros.

Pero cuando en el entorno hay una persona que ejerce influencia positiva que les brinda apoyo o que les da el consejo de seguir adelante superando esa situación de violencia asimismo nutren el autoestima de estas, las personas no resilientes pueden desarrollar esa capacidad y mostrar alguna de estas cualidades; son personas positivas y con sentido del humor, les gusta disfrutar de las relaciones humanas; son sociables, se convive fácilmente con ellos, se muestran asertivos a la hora de comunicarse, presentar un adecuado control de los impulsos y de sus emociones en general, además se pueden desarrollar otras habilidades para superar la violencia intrafamiliar.

3.5 Marco Legal

3.5.1 Leyes Nacionales Contra La Violencia Intrafamiliar:

☞ LEY CONTRA LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR (2013)

En los artículos 1 y 4 de dicha ley sostienen que, esta ley fue creada con la finalidad de prevenir, sancionar y erradicar todo acto de violencia intrafamiliar que se dan en las relaciones interpersonales de los miembros de la familia, así mismo garantiza la protección de la víctima o víctimas y una de las formas es sancionando al ofensor, pero al mismo tiempo se regulan las medidas de rehabilitación del mismo. Es una ley eminentemente preventiva y no únicamente sancionadora, aunque no excluye la posibilidad de aplicar ley penal el caso se adecua a la misma.

Por otro lado, en el Art. 2 como principios rectores, se afirma que para la aplicación de dicha ley se deberá de tomar en cuenta el respeto a la vida, a la dignidad e integridad física, psicológica sexual y patrimonial de la persona, así como también la igualdad que tiene tanto el hombre, la mujer como los hijos e hijas y el derecho que tienen a vivir una vida libre de violencia tanto en al ámbito privado como público.

En el Art. 3 señala que es violencia intrafamiliar y esta es cualquier acción ya sea directa o indirecta que produzca algún daño o sufrimiento a nivel físico, sexual, psicológico o muerte a las personas integrantes de una familia; así mismo menciona que estas son las formas de violencia intrafamiliar.

Políticas del estado para la prevención de la violencia intrafamiliar:

Como objetivos de las políticas, en el Art. 6 menciona que es obligación del Estado prevenir, sancionar y erradicar la violencia intrafamiliar desarrollando diferentes acciones como; campañas que sensibilicen a la sociedad acerca de la violencia intrafamiliar, así como también el de incorporar en la formación escolar la formación de valores éticos, cívicos y sociales, el respeto a la dignidad, entre otros. Además, promueve el estudio e investigación de las causas y consecuencias de la violencia intrafamiliar.

En los Art. 7 y 8 establece medidas para prevenir, sancionar y erradicar las diferentes formas de violencia intrafamiliar. En el Art. 9 menciona que las medidas de prevención, cautelares o de protección que se le impongan al agresor serán establecidas por el juez o jueza según las circunstancias o reincidencias del mismo.

Procedimiento. Sección Primera Intervención Policial:

Este apartado establece que siempre que la Policía Nacional Civil tenga conocimiento o recibe un aviso está deberá actuar a favor de la víctima tomando las medidas necesarias para evitar que sea maltratada nuevamente y si es necesario que la víctima sea trasladada a un centro médico donde pueda ser atendida, la policía tendrá que facilitarle transporte y hacer los arreglos necesarios para que esta reciba las atenciones médicas y su debido tratamiento.

Además, la Policía Nacional Civil deberá de dar aviso de inmediato a los tribunales competentes y dicho aviso deberá de ir acompañado de un informe elaborado por la policía acerca de las diligencias prácticas, se incluirá cualquier manifestación de la víctima, en cuanto a la frecuencia y severidad de los incidentes de violencia intrafamiliar, además se deberá informar sobre la medida de protección temporal a favor de la víctima.

Sección Segunda: Intervención del Ministerio Público

En el Art. 13 hace referencia a que toda persona que tenga conocimiento de un hecho de violencia intrafamiliar, podrá hacer uso de la denuncia o dar aviso a la Policía Nacional Civil, a los Tribunales Competentes y a la Procuraduría General de la República. Dicha denuncia podrá realizarse de manera escrita o verbal o a través de apoderado o apoderada y en la misma se podrán solicitar las medidas cautelares, preventivas o de protección que se estimen pertinentes.

Además, en el Art. 14 menciona que es obligación de dar aviso de los hechos constitutivos de violencia intrafamiliar, a los funcionarios competentes, dentro de las personas que es una obligación el hecho de dar aviso se encuentran; las o los médicos, farmacéuticos, enfermeros, maestros y demás personas que ejerzan profesiones relacionadas con la salud, la educación y la asistencia social, que conozcan tales hechos al prestar sus servicios dentro de su profesión.

En cuanto a todas aquellas personas ya sean menores de edad, incapaz o discapacitado que sean víctimas de violencia intrafamiliar, en el Art. 15 indica que estos hechos podrán ser denunciados por sus representantes legales, por la víctima y por las instituciones asistenciales, sociales y educativas, así como cualquier autoridad o persona que tenga conocimiento de los hechos de violencia intrafamiliar.

☞ LEY DE PROTECCIÓN INTEGRAL DE LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA. (LEPINA)

En los Artículos 9 y 13. Habla de los Principios del rol primario y fundamental de la familia; donde se reconoce el rol fundamental de la familia como medio natural para garantizar su protección, el cual es un deber de todo ciudadano garantizar estos derechos para un desarrollo óptimo de la familia. Ya que esta es la base de la sociedad; donde el estado tiene la obligación indeclinable e ineludible mediante políticas, planes, programas y acciones de crear las condiciones para que la familia pueda desempeñar su rol de manera adecuada.

Además, en el artículo. 26 establece de las Responsabilidades de la familia frente al derecho a la salud, inscribirlos en el sistema de salud o de seguridad social desde el momento de su nacimiento; como también asegurar que asistan a los controles periódicos de salud,

vacunación y demás servicios médicos; el cual en el art. 27 nos hace referencia que frente al derecho a la salud corresponde a la sociedad: Cooperar con el Estado en el desarrollo de las políticas y los programas necesarios para reducir la mortalidad infantil, prevenir las enfermedades, educar a la familia en las prácticas de higiene y saneamiento, combatir la malnutrición, es decir que es una responsabilidad de todos y todas el bienestar y salud de nuestra familia.

☞ **LEY ESPECIAL INTEGRAL PARA UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIA EN CONTRA DE LAS MUJERES.**

En el artículo 26, establece que casas de acogidas; estará bajo la coordinación y supervisión del Instituto Salvadoreño para el Desarrollo de la Mujer, cuyos servicios podrán ser prestados, además del Estado y las municipalidades, por organizaciones no gubernamentales de protección a mujeres y la sociedad civil, debidamente acreditados por dicho Instituto, los cuales tendrán como objetivo: Atender a las mujeres y su grupo familiar afectado que se encuentran en riesgo y desprotección generadas por situaciones de violencia, es decir que resguardara al grupo familiar que se encuentre en una situación vulnerable con apoyo inmediato, la integridad física, emocional y la atención psicosocial.

☞ **CONSTITUCIÓN DE LA REPÚBLICA DE EL SALVADOR (1983)**

En los Art.1 y 2 de la Constitución establece que las personas son el origen y fin de la actividad del Estado, por lo tanto las personas salvadoreñas tienen derecho a la vida, a la integridad física y moral, a la libertad, a la seguridad, al trabajo, a la propiedad, posesión, a ser protegida en la conservación y defensa de los mismos; por lo tanto hombres mujeres, niños y niñas no deben ser violentados en estos derechos; es obligación de todas y todos de respetar estos derechos especialmente en el seno familiar que es donde se desarrollan y potencian los valores y el respeto a las leyes, a nosotros mismos y a las demás personas.

Siempre en la Constitución en la Sección Primera Familia, de los artículos del 32 al 35 hablan acerca de la responsabilidad que el Estado tiene de proteger a la familia; también plantea que el fundamento legal de la familia es el matrimonio y que como cónyuges tienen derechos y deberes que deben ser cumplidos de forma recíproca y equitativa.

Además en el artículo 34 expresa que los menores de edad tienen derecho a vivir en condiciones familiares y ambientales que le permitan su desarrollo integral, en otras palabras que los menores vivan en un ambiente libre de violencia, en donde se les respete y se les ame. Pero no solo los padres o tutores deben garantizar esto, el Estado también tiene su responsabilidad en este proceso según lo dicta el Artículo 35, el Estado deberá proteger la salud física, mental y moral de los menores, y garantizará el derecho de éstos a la educación y a la asistencia.

☞ **CÓDIGO DE FAMILIA (1993)**

El presente Código establece el régimen jurídico de la familia, de los menores y de las personas de la tercera edad y consecuentemente, regula las relaciones de sus miembros y de éstos con la sociedad y con las entidades estatales.

Resumiendo, el Código de Familia establece que los cónyuges deben respetarse mutuamente en sus derechos individuales y cumplir con sus deberes o responsabilidades del hogar y la crianza de los hijos e hijas de forma equitativa.

En caso que de que los padres irrespeten los derechos de sus hijos en el ejercicio de la autoridad parental se suspenderá al padre, o a la madre o a ambos, por las siguientes causas:

- 1º) Por maltratar habitualmente al hijo o permitir que cualquier otra persona lo haga.
- 2º) Por alcoholismo, drogadicción o inmoralidad notoria que ponga en peligro la salud, la seguridad o la moralidad del hijo.
- 3º) Por adolecer de enfermedad mental.
- 4º) Por ausencia no justificada o enfermedad prolongada.

3.5.2 Leyes Internacionales:

☞ **DECLARACIÓN SOBRE LA ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER (1993).**

Esta Declaración explica que en la última década del siglo pasado en la Organización de las Naciones Unidas hubo una pujante preocupación por las crecientes formas de violencia hacia las mujeres, éstas significan una clara violación de los derechos humanos y además constituyen un obstáculo para el logro de la igualdad, el desarrollo de los países y la paz.

También se tomó en consideración que la violencia contra la mujer constituye una manifestación de relaciones de poder históricamente desiguales entre esta y el hombre, que han conducido a la dominación de la mujer y a la discriminación en su contra por parte del hombre e impedido el adelanto pleno de la mujer, y que este tipo de violencia es uno de los mecanismos sociales fundamentales por los que se somete a la mujer a una situación de subordinación con respecto al hombre.

Por estas razones la Asamblea General de la ONU sugirió a los países miembros crear declaraciones en las que se plantee un conjunto de medidas encaminadas a combatir la violencia contra las mujeres y las niñas.

Por tanto, esta Declaración explica que "violencia contra la mujer" se entiende como todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer que se producen en la vida pública y privada (en el seno familiar).

Hay que agregar que se habla acerca de que deben ser respetados los derechos que como mujer y ser humano tienen, y que las Naciones deben establecer legislaciones que procuren la protección y desarrollo de las mujeres. Y no solo eso, sino que también sugieren a los Estados que investiguen acerca de la violencia en el hogar y que generen programas para erradicarla o prevenirla.

☞ DECLARACIÓN UNIVERSAL DE LOS DERECHOS HUMANOS (ONU, 1948)

Esta declaración habla acerca de que ningún individuo llámese hombre, mujer, niña, niño, esposa, esposo, hija, hijo, nadie será sometido a torturas ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes, ya que todo individuo, o miembro de la familia, tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona.

☞ **DECLARACIÓN Y PLATAFORMA DE ACCIÓN DE BEIJING (ONU, 1945)**

Esta declaración sugiere a las Naciones prevenir y eliminar todas las formas de violencia contra las mujeres y las niñas, que se dan en la familia, en la comunidad, o por el estado, ya que esta impide el logro de los objetivos de igualdad, desarrollo y paz.

También sugiere a los Estados la adopción de un enfoque integral y multidisciplinario que permita abordar la complicada tarea de crear familias, comunidades y Estados libres de la violencia contra la mujer. Los sistemas educacionales deberían promover el respeto propio, el respeto mutuo y la cooperación entre mujeres y hombres. Asimismo, solicitan a los Estados promover la investigación, recoger datos y elaborar estadísticas, especialmente en lo concerniente a la violencia en el hogar, y aplicar medidas para impedirla y reparar sus efectos.

☞ **PACTO INTERNACIONAL DE DERECHOS CIVILES Y POLITICOS (ONU, 1976)**

En el Artículo 23 habla acerca de la importancia de la familia y plantea sugerencias que las personas pueden seguir para la consecución de sus derechos civiles y políticos referentes a la familia:

- a. La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado.
- b. Se reconoce el derecho del hombre y de la mujer a contraer matrimonio y a fundar una familia si tienen edad para ello.
- c. El matrimonio no podrá celebrarse sin el libre y pleno consentimiento de los contrayentes.
- d. Los Estados Partes en el presente Pacto tomarán las medidas apropiadas para asegurar la igualdad de derechos y de responsabilidades de ambos esposos en cuanto al matrimonio, durante el matrimonio y en caso de disolución del mismo. En caso de disolución, se adoptarán disposiciones que aseguren la protección necesaria a los hijos.

Capítulo IV. Metodología:

4.1 Tipo de investigación:

Diagnóstico descriptivo con propuesta metodológica para el abordaje de la problemática.

4.2 Población y muestra:

La población está compuesta de 37 estudiantes, de 17 a 30 años de edad, que cursaban la cátedra de “Seminario en Violencia Intrafamiliar” del 2º año de Profesorado en Matemáticas de la Facultad de Ciencias Naturales y Matemáticas, en la Universidad de El Salvador.

La muestra quedó conformada por 12 participantes quienes presentan los síntomas y consecuencias de la violencia intrafamiliar, esto de acuerdo al instrumento diagnóstico “Inventario de Consecuencias y Síntomas de Violencia Intrafamiliar”, por lo que fueron elegibles para participar en el Programa de Intervención.

La técnica de muestreo utilizada es de tipo intencionada, puesto que los integrantes de la muestra debían presentar los indicadores que mide el instrumento diagnóstico.

4.3 Métodos, Técnicas e Instrumentos:

4.3.1 Observación directa y sistemática: Este método se desarrolló en la intervención con las y los participantes, tanto en la fase diagnóstica, como en la fase de tratamiento. Los indicadores a observar fueron: ansiedad, actitudes, emociones, resistencia al autoconocimiento, timidez, inseguridad, en algunos hipervigilancia y apatía, en el proceso se fueron transformando en autoaceptación, perdón, trabajo en equipo, compañerismo, actitud de cambio, dinamismo, solidaridad y empatía.

4.3.2 Pruebas psicológicas:

En la fase diagnóstica se aplicó el “Inventario de consecuencias y síntomas de violencia Intrafamiliar” (Ávalos, Alfaro, Medina, 2015), como prueba diagnóstica.

En la fase de tratamiento se aplicó la prueba psicológica “Factores Personales de Resiliencia” (Ana Salgado, 2005), como prueba de entrada y de salida.

4.3.3 Instrumento diagnóstico para identificación de la muestra:

Inventario de Consecuencias y Síntomas de Violencia Intrafamiliar. Fue creado por las investigadoras a partir del capítulo 15: Violencia Intrafamiliar, del libro Psicología Forense: Manual de Técnicas y Aplicaciones. Dicho instrumento fue validado por 8 jueces, profesionales de psicología de la Universidad de El Salvador (Ver Anexo 1), bajo la fórmula de C. H. Laushe denominada: “Razón de Validez de Contenido”. El objetivo de este inventario fue diagnosticar a víctima de violencia intrafamiliar.

4.3.4 Prueba de entrada y de salida:

Para esta prueba se aplicó el Inventario de Factores Personales de Resiliencia, Cuya Autora es Ana Cecilia Salgado Lévano del Instituto de Investigación en la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad de San Martín de Porres. Lima, Perú. Este instrumento fue aceptado y validado en el año 2005.

El objetivo de la prueba es que el instrumento sea capaz de medir los Factores Personales de la Resiliencia, tales como autoestima, empatía, autonomía, humor y la creatividad y; en segundo lugar, establecer las propiedades psicométricas de validez y normalización de dicho instrumento. El diseño a utilizarse correspondió a una investigación psicométrica. Para la validación de este instrumento la muestra estuvo conformada por 495 estudiantes: 241 hombres y 254 mujeres, ubicados en Lima, Perú. El Inventario posee una alta validez de contenido, a nivel general de 0,96, específicamente en el Factor de Autoestima de 0,98, en el de Empatía de 0,99, en el de Autonomía de 0,93, en el de Humor de 0,97 y en el de Creatividad de 0,94 con un nivel de significación estadística de .001.

4.3.5 Programa de intervención:

El programa de intervención en fortalecimiento en resiliencia se denomina “Camino hacia la Resiliencia”. Con este programa se aspira abordar la problemática de la violencia intrafamiliar de la que han sido víctima los sujetos de la muestra y generar o fortalecer la habilidad de resiliencia en las y los participantes.

Al momento de aplicar el programa de intervención se presentaron los 12 estudiantes diagnosticados, pero solo 9 persistieron hasta el final.

Este programa se realizó en cuatro sesiones, cada uno tuvo una duración de 5 horas, haciendo 20 horas prácticas; se abordó un tema por cada pilar de la resiliencia: La autoestima, resiliencia, independencia, creatividad, humor, empatía, capacidad de relacionarse, asertividad e introspección.

4.3.6 Metodología participativa: Para la implementación del programa de intervención, haciendo uso de técnicas como: La actividad lúdica, técnicas de reflexión y análisis, trabajo cooperativo, técnicas de reestructuración cognitiva.

4.4 Método de análisis de los resultados:

Los resultados del Programa fueron analizados a través de la comparación de medidas entre la prueba de entrada y de salida (Inventario de Factores Personales de Resiliencia), contrastando las puntuaciones directas de cada uno de los factores que se mide en este inventario y se hizo una interpretación global de los avances que tuvo el grupo de participantes.

4.5 Procedimiento metodológico:

- ❖ Se elaboró el instrumento de recolección de datos de 17 ítems, basadas en una lista de síntomas y consecuencias de víctimas de violencia intrafamiliar que se especifican en el libro: Evaluación psicológica en Víctimas de Maltrato doméstico. De los autores Ana Isabel Sánchez y Juan Carlos Sierra.
- ❖ El instrumento fue sometido a validación por un grupo de 8 jueces, quienes consideraron que el instrumento contenía 17 ítems válidos.
- ❖ Se procedió a su respectiva edición y reproducción de los mismos.
- ❖ Una vez aprobado el instrumento se habló con la docente responsable de la cátedra “Seminario de violencia intrafamiliar” correspondiente al segundo año del profesorado en matemáticas, de la facultad de ciencias Naturales y Matemáticas de la Universidad de El Salvador.
- ❖ Se aplicó el instrumento (Ver anexo 1) y consecutivamente se calificó para obtener el diagnóstico de los estudiantes que presentan síntomas y consecuencias de la violencia intrafamiliar, determinando una muestra de 12 estudiantes, quienes se constituirán en los participantes del programa de intervención.

- ❖ Se procedió al diseño del programa de intervención de fortalecimiento en resiliencia.
- ❖ En la primera sesión del programa el día 18 de septiembre se aplicó la prueba de entrada denominada Inventario de Factores Personales de Resiliencia.
- ❖ Se ejecutó el programa de intervención de fortalecimiento en resiliencia, denominada “Camino hacia la Resiliencia”.
- ❖ La aplicación de prueba de salida fue en la última sesión el día 9 de octubre de 2015.
- ❖ Se elaboró análisis e interpretación de resultados
- ❖ Se realizó del informe final.
- ❖ Presentación del informe.
- ❖ Exposición y defensa del trabajo de investigación.

CÁPITULO V: Análisis e interpretación de resultados del programa “Camino hacia la resiliencia”

Factores de la resiliencia que se evaluaron en la intervención con el instrumento de entrada y de salida, según Ana Salgado, son los siguientes (Perú. 2005):

Autoestima: Es una variable central de la resiliencia. Una autoestima adecuada permite afrontar y recuperarse de las dificultades, debido a que la noción clara y consistente de la propia valía permite clarificar la dolorosa confusión que suelen generar las situaciones de fracaso u otras situaciones que amenazan a la persona (Panez, 2000).

La Empatía: Ha sido definida como la habilidad que posee un individuo de inferir los pensamientos y sentimientos de otros, lo que genera sentimientos de simpatía, comprensión y ternura (Batson et al. 1997).

La Autonomía: Es definida como la capacidad del individuo de decidir y realizar independientemente acciones que guarden consonancia con sus intereses y posibilidades de acuerdo a su momento de desarrollo (Panez, 2002).

El humor: Vanistendael (1995) señala la relación que existe entre resiliencia y sentido del humor, ya que plantea algunos componentes del segundo, como son: La ternura por lo imperfecto, la aceptación madura de los fracasos, la confianza cuando las cosas salen mal, todo lo cual permite reconocer el dolor y el sufrimiento y, convertir la situación adversa en algo más soportable y positivo.

Creatividad: Existe una estrecha relación entre creatividad y resiliencia, ya que la primera posibilita ver los problemas y situaciones adversas desde diferentes ángulos y dar nuevas y originales soluciones, poniendo en marcha los recursos propios. Cuando una persona se encuentra frente a una situación adversa, si la afronta desde un enfoque convencional sus posibilidades de solución se restringen, mientras que si usa su creatividad, ella le permitirá diversos y novedosos afrontes a dicha situación. (Citado por Panez, 2000).

A continuación se presentan los puntajes obtenidos en la prueba de entrada y salida, por factor de resiliencia y por participantes:

Participante 1	Autoestima	Empatía	Autonomía	Humor	Creatividad	Puntaje Total	Nivel de Resiliencia
P. Entrada	2	9	5	10	3	29	Promedio
P. Salida	4	8	8	10	2	32	Promedio

En los puntajes directos obtenidos en las pruebas de entrada y salida, refleja que antes de entrar al programa, éste ya contaba con cierto grado de resiliencia, que se vio en aumento en con su participación.

Tuvo un aumento notable en dos factores de resiliencia: en autoestima y autonomía. Y el puntaje se mantuvo en el factor humor. En los factores de empatía y creatividad para resolver los problemas se vio una disminución, pudo deberse a que reflexionaron respecto a las respuestas de la prueba de entrada, y contestaron de forma más consiente.

Participante 2	Autoestima	Empatía	Autonomía	Humor	Creatividad	Puntaje Total	Nivel de Resiliencia
P. Entrada	9	10	8	10	8	45	Muy Alto
P. Salida	9	10	10	10	8	47	Muy Alto

Se puede observar que ha tenido un leve aumento en la puntuación de resiliencia con la que inició el programa. En cuanto a los factores de autoestima, empatía, humor y creatividad se mantuvieron; en la autonomía se vio un aumento en la prueba de salida.

Participante 3	Autoestima	Empatía	Autonomía	Humor	Creatividad	Puntaje Total	Nivel de Resiliencia
P. Entrada	9	10	9	10	6	45	Muy Alto
P. Salida	10	10	10	10	8	48	Muy Alto

Se puede observar que presentó un leve aumento en el fortalecimiento de la resiliencia, ya que en los factores de la resiliencia autoestima, autonomía y creatividad tuvo un notable avance; mientras que en los factores empatía y humor se mantuvo.

Participante 4	Autoestima	Empatía	Autonomía	Humor	Creatividad	Puntaje Total	Nivel de Resiliencia
P. Entrada	10	10	9	9	4	42	Alto
P. Salida	10	9	9	9	8	45	Muy Alto

Obtuvo puntuaciones directas de 42 en su prueba de entrada y 45 puntos directos en la prueba de salida, lo cual se podría interpretar como un aumento de resiliencia. Se puede observar que en los factores de autoestima, autonomía y humor se mantuvieron las puntuaciones, más en los factores de empatía y creatividad aumentaron los puntajes.

Participante 5	Autoestima	Empatía	Autonomía	Humor	Creatividad	Puntaje Total	Nivel de Resiliencia
P. Entrada	8	8	7	10	8	41	Alto
P. Salida	7	10	5	10	7	39	Alto

Se observa que ha tenido una leve disminución en resiliencia que se ve reflejada en sus puntajes directos de 41 en la prueba de entrada a 39 en la prueba de salida. A pesar de eso se ha mantenido en un nivel alto de resiliencia, por lo que no hace mayor diferencia. En los factores de autoestima, autonomía y creatividad se pudo observar una leve disminución, pero a pesar de las situaciones que viva en su día a día se mantiene como una persona con alta resiliencia.

Participante 6	Autoestima	Empatía	Autonomía	Humor	Creatividad	Puntaje Total	Nivel de Resiliencia
P. Entrada	10	9	7	7	6	39	Alto
P. Salida	10	9	10	10	7	46	Muy Alto

Se observa que ha demostrado habilidad para salir adelante a pesar de las adversidades, ya que sus puntajes directos en la prueba de entrada fueron de un nivel alto a un nivel muy alto en la prueba de salida. Aumentó sus puntajes en los factores de autonomía humor y creatividad, mientras que mantuvo sus puntajes en los factores de autoestima y empatía.

Participante 7	Autoestima	Empatía	Autonomía	Humor	Creatividad	Puntaje Total	Nivel de Resiliencia
P. Entrada	10	9	3	10	0	32	Promedio
P. Salida	10	7	4	8	2	33	Promedio

Obtuvo una leve mejoría en sus puntuaciones directas de las pruebas de entrada y salida, ya que presenta un aumento de resiliencia en los factores de autonomía y creatividad, la mantuvo en autoestima, más disminuyó en puntajes de los factores de empatía y humor. A pesar de eso sus puntuaciones se mantuvieron a un nivel promedio en la resiliencia.

Participante 8	Autoestima	Empatía	Autonomía	Humor	Creatividad	Puntaje Total	Nivel de Resiliencia
P. Entrada	9	9	8	6	4	36	Alto
P. Salida	10	9	10	10	6	45	Muy Alto

Desde un principio presentó una alta resiliencia y tras su participación en el programa aumento a nivel: Muy alto; mostró una mejoría evidente en cada uno de los factores de resiliencia que mide la prueba de entrada y salida.

Participante 9	Autoestima	Empatía	Autonomía	Humor	Creatividad	Puntaje Total	Nivel de Resiliencia
P. Entrada	10	9	9	10	6	44	Muy Alto
P. Salida	10	9	8	10	4	41	Alto

Se observa una disminución en los puntajes directos de muy alto a alto, se mantuvo en los factores de autoestima, empatía y humor, pero disminuyó en los factores de autonomía y creatividad.

A continuación, se presenta un análisis de los puntajes globales de la prueba de entrada y de salida.

Participantes	Prueba de entrada	Prueba de Salida	Diferencia
1	29	32	+3
2	45	47	+2
3	45	48	+3
4	42	45	+3
5	41	39	-2
6	39	46	+7
7.	32	33	+1
8	36	45	+9

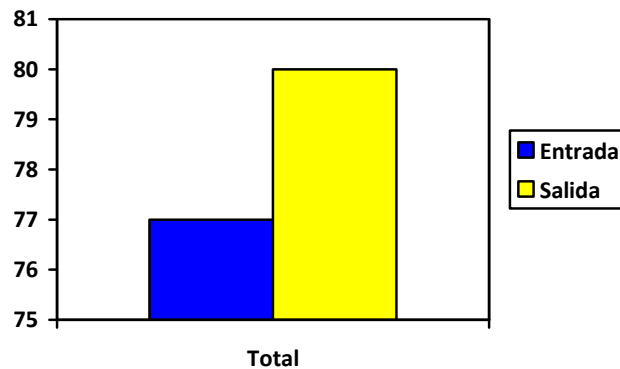
9	44	41	-3
Puntajes globales de la muestra	353	376	23

En esta comparación del puntaje directo de la prueba de entrada con respecto a la prueba de salida de cada sujeto se puede interpretar que las y los participantes del programa, “reflejan un significativo aumento de resiliencia de 23 puntos. Lo cual se interpreta que se logró el objetivo de Fortalecer la resiliencia en los estudiantes del Profesorado a través de la aplicación del programa. Además, se logró que ellos comprendieran y afrontaran la experiencia de violencia intrafamiliar de manera constructiva y propositiva, promoviendo de esta manera el poder seguir adelante con su proyecto de vida. También se considera un logro el hecho que los participantes se apropiaran de estrategias de afrontamiento ante situaciones traumáticas que les permita convertirse en agentes de cambio con sus futuros alumnos y alumnas.

Comparación de puntajes totales por factores de la resiliencia:

Factor de Autoestima:

	P. 1	P. 2	P.3	P.4	P. 5	P.6	P.7	P.8	P.9	Total
Entrada	2	9	9	10	8	10	10	9	10	77
Salida	4	9	10	10	7	10	10	10	10	80

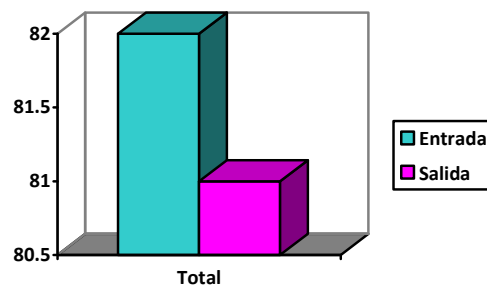


El Factor de Autoestima se ha visto en su mayoría en aumento luego de la aplicación del programa Camino hacia la resiliencia. Dejando en evidencia que el programa logró su objetivo de mejorar este factor en las y los participantes.

Al inicio del programa las y los participantes no mostraron una aceptación de sí mismos, ya que al realizar una técnica en donde se hablaba de los factores de riesgo y protección, se vieron confrontados con su propia realidad, algunos manifestaron que se sentían carentes en los factores de protección, se mostraron tensos, ansiosos, con ojos llorosos y en la medida en que se les fue empoderando en el factor de Autoestima, a través de técnicas, ellos y ellas fueron cambiando el semblante, hasta el punto en que una de las participantes expresó que ahora ella es la responsable de construir su propia autoestima y que esta no dependiera tanto de las situaciones externas.

Factor de Empatía.

	P.1	P.2	P.3	P.4	P.5	P.6	P.7	P.8	P.9	Total
Entrada	9	10	9	10	8	9	9	9	9	82
Salida	8	10	10	9	10	9	7	9	9	81

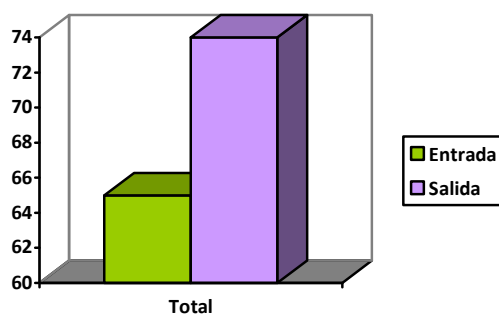


Se puede observar que en la mayoría de las y los participantes han tenido un avance en el factor de Empatía, ya que seis de nueve participantes del programa la han mantenido.

Las y los jóvenes desarrollaron una forma alternativa de comportamiento a través del concepto de empatía, y a su vez lograron reflexionar la importancia de ser empáticos, de escuchar y expresar sus sentimientos de manera adecuada a las demás personas.

Factor de autonomía

	P.1	P.2	P.3	P.4	P.5	P.6	P.7	P.8	P.9	Total
Entrada	5	8	9	9	7	7	3	8	9	65
Salida	8	10	10	9	5	10	4	10	8	74

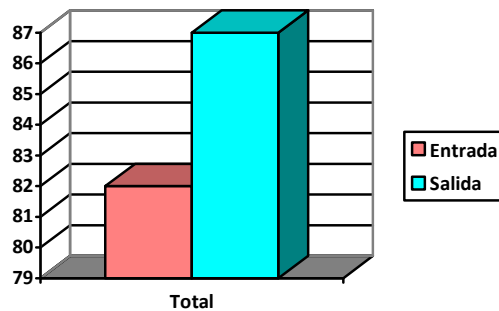


En cuanto Autonomía se refiere se ha visto un claro aumento luego de su participación en el programa de fortalecimiento de resiliencia. La gráfica refleja que 7 de 9 participantes tuvieron una respuesta adecuada en cuanto al reforzamiento en autonomía.

Se ha observado que algunas personas que viven en violencia intrafamiliar tienden a ser dependientes emocionales, pues intentan ganarse la aprobación de los demás para no sentir su rechazo, perdiendo en el proceso un poco su autonomía, sin embargo al aplicar las técnicas de esa jornada, las y los participantes lograron poner en práctica la independencia, al tomar sus propias decisiones de cómo afrontar y solucionar los conflictos o situaciones que se les presentan en su vida cotidiana.

Factor Humor

	P.1	P.2	P.3	P.4	P.5	P.6	P.7	P.8	P.9	Total
Entrada	10	10	10	9	10	7	10	6	10	82
Salida	10	10	10	9	10	10	8	10	10	87

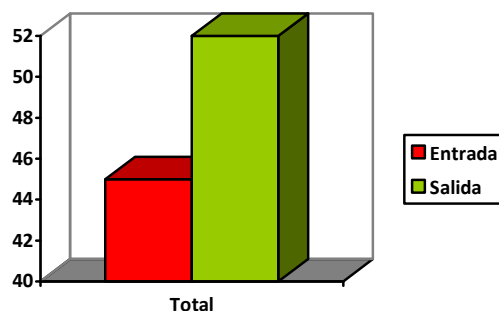


El Humor es encontrarle el lado positivo a una situación difícil y este ha sido uno de los factores de la resiliencia en los que se ha visto un aumento en el puntaje total de las y los participantes. Estos resultados tienen gran importancia por el hecho que incluye la reestructuración cognitiva al momento de estar viviendo la problemática.

Al principio de la jornada se observó que los participantes tenían cierta dificultad para ver las cosas de forma positiva, pero a través de la aplicación de las técnicas, éstos lograron cambiar de perspectiva, al poner en práctica la empatía, la escucha activa, el expresar las cosas positivas de las personas o situaciones y el ser asertivos a pesar de tener opiniones diferentes a los demás.

Factor Creatividad.

	P.1	P.2	P.3	P.4	P.5	P.6	P.7	P.8	P.9	Total
Entrada	3	8	6	4	8	6	0	4	6	45
Salida	2	8	8	8	7	7	2	6	4	52

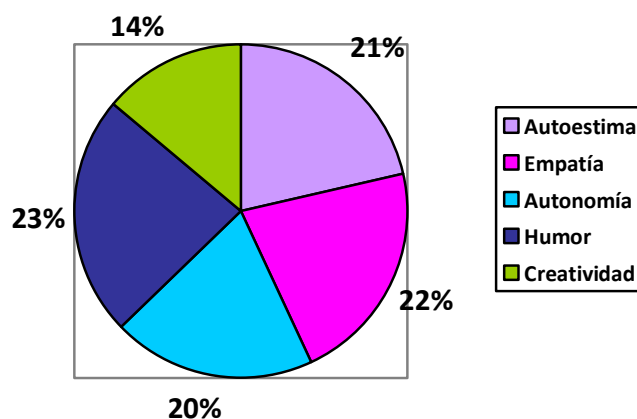


La creatividad se ha visto en aumento notable en cada uno de las y los participantes. Este es un factor de vital importancia al momento de salir adelante en las dificultades, por esa razón dicho programa se enfocó en desarrollar estas habilidades.

Los y las participantes presentaban al inicio de la jornada un conocimiento errado acerca de esta temática, ya que manifestaron que para ellos/as creatividad era una habilidad manual y en la medida que se fue desarrollando el tema fueron ampliando el significado de esta palabra, logrando reflexionar que este factor se utiliza también para buscar alternativas a sus problemáticas.

Puntajes globales prueba de salida por factor:

Factor	Puntaje global de prueba de salida	Porcentaje
1. Autoestima	80	21.39%
2. Empatía	81	21.66%
3. Autonomía	74	19.79%
4. Humor	87	23.26%
5. Creatividad	52	13.90%
Total	374	100%



Con esta prueba de salida se puede inferir que las personas que han sido víctimas de violencia intrafamiliar, en donde se ven atrofiados los factores de autoestima, empatía, autonomía, humor y creatividad, si pueden superar a través de la resiliencia las experiencias traumáticas vividas.

Se observa que las y los participantes tuvieron un crecimiento significativo en cada uno de los factores que conforman la resiliencia, los factores que tuvieron mayor avance fueron el humor con un 23.26 %; la empatía con un 21.66% y la autoestima con un 21.39%.

Conclusiones

- ☞ Las y los estudiantes que participaron en el programa de intervención, ya contaban con algunas habilidades en resiliencia, esto se puede comprobar con la prueba de entrada, sin embargo, se logró enriquecer esta habilidad en cada uno de ellos y ellas, ya que en la prueba de salida se observa un progreso global de 23 puntos en la muestra
- ☞ El programa de intervención provocó un impacto en los participantes al incorporar conocimientos sobre resiliencia, para llevarlo a la práctica en la toma de decisiones al afrontar adversidades que se presentan en la vida, con técnicas de fácil comprensión.
- ☞ No todas las personas que han sido víctimas de la violencia intrafamiliar presentan bajos niveles de resiliencia en la mayoría de los casos, esto se debe a que han contado con factores de protección o redes de apoyo fuera del hogar que han ejercido una influencia positiva en sus vidas.
- ☞ En los programas de estimulación de la capacidad de resiliencia para afrontar la violencia intrafamiliar, se hace necesaria tanto la aplicación del tratamiento individual como de la terapia grupal, para promover un desarrollo integral en las y los participantes.
- ☞ Al empoderar a los/las participantes del programa en las capacidades que conforman la resiliencia, se aumenta la probabilidad de que estos/estas se conviertan en factor de protección para sus futuros alumnos/as que sean víctimas de violencia intrafamiliar.

Recomendaciones

- A la Universidad de El Salvador se le recomienda, dar apertura a acciones psicoeducativas dirigidas a la población estudiantil, dándole espacio en el pensum de cada carrera y así no dejar a un lado la parte emocional de los estudiantes de Alma Mater.
- Para el departamento de psicología: continuar apoyando investigaciones de acción participativa con el objetivo de conocer los problemas de la población y actuar sobre ellos en situaciones relacionadas a la salud mental, fortaleciendo de esta manera las habilidades y destrezas de los estudiantes durante el proceso de aprendizaje.
- A la carrera del profesorado en matemáticas, se le recomienda realizar un programa de intervención psicológica dirigido a los futuros profesores para que estos puedan superar sus propias dificultades emocionales y de esta manera aprender a como brindar los primeros auxilios psicológicos a sus posteriores estudiantes.

Referencias Bibliográficas:

Libros:

- ☞ Johan Jacob Bachofen, El derecho materno, Suiza, 1861.
- ☞ Constitución de la Republica de El Salvador.1983.
- ☞ Engels, Friedrich. El origen de la familia y la propiedad privada y el estado. Primera edición. 1884.
- ☞ Doctor Richard Gardner, El Síndrome de Alienación Parental.1985.
- ☞ ONU. Declaración Universal De Los Derechos Humanos. 1948.
- ☞ ONU. Pacto Internacional De Derechos Civiles Y Políticos. Entrada En Vigor: 23 De Marzo De 1976
- ☞ ONU. Declaración sobre la eliminación de la violencia contra la mujer (resolución de la asamblea general de la ONU 48/104, de la fecha 20 de diciembre de 1993).
- ☞ Código de Familia, 1993.
- ☞ ONU. Declaración Y Plataforma De Acción De Beijing. 1995.
- ☞ El Instituto Salvadoreño para el Desarrollo de la Mujer (1996)
- ☞ Edith Henderson Grotberg. La resiliencia en el mundo de hoy: Cómo superar la adversidad. Buenos Aires. 2000
- ☞ Manciaux, Vanistendael, Lecomte y Cyrulnik. La felicidad es siempre posible, construir resiliencia, París, Bayard. 2000.
- ☞ Ley contra la violencia Intrafamiliar de la República de El Salvador, 2004.
- ☞ La Biblia, latinoamericana. Editorial San Pablo. 2005
- ☞ Ana Isabel Sánchez y Juan Carlos Sierra. Psicología Forense: Manual de Técnicas y Aplicaciones. Capítulo 15, Evaluación Psicológica en Víctimas de Maltrato Doméstico, pág. 296. Año 2006.
- ☞ S. Luthar. Resiliencia en el desarrollo: Una síntesis de la investigación a través de cinco décadas. Psicopatología del desarrollo. 2006
- ☞ Escuela Equinoccio, Centro de Bartolomé de las Casas, Programa de masculinidades. San Salvador.2007.
- ☞ UNICEF La violencia le hace mal a la familia. (2009)
- ☞ Asamblea Legislativa de El Salvador, Centro de Documentación Legislativa, Ley Contra La Violencia Intrafamiliar (2013).
- ☞ LEPINA. Consejo Nacional de la Niñez y de la Adolescencia 2014.
- ☞ Instituto Salvadoreño para el Desarrollo Integral de la Niñez y la Adolescencia. 2014.
- ☞ ONG Humanium, Artículo historia de los derechos del niño, Perspectiva histórica de la evolución de los derechos del niño. Suiza. 2015.

Artículos electrónicos:

- ☞ Santiago Redondo Illescas. Antonio Andrés Pueyo., Artículo de grupo de Estudios Avanzados en Violencia. Departamento de Personalidad, Facultad de Psicología, universidad de Barcelona, España. 2003
- ☞ Ernesto Chávez y Yohanka Valdés, Francis D, Pérez, D Artículo ¿Violencia invisible?, (2004)
- ☞ Subsecretaría de Prevención y Participación Ciudadana. Taller de resiliencia para adolescentes, México.2010,
- ☞ Dra. Vanesa Fernández López, Psicóloga, especialista en emociones. Artículo acerca del perfil de las personas resilientes. 2011.

Informes de tesis doctorales:

- ☞ Asociación Movimiento de Mujeres, Mélida Anaya Montes. Manual para la Intervención Grupal de Niñas, Adolescentes y Mujeres sobrevivientes de la Violencia, El Salvador. 1993.
- ☞ Ana Cecilia Salgado Lévano, Inventario de factores de resiliencia. Universidad de San Martín de Porres. Lima, Perú. 2005.
- ☞ Gustavo Olaiz, Patricia Uribe, Aurora del Río. Encuesta Nacional de Violencia contra las Mujeres en México Primera edición (2009)
- ☞ Editorial CEES. Escuela Democrática con Enfoque de Género, Modulo 1, Género. 2010
- ☞ Mónica Reyes Rojas. Diseño y evaluación de programa de resiliencia. 2013
- ☞ Dra. Rosa M. Raich Escursell, Dra. María Teresa Gutiérrez Rosado, Dr. Oscar A. Esparza del Villar. Tesis doctoral, Departamento de Psicología básica, Evaluación de un tratamiento psicológico para el estrés postraumático en mujeres de violencia doméstica en Ciudad Juárez, Barcelona, 2013.

ANEXOS

INDICE DE ANEXOS

	Pág.
1. Diagnóstico de síntomas y consecuencias de violencia intrafamiliar.....	61
2. Prueba de entrada y de salida.....	92
3. Vaciado de datos de la aplicación de la prueba de entrada y de salida.....	96
4. Programa “Camino hacia la Resiliencia”.....	106

**ANEXO1:
Diagnóstico de
síntomas y
consecuencias de
violencia
intrafamiliar para
identificación de la
muestra.**

Universidad De El Salvador
Facultad De Ciencias Y Humanidades
Departamento De Psicología



ANEXO1: Diagnóstico de síntomas y consecuencias de violencia intrafamiliar para identificación de la muestra.

ALUMNAS:

Avalos Chávez, Fátima Steffani AC05090.

Alfaro de Orellana, Karen Magaly AH04062.

Medina Valera, Nancy Esmeralda MV06010.

DOCENTE TUTORA:

Msc. Ofelia de los Ángeles Trejo.

COORDINADOR GENERAL DEL PROCESO DE GRADO:

Msc. Evaristo Morales

Ciudad Universitaria, 27 Julio del 2015.

Índice:

	Pág.
Justificación.....	64
Objetivos.....	65
Metodología.....	66
Análisis e Interpretación de los resultados.....	67
1. Presentación y análisis de resultados.....	67
2. Interpretación.....	79
Conclusiones.....	81
Recomendaciones.....	82
Anexos.....	83

Justificación

La violencia intrafamiliar es un fenómeno que afecta a la población de nuestro país, esta es vista como una práctica “normal” en la dinámica familiar ya que con el paso de los años se ha naturalizado trayendo como consecuencia daño físico y psicológico.

Este estudio surge de la necesidad de investigar a fondo las consecuencias que la violencia intrafamiliar a traído a los estudiantes que han sido víctimas de este fenómeno con el objetivo de diagnosticar y obtener una población muestra a la que se pretende empoderar y brindar nuevas estrategias necesarias para que puedan superar la violencia intrafamiliar a través del fortalecimiento en resiliencia.

Para realizar el diagnostico se debió elaborar un instrumento que midió los síntomas y consecuencia de violencia intrafamiliar esto sirvió para obtener la muestra de la población que participará en el programa de intervención en fortalecimiento en resiliencia.

Además se analizaron los resultados de forma detallada y se encontraron datos interesantes acerca de la influencia que ha tenido la vivencia de violencia intrafamiliar en el desarrollo de su personalidad.

Objetivos:

Objetivo general:

- Realizar un diagnóstico en los estudiantes que hayan sido víctimas de violencia intrafamiliar, de la cátedra seminario en prevención de violencia intrafamiliar y género ciclo I/2015, que permita seleccionar a una muestra de este grupo para que participen en un programa de intervención en fortalecimiento de resiliencia.

Objetivo. Especifico

- Elaborar un instrumento que mida los síntomas y consecuencia de violencia intrafamiliar para obtener la muestra.
- Aplicación del inventario de síntomas y consecuencias de víctimas de violencia intrafamiliar a los estudiantes de la cátedra.
- Se elaboró un informe diagnóstico de los resultados obtenidos de la aplicación del inventario.
- Seleccionar una muestra para su participación en un programa de intervención en fortalecimiento en resiliencia.

Metodología:

Participantes:

Para la elaboración del diagnóstico se aplicó el instrumento “Inventario de Síntomas y Consecuencias de Víctimas de Violencia Intrafamiliar” a 37 estudiantes entre las edades de 17 a 30 años, que cursaron la cátedra de Seminario en Violencia Intrafamiliar, ciclo I/2015, del 2º año de Profesorado en Matemáticas de la Facultad de Ciencias Naturales y Matemáticas.

Del grupo de estudiantes se seleccionó una muestra de 12 participantes ya que presentan sintomatología de violencia intrafamiliar.

Instrumento:

El diagnóstico se elaboró tras la aplicación del instrumento llamado “Inventario de Consecuencias y Síntomas de Violencia Intrafamiliar.” Que está basado en una lista de síntomas y consecuencias de víctimas de violencia intrafamiliar que se especifican en el libro: Evaluación psicológica en Víctimas de Maltrato doméstico. De los autores Ana Isabel Sánchez y Juan Carlos Sierra.

Este instrumento fue validado por 8 jueces, profesionales de psicología de la Universidad de El Salvador, bajo la fórmula de C. H. Laushe denominada: “Razón de Validez de Contenido”.

Dicho instrumento contiene 17 ítems, con opción de respuesta dicotómica de “sí” o “no”. Aborda síntomas tales como: Consecuencias físicas, depresivas, de ansiedad, psicósomáticas, síntomas de aislamiento social dependencia emocional, alteraciones sexuales y baja autoestima.

Procedimiento Metodológico:

En primera instancia se elaboró el instrumento de recolección de datos luego fue sometido a validación por un grupo de 8 jueces, quienes consideraron que el instrumento contenía 17 ítems válidos. Se procedió a su respectiva edición y reproducción de los mismos.

Una vez aprobado el instrumento se habló con la docente responsable de la cátedra “Seminario de prevención violencia intrafamiliar y género” correspondiente al segundo año del profesorado en matemáticas, para aplicar el instrumento y consecutivamente se calificó para obtener el diagnóstico de los estudiantes que presentan síntomas y consecuencias de la violencia intrafamiliar, determinando una muestra de 12 estudiantes, quienes se constituirán en los participantes del programa de intervención.

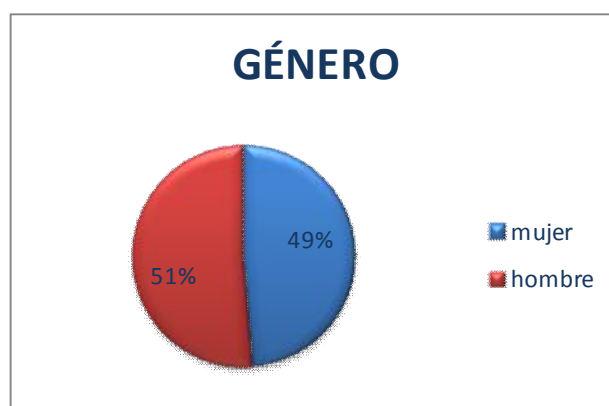
Análisis e Interpretación de los resultados

1. Presentación y análisis de resultados

Primera parte: Datos generales del inventario de consecuencias y síntomas de violencia intrafamiliar.

☞ Participantes de la muestra por género

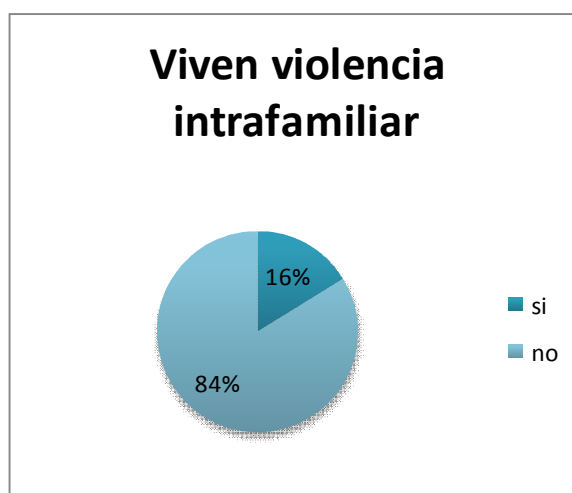
Género	Frecuencia	Porcentaje
Mujer	18	48.6%
Masculino	19	51.4%
Total	37	100.0%



La muestra consta de un total de 37 personas, cuya división por género es de 18 mujeres y 19 hombres.

☞ Vive violencia intrafamiliar:

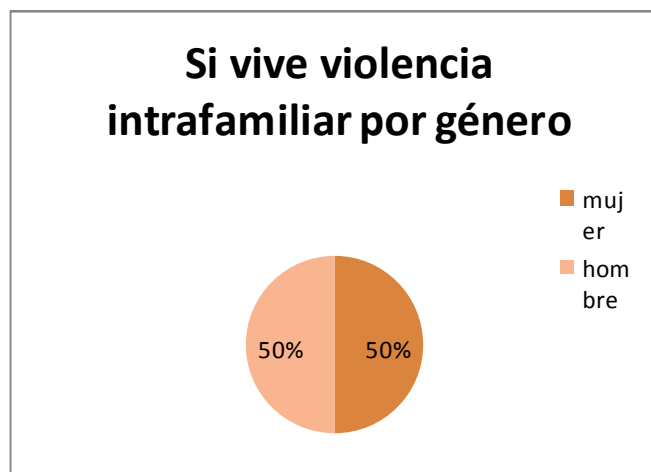
Vive violencia intrafamiliar	Frecuencia	Porcentaje
Si	6	16.2%
No	31	83.8%
Total	37	100.0%



En un 16% de las personas respondieron que si han vivido violencia en sus hogares y un 83.8% afirma que no han vivido violencia intrafamiliar. Si esta cifra se compara con los síntomas habrá un claro aumento en la misma, esto se debe a la ocultación que hay de la violencia intrafamiliar como un patrón cultural.

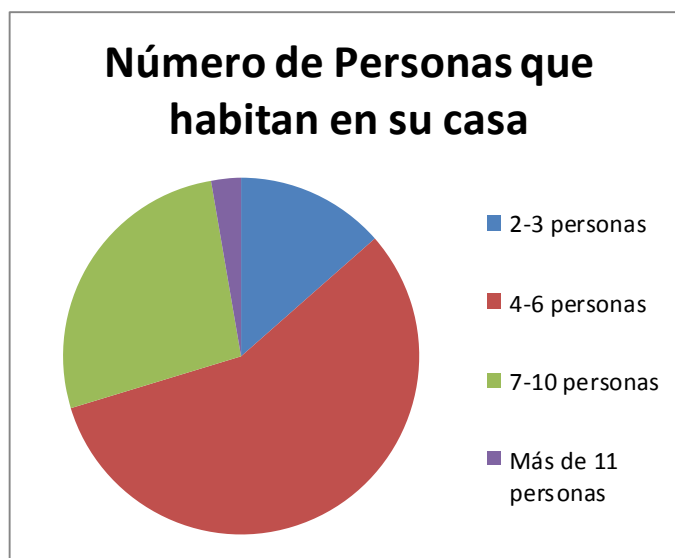
☞ Si se comparará por género las personas que viven violencia intrafamiliar

Género	Vive Violencia Intrafamiliar	
	Si	No
Mujer	3	15
Masculino	3	16



☞ Número de personas que habitan en su casa:

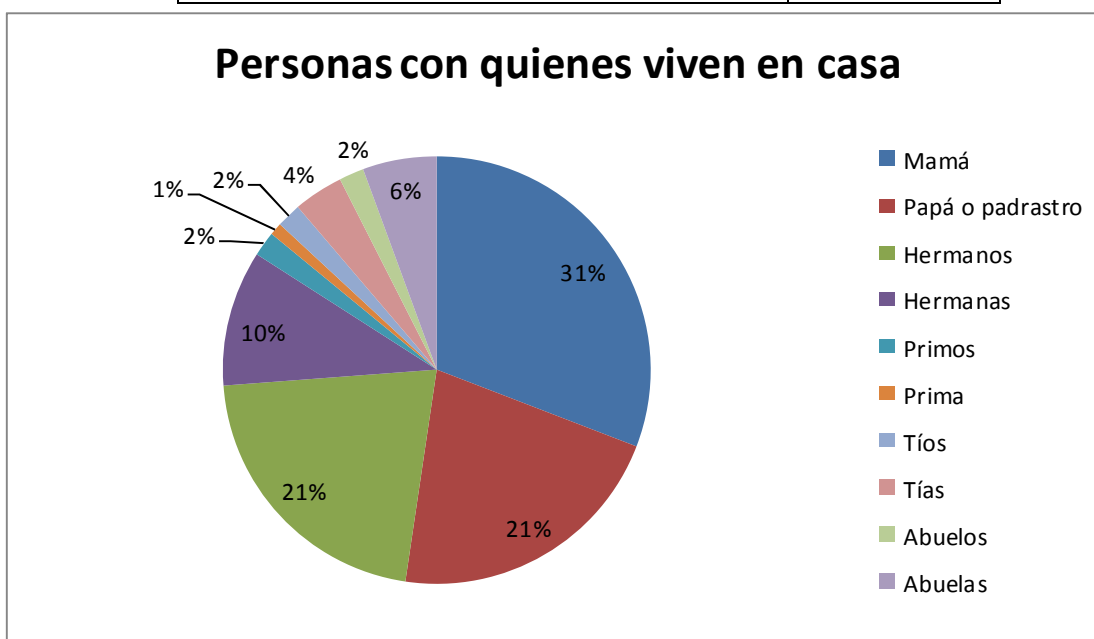
Número de Personas que viven con usted	Frecuencia
2-3 personas	5
4-6 personas	21
7-10 personas	10
Más de 11 personas	1
Total	37



Si bien la violencia intrafamiliar puede aparecer en cualquier tipo de familia, las y los estudiantes expresan que si bien no han vivido violencia en forma directa si la han vivido en forma indirecta cuando observan a sus familiares o alguno de les agrede verbalmente.

☞ Personas que conforman el núcleo familiar con quienes conviven las y los participantes.

Personas con quienes viven en casa	Frecuencia
Mamá	33
Papá o padrastro	23
Hermanos	23
Hermanas	11
Primos	2
Prima	1
Tíos	2
Tías	4
Abuelos	2
Abuelas	6



En El Salvador muchas personas no cuentan con los recursos necesarios para poder comprar su propia casa, por esto algunos de las y los estudiantes viven en asinamiento, que facilita en muchas ocasiones la vivencia de la violencia intrafamiliar.

☞ Desea participar en un programa de intervención:

Desea participar en un programa de intervención	Frecuencia	Porcentaje
Si	23	62.2%
No	5	13.5%
N/R	9	24.3%
Total	37	100.0%



Un 62% de la población muestra expresó que si le gustaría participar en un programa de intervención o capacitaciones en resiliencia, para poder enfrentar la violencia intrafamiliar.

Segunda parte: Preguntas específicas acerca de consecuencias y síntomas de violencia intrafamiliar.

1. Golpes o moretones en diversas partes del cuerpo a causa de violencia intrafamiliar.

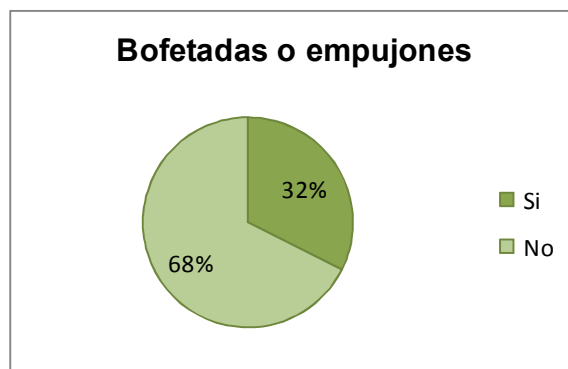
Golpes o moretones	Frecuencia	Porcentaje
Si	8	21.6%
No	29	78.4%
Total	37	100.0%



22% de las personas expresan haber sufrido golpes o moretones, como formas de violencia en sus hogares

2. Ha recibido bofetadas o empujones por algún familiar

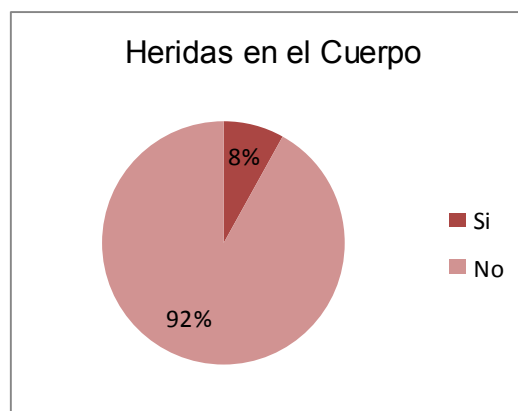
Bofetadas o empujones	Frecuencia	Porcentaje
Si	12	32.4%
No	25	67.6%
Total	37	100.0%



Un 32% de los sujetos comentan haber sufrido alguna vez bofetadas o empujones.

3. Heridas en alguna parte del cuerpo como consecuencia de violencia intrafamiliar

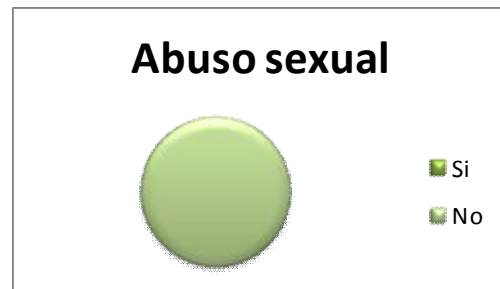
Heridas en el Cuerpo	Frecuencia	Porcentaje
Si	3	8.1%
No	34	91.9%
Total	37	100.0%



Se puede interpretar con el 8% de personas que comentan haber sufrido heridas en el cuerpo a causa de violencia intrafamiliar que han pasado por situaciones que les dejaron marcas por la inadecuada dinámica de relaciones que se establece en sus hogares. Que probablemente conlleva un daño emocional muy fuerte en estas personas.

4. Dolores genitales consecuencia de abuso o violación

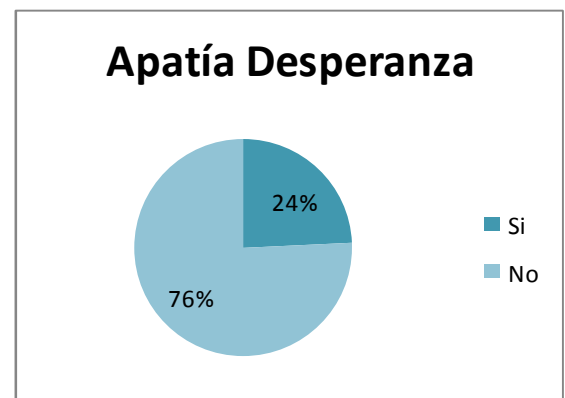
Abuso sexual	Frecuencia	Porcentaje
Si	0	0%
No	37	100%



Se podría asegurar que ninguno ha sufrido abuso sexual o violación, pero es de sopesar el hecho que por ser un ítem personal a personas desconocidas para ellos no han tenido la suficiente confianza de compartir su dolor, por lo que se espera generar la suficiente confianza en el grupo al momento de aplicar el programa de capacitación en resiliencia, por si existe algún caso de abuso o violación puedan iniciar la búsqueda de su auto cuidado y largo camino del perdón.

5. Apatía y sentimientos de desesperanza

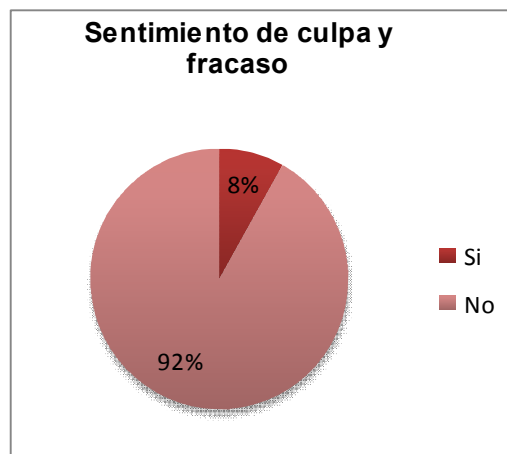
Apatía Desperanza	Frecuencia	Porcentaje
Si	9	24.3%
No	28	75.7%
Total	37	100%



Las y los participantes del instrumento diagnostico expresan en un 24% en algún momento de su vida familiar, haber tenido sentimientos de desesperanza o apatía a causa de algún maltrato físico o psicológico o de violencia intrafamiliar directamente.

6. Se siente culpable o piensa que su familia ha fracasado

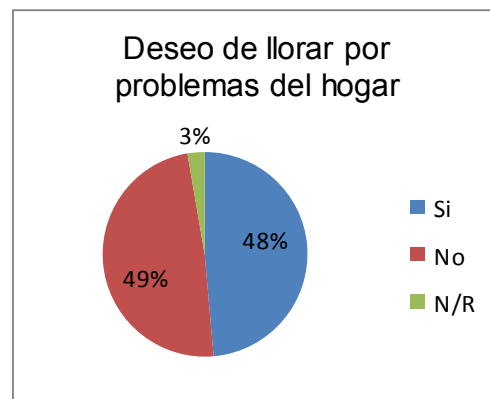
Culpa y fracasado	Frecuencia	Porcentaje
Si	3	8.1%
No	34	91.9%
Total	37	100%



El 8% de la población ha vivido en circunstancias de violencia en su hogar que se han escapado a su control y que le genera malestar psíquico, como sentimientos de culpa, ya sea por haber permitido que sucediera la violencia o por haberla ejercido, probablemente presenten sentimientos de impotencia y sentimientos que su familia ha fracasado en su misión de que los hijos crezcan con amor y educación.

7. Deseo de llorar cuando hay problemas familiares

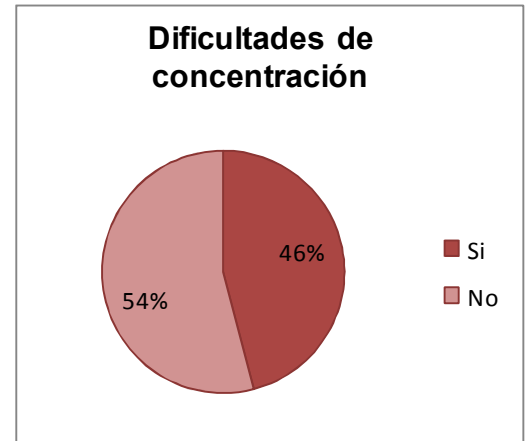
Deseos de Llorar	Frecuencia	Porcentaje
Si	18	48.6%
No	18	48.6%
N/R	1	2.7%
Total	37	100%



En muchas ocasiones el sentimiento de impotencia embarga a las hijas e hijos, referente a los problemas que se generan en su familia, esto queda comprobado con un 48% de la población quienes lo afirman.

8. Dificultades de concentración para resolver problemas

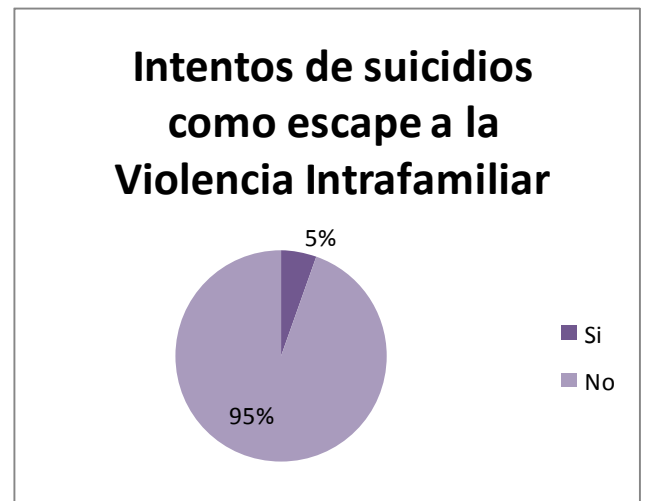
Concentración	Frecuencia	Porcentaje
Si	17	45.9
No	20	54.1
Total	37	100.0



Casi la mitad de la población afirma que cuando han vivido problemas en sus hogares se les hace difícil concentrarse para buscarle soluciones a sus dificultades.

9. Ideas o intentos de suicidios como escape a la Violencia Intrafamiliar

intentos de Suicidio	Frecuencia	Porcentaje
Si	2	5.4%
No	35	94.6%
Total	37	100%



Es preocupante que 2 personas de 37 hayan admitido libremente haber tenido intentos o pensamientos suicidas a causa de violencia intrafamiliar, se puede interpretar que la vivencia que han pasado estas personas ha sido tal en la que prefieren dejar de vivir a seguirla sufriendo.

10. Pensar constantemente que la violencia ocurrirá

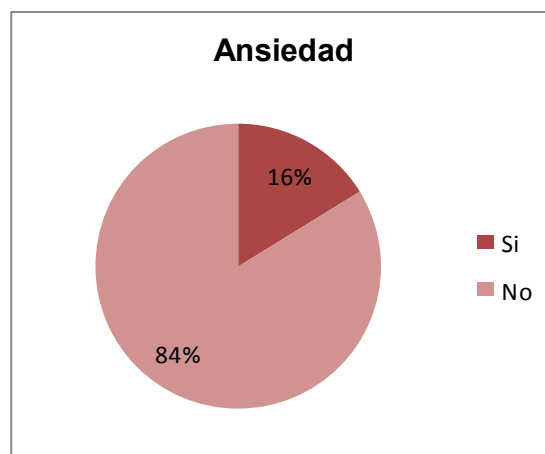
Pensamientos recurrentes	Frecuencia	Porcentaje
Si	5	13.5%
No	32	86.5%
Total	37	100%



El 14 % de la población diagnosticada comenta haber tenido pensamientos recurrentes de que la violencia en el hogar podría ocurrir nuevamente, esto indica que se ha generado un daño en su psique.

11. Temblores, sudoración, taquicardia, náuseas, escalofríos

Ansiedad	Frecuencia	Porcentaje
Si	6	16.2%
No	31	83.8%
Total	37	100%

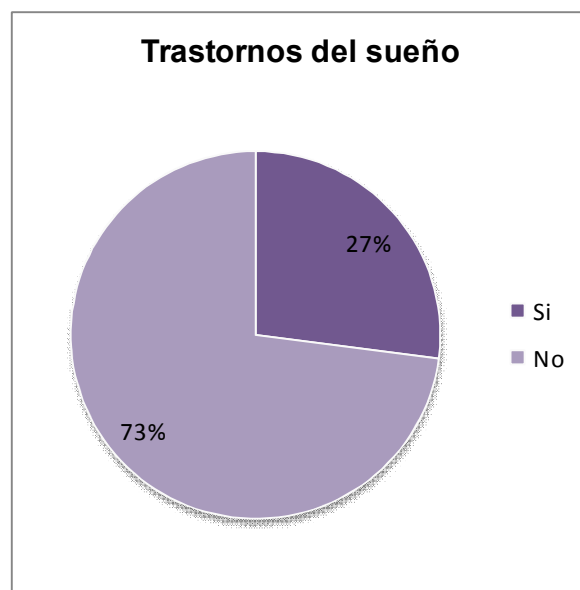


En un 16% de las personas aseguran haber sentido síntomas de ansiedad antes, durante o después de algún episodio de violencia vivido en su hogar.

12. Fatiga durante el día, insomnio o interrupción del sueño en la madrugada

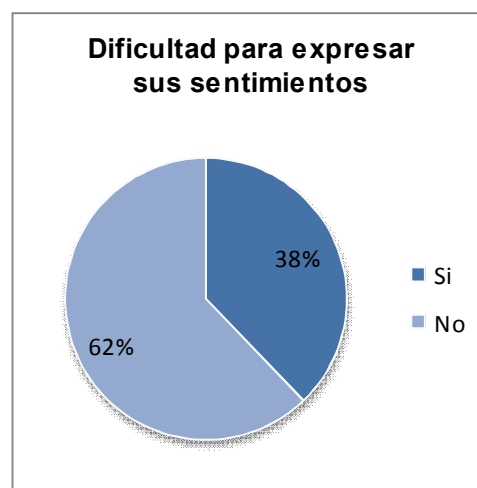
Fatiga durante el día	Frecuencia	Porcentaje
Si	10	27%
No	27	73%
Total	37	100%

En un 27% de la población muestra expresa en algún momento haber tenido trastornos en el sueño a causa de violencia en sus hogares.



13. Dificultad para expresar sus sentimientos con otras personas

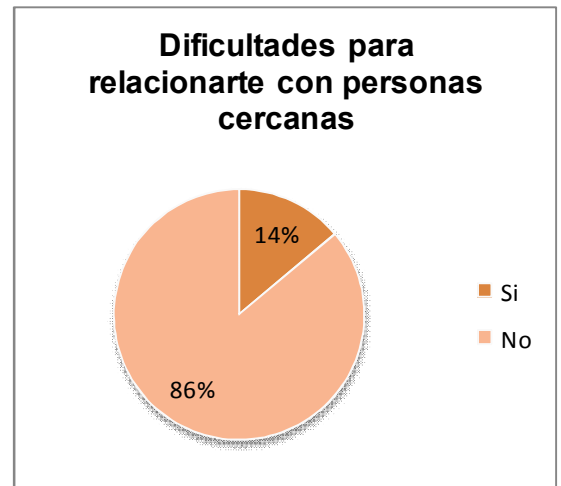
Dificultad para expresar sentimientos	Frecuencia	Porcentaje
Si	14	37.8%
No	23	62.2%
Total	37	100%



En un 38% comentan que han tenido dificultades en expresar sus sentimientos, ya sean estos acerca de problemas familiares o por problemas personales.

14. Tienes dificultades para relacionarte con personas cercanas, como familiares o amigos

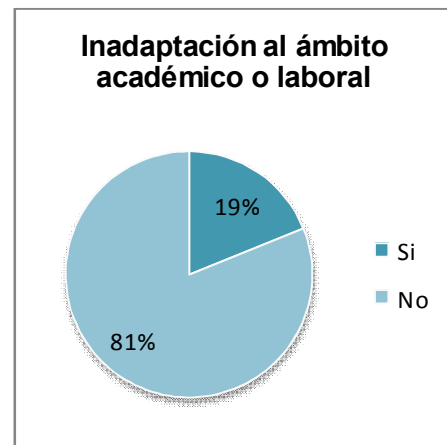
Dificultad en relacionarse	Frecuencia	Porcentaje
Si	5	13.5%
No	31	83.8%
N/R	1	2.7%
Total	37	100%



Es un buen indicador que el 86% de la población no tenga dificultades para relacionarse con personas de confianza, aun así el 14% preocupa, pues podrían estar reflejando no tener una adecuada salud mental.

15. Dificultad para adaptarse al ámbito académico o laboral (por ejemplo: evita participar en actividades grupales)

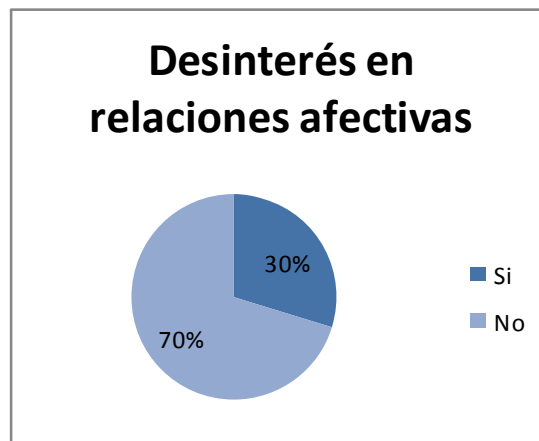
Dificultad para adaptarse	Frecuencia	Porcentaje
Si	7	18.9%
No	30	81.1%
Total	37	100%



Este ítem se refiere a la habilidad de poder trabajar en equipo, que es un reflejo de una adecuada salud mental, el 19% de la población que comenta no poder adaptarse al ámbito laboral o académico, corre el riesgo de no poder adaptarse en un futuro en su ámbito laboral con altas tendencias a la frustración.

16. Falta de interés por relaciones afectivas, por ejemplo: temor a entablar una relación de noviazgo o a casarse

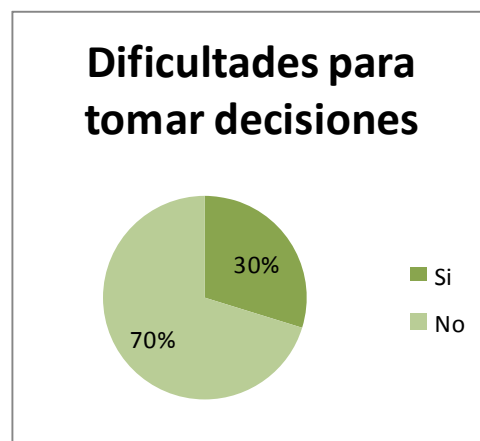
Desinterés en relaciones afectivas	Frecuencia	Porcentaje
Si	11	29.7%
No	26	70.3%
Total	37	100%



El interés en entablar relaciones afectivas se ha visto mermado en un 30% de la población diagnosticada, interpretándose cómo el hecho de que ellos no desean formalizar en un noviazgo o casarse, tal vez debido a su falta de confianza en esas instituciones sociales, para la conformación de una familia o por que no desean repetir la historia vivida personalmente.

17. Tienen dificultades para tomar decisiones

Falta de independencia	Frecuencia	Porcentaje
Si	11	29.7%
No	26	70.3%
Total	37	100%



Un 30% de los encuestados expresan tener dificultades para tomar decisiones, esto refleja que en sus vidas de adolescentes probablemente hayan pasado por un condicionamiento sistemático en el que otras personas tomaban las decisiones por ellos, no permitiendo que estos se ejercitarán en la toma de decisiones, tan importante para la consecución de la independencia y para el desarrollo pleno de la vida de un adulto.

2. Interpretación:

El presente estudio amplió la perspectiva que se tiene de la violencia intrafamiliar se puede decir que el problema de la violencia intrafamiliar es un tema del que muy poco se habla, a pesar que muchas personas lo viven, es algo que se ve mal a nivel social y por miedo a críticas, señalamientos, rechazos, etc. Muchos lo callan como lo podemos ver con el grupo de la muestra que se trabajó para realización de esta investigación.

De los treinta y siete estudiantes de la muestra solo seis aceptaron que actualmente viven violencia intrafamiliar, a pesar que una de las preguntas que se les hizo diez de los cuales manifestaron que como hijos se considera víctima de violencia intrafamiliar, lo cual solo seis aceptaron abiertamente que viven violencia intrafamiliar; y siete que no pero como hijos si se considera víctima.

Otros de los aspectos a resaltar que la violencia intrafamiliar puede aparecer en cualquier tipo de familia, la mayoría de los hogares no está solo compuesto por papá, mamá e hijos, por ejemplo en este grupo de jóvenes 11 viven en asinamiento con más de 6 personas conviviendo en su hogar. Esto es una pequeña muestra de los hogares salvadoreños que viven en asinamiento en los que se puede vivir la violencia intrafamiliar de forma directa o indirecta.

Otro dato sobresaliente que entre 9 años a 21 años son las edades que el grupo ha manifestado que ha vivido violencia intrafamiliar en su hogar. Esto ha traído consecuencias graves a algunos alumnos del grupo, que reconocen haber padecido síntomas físicos, psicológicos, ansiosos y depresivos, en algunos casos hasta haber pensado en la muerte como una salida. Esto indica la importancia de aplicar un programa de intervención en el que se les enseñe a las y los jóvenes que hay otras opciones, y que ellas y ellos pueden ser agentes de cambio en su propia vida y en la vida de los demás.

Otras áreas que se considera necesario abordar es el desarrollo de habilidades sociales, autonomía, y autoestima, que a través del diagnóstico se ha convertido en parte importante para desarrollar en la aplicación del programa.

De acuerdo a los resultados obtenidos en el inventario de consecuencia y síntomas de violencia intrafamiliar, se infiere que los/as estudiantes en su mayoría han sido afectados

emocional y físicamente como consecuencia de la violencia intrafamiliar, debido a que han internalizado estas vivencias por que han recibido un condicionamiento sistemático que ha naturalizado este proceso.

Una buena parte de las y los estudiantes del grupo muestra, expresan que provienen de familias desintegradas y que han recibido violencia en sus hogares a temprana edad, que es cuando se forma la personalidad del individuo, viéndose afectados en las diferentes áreas de su vida como; autoestima, relaciones interpersonales, dependencia, habilidades sociales, moralidad, creatividad, humor entre otros, y que coinciden con lo que refleja la teoría acerca de los pilares de la resiliencia.

Por lo que se considera necesario aplicar un programa de intervención en el fortalecimiento en resiliencia, esto con el propósito de ayudar a los jóvenes a que puedan superar estas dificultades y adquieran nuevos conocimientos llevándolos a la práctica.

Conclusiones:

- Tras la aplicación del instrumento diagnóstico se encontró que un tercio de las y los estudiantes de la cátedra “seminario en prevención de violencia intrafamiliar y género” ciclo I/2015, han sido víctimas de violencia intrafamiliar, ya que presentan sintomatología que lo corrobora.
- Se puede afirmar que el instrumento “inventario de consecuencias y síntomas de violencia intrafamiliar” si cumple con las características necesarias para la medición de los síntomas de violencia intrafamiliar.
- El hecho de las y los estudiantes hayan vivido violencia intrafamiliar en las etapas tempranas de la niñez y adolescencia ha incidido en el desarrollo integral de su personalidad, en específico en las áreas de autoestima, autonomía y habilidades sociales, estos son temas que se abordaran en el fortalecimiento de la resiliencia.
- Se puede confirmar que la violencia intrafamiliar desencadena síntomas depresivos, ansiosos, problemas psicosomáticos, aislamiento social y dependencia emocional que afecta indiscutiblemente en la psiquis de las personas.

Recomendaciones

Con base a la experiencia obtenida a través de este trabajo de investigación se recomienda lo siguiente:

- ☞ Para minimizar el impacto de la violencia intrafamiliar en las y los estudiantes se recomienda abordar temáticas referentes a cómo prevenir y afrontar la violencia intrafamiliar.
- ☞ Sensibilizar a la comunidad educativa de la desnaturalización de la violencia intrafamiliar y la influencia que esta ejerce en la personalidad de las y los jóvenes.
- ☞ Se sugiere a la carrera del profesorado en matemáticas tomar en cuenta esta problemática que existe en nuestra realidad Salvadoreña para que en conjunto con el departamento de psicología se implementen programas en el reforzamiento de la autoestima, habilidades sociales y autonomía ya que son algunos de los aspectos que se ven afectados por la violencia intrafamiliar.
- ☞ Implementar un programa de intervención en el fortalecimiento de resiliencia denominado: “Camino hacia la resiliencia” con el propósito de empoderar a las y los estudiantes que han sido víctimas de violencia intrafamiliar.

Anexos

Del

Diagnóstico

**Inventario de
consecuencias y
síntomas de
violencia
intrafamiliar**

Inventario de Consecuencias y Síntomas de Violencia Intrafamiliar.

La información personal vertida en este inventario es confidencial y solo se utilizará con fines diagnósticos para crear un programa de intervención acorde a las necesidades del grupo.

Datos Generales:

Nombre: _____

Género: _____

Edad: _____

Carrera: _____

Nivel académico: _____

Materia: _____

Fecha de Hoy: _____

Número de personas que habitan en tú casa: _____

Parentesco:

a. Actualmente, ¿Vive usted la Violencia Intrafamiliar? Sí ___ No ___

b. ¿De qué tipo?

 Directa ___ Indirecta ___

c. ¿Desde qué edad usted ha observado que ha habido violencia intrafamiliar en su hogar? (Puede marcar varias)

0-4 años ___ 5-8 a ___ 9- 15 a ___ 16-21 a ___ 21-30 a ___ 30-50 a ___

d. Como hijo/a usted se considera víctima de violencia intrafamiliar

 Sí ___ No ___

e. Si ha sido víctima de violencia intrafamiliar, ¿Estaría dispuesta/o a participar en un programa de intervención de violencia intrafamiliar?

 Sí ___ No ___

Inventario de Consecuencias y Síntomas de Violencia Intrafamiliar.

Indicaciones: Lea la siguiente lista de síntomas que presentan algunas personas que han sufrido violencia en sus hogares y marque "Sí" en caso de haber padecido alguna vez este síntoma o "No" si nunca en su vida ha pasado por algo así. Le recordamos que la información aquí recolectada es confidencial.

Síntomas	Nº	Consecuencias o Síntomas, antes durante o después de un episodio de Violencia Intrafamiliar.	Sí	No
Consecuencias Físicas	1	Golpes o moretones en diversas partes del cuerpo		
	2	Ha recibido bofetadas o empujones por algún familiar		
	3	Heridas en alguna parte del cuerpo como consecuencia de violencia intrafamiliar		
	4	Dolores genitales consecuencia de abuso o violación		
Depresivos	5	Apatía y sentimientos de desesperanza		
	6	Se siente culpable o piensa que su familia es un fracaso		
	7	Deseo de llorar cuando hay problemas familiares		
	8	Dificultades de concentración para resolver problemas		
	9	Ideas o intentos de suicidios como escape a la Violencia Intrafamiliar		
Ansiedad	10	Pensar constantemente que la violencia ocurrirá		
	11	Temblores, sudoración, taquicardia, náuseas, escalofríos		
Psicosomáticos	12	Fatiga durante el día, insomnio o interrupción del sueño en la madrugada		
Aislamiento Social y Dependencia Emocional	13	Dificultad para expresar sus sentimientos con otras personas		
	14	Tienes dificultades para relacionarte con personas cercanas, como familiares o amigos		
	15	Dificultad para adaptarse al ámbito académico o laboral (por ejemplo: evita participar en actividades grupales)		
Sexuales	16	Falta de interés por relaciones afectivas, por ejemplo: temor a entablar una relación de noviazgo o a casarse		
Baja Autoestima	17	Tienen dificultades para tomar decisiones		

Razón de validez

Razón de Validez del instrumento: “Inventario de Consecuencias y Síntomas de Violencia Intrafamiliar”. ICS- VIF

N°	Ítems	Esencial	Fórmula $CVR = \frac{ne - N/2}{N/2}$	total
1	Fracturas, moretones en diversas partes del cuerpo.	8	$CVR = \frac{8 - 8/2}{8/2} = \frac{4}{4} = 1$	Valida
2	Quemaduras no accidentales, mordeduras causadas con intención	7	$CVR = \frac{7 - 8/2}{8/2} = \frac{3}{4} = 0.75$	Valida
3	Heridas como consecuencia de violencia intrafamiliar.	7	$CVR = \frac{7 - 8/2}{8/2} = \frac{3}{4} = 0.75$	Valida
4	Lesiones o pérdida de órganos internos.	6	$CVR = \frac{6 - 8/2}{8/2} = \frac{2}{4} = 0.5$	No valida
5	Dolores genitales como consecuencia de abuso o violación.	7	$CVR = \frac{7 - 8/2}{8/2} = \frac{3}{4} = 0.75$	Valida
6	Apatía y sentimientos de desesperanza.	8	$CVR = \frac{8 - 8/2}{8/2} = \frac{4}{4} = 1$	Valida
7	Sensación de culpabilidad y fracaso familiar.	8	$CVR = \frac{8 - 8/2}{8/2} = \frac{4}{4} = 1$	Valida
8	Deseo de llorar cuando hay problemas familiares.	8	$CVR = \frac{8 - 8/2}{8/2} = \frac{4}{4} = 1$	Valida
9	Dificultades de concentración y/o para resolver problemas.	8	$CVR = \frac{8 - 8/2}{8/2} = \frac{4}{4} = 1$	Valida
10	Ideas o intentos de suicidio como escape a la violencia intrafamiliar.	7	$CVR = \frac{7 - 8/2}{8/2} = \frac{3}{4} = 0.75$	Valida
11	Miedo a morir como consecuencia de la violencia intra familiar.	5	$CVR = \frac{5 - 8/2}{8/2} = \frac{1}{4} = 0.25$	No valida
12	Pensar constantemente que la violencia ocurrirá.	8	$CVR = \frac{8 - 8/2}{8/2} = \frac{4}{4} = 1$	Valida
13	Miedo a perder el control y lastimar a alguien.	6	$CVR = \frac{6 - 8/2}{8/2} = \frac{2}{4} = 0.5$	No valida

14	Mareo, sensación de ahogo y/o de pérdida de conciencia.	6	$\text{CVR} = \frac{6 - 8/2}{8/2} = \frac{2}{4} = 0.5$	No valida
15	Temblores, sudoración, taquicardia, nauseas, escalofríos.	7	$\text{CVR} = \frac{7 - 8/2}{8/2} = \frac{3}{4} = 0.75$	Valida
16	Fatiga, alteraciones del sueño.	8	$\text{CVR} = \frac{8 - 8/2}{8/2} = \frac{4}{4} = 1$	Valida
17	Alteraciones del apetito y/o problemas estomacales.	6	$\text{CVR} = \frac{6 - 8/2}{8/2} = \frac{2}{4} = 0.5$	No valida
18	Perdida del cabello por el estrés a causa de la violencia intrafamiliar.	5	$\text{CVR} = \frac{5 - 8/2}{8/2} = \frac{1}{4} = 0.25$	No valida
19	Problemas menstruales y/o infecciones vaginales recurrentes.	5	$\text{CVR} = \frac{5 - 8/2}{8/2} = \frac{1}{4} = 0.25$	No valida
20	Falta de interés por compartir sus sentimientos con otros.	7	$\text{CVR} = \frac{7 - 8/2}{8/2} = \frac{3}{4} = 0.75$	Valida
21	Aislamiento de amigos y familiares.	8	$\text{CVR} = \frac{8 - 8/2}{8/2} = \frac{4}{4} = 1$	Valida
22	Dificultad para adaptarse al ámbito laboral y/o académico, evitan participar en actividades que se realizan.	7	$\text{CVR} = \frac{7 - 8/2}{8/2} = \frac{3}{4} = 0.75$	Valida
23	Falta de interés por las relaciones de pareja.	7	$\text{CVR} = \frac{7 - 8/2}{8/2} = \frac{3}{4} = 0.75$	Valida
24	Disfunciones sexuales.	3	$\text{CVR} = \frac{3 - 8/2}{8/2} = \frac{1}{4} = 0.25$	No valida
25	El proveedor/a del hogar no aporta para la comida, salud, vestimenta o vivienda.	6	$\text{CVR} = \frac{6 - 8/2}{8/2} = \frac{2}{4} = 0.5$	No valida
26	Le han dañado o sustraído objetos de su propiedad como forma de represión.	5	$\text{CVR} = \frac{5 - 8/2}{8/2} = \frac{1}{4} = 0.25$	No valida
27	Retención de dinero o bienes que pertenecen a un miembro de la familia.	4	$\text{CVR} = \frac{4 - 8/2}{8/2} = \frac{0}{4} = 0$	No valida
28	Dificultades para tomar decisiones, piensa que no puede.	7	$\text{CVR} = \frac{7 - 8/2}{8/2} = \frac{3}{4} = 0.75$	Valida

			$\frac{8/2}{4}$	
29	Evita discutir o emitir su opinión.	5	$\text{CVR} = \frac{5 - \frac{8/2}{4}}{\frac{8/2}{4}} = \frac{1}{4} = 0.25$	No valida
30	Falta de interés por su estado de salud.	6	$\text{CVR} = \frac{6 - \frac{8/2}{4}}{\frac{8/2}{4}} = \frac{2}{4} = 0.5$	No valida

Constancia de expertos

Anexo 2: Prueba de entrada y de salida

INVENTARIO DE FACTORES PERSONALES DE RESILIENCIA

Nombre y Apellido: _____ sexo: _____
 Edad: _____

1	Tengo personas alrededor en quienes confió y quienes me quieren.	SI	NO
2	Soy feliz cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mi amor.	SI	NO
3	Me cuesta mucho entender los sentimientos de los demás.	SI	NO
4	Sé cómo ayudar a alguien que esta triste.	SI	NO
5	Estoy dispuesto(a) a responsabilizarme de mis actos.	SI	NO
6	Puedo buscar maneras de resolver mis problemas.	SI	NO
7	Trato de mantener el buen ánimo la mayor parte del tiempo.	SI	NO
8	Me gusta reírme de los problemas que tengo.	SI	NO
9	Cuando tengo un problema hago cosas nuevas para poder solucionarlos.	SI	NO
10	Me gusta imaginar formas en la naturaleza, por ejemplo le doy formas a las nubes.	SI	NO
11	Soy una persona por la que los otros sienten aprecio y cariño.	SI	NO
12	Puedo equivocarme o hacer travesuras sin perder el amor de mis padres.	SI	NO
13	Ayudo a mis compañeros cuando puedo.	SI	NO
14	Aunque tenga ganas, puedo evitar hacer algo peligroso o que no está bien.	SI	NO
15	Me doy cuenta cuando hay peligro y trato de prevenirlo	SI	NO
16	Me gusta estar siempre alegre a pesar de las dificultades que pueda tener.	SI	NO
17	Le encuentro el lado chistoso a las cosas malas que me pasan.	SI	NO
18	Me gusta imaginar situaciones nuevas, como por ejemplo estar en la	SI	NO

	luna.		
19	Me gusta cambiar las historias o cuentos, con cosas que a mi me ocurren.	SI	NO
20	Aunque me sienta triste o este molesta, los demás me siguen queriendo.	SI	NO
21	Soy feliz	SI	NO
22	Me entristece ver sufrir a la gente.	SI	NO
23	Trato de no herir los sentimientos de los demás.	SI	NO
24	Puedo resolver problemas propios de mi edad.	SI	NO
25	Puedo tomar decisiones con facilidad.	SI	NO
26	Me es fácil reírme aun en los momentos más feos y triste de mi vida.	SI	NO
27	Me gusta reírme de los defectos de los demás.	SI	NO
28	Antes situaciones difíciles, encuentro nuevas soluciones con rapidez y facilidad.	SI	NO
29	Me gusta que las cosas se hagan como siempre.	SI	NO
30	Es difícil que me vaya bien, porque no soy bueno(a) ni inteligente.	SI	NO
31	Me doy por vencida fácilmente ante cualquier dificultad.	SI	NO
32	Cuando una persona tiene algún defecto me burlo de él o ella.	SI	NO
33	Yo pienso que cada quien debe salir de sus problemas como pueda.	SI	NO
34	Prefiero que me digan lo que debo hacer.	SI	NO
35	Me gusta seguir más las ideas de los demás.	SI	NO
36	Estoy de mal humor casi todo el tiempo.	SI	NO
37	Generalmente no me río.	SI	NO
38	Me cuesta trabajo imaginar situaciones nuevas.	SI	NO
39	Cuando hay problemas o dificultades, no se me ocurre nada para poder resolverlo.	SI	NO

40	Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy.	SI	NO
41	Tengo una mala opinión de mí mismo (a)	SI	NO
42	Se cuando un amigo (a) esta alegre.	SI	NO
43	Me fastidia tener que escuchar a los demás.	SI	NO
44	Me interesa poco lo que pueda sucederle a los demás.	SI	NO
45	Me gusta que los demás tomen decisiones por mí.	SI	NO
46	Me siento culpable de los problemas que hay en mi casa.	SI	NO
47	Con tantos problemas que tengo, casi nada me hace reír.	SI	NO
48	Le doy más importancia al lado triste de las cosas que me pasan.	SI	NO

**Anexo 3: Vaciado
de datos de
aplicación de la
prueba de entrada y
de salida.**

Vaciado de datos de prueba de entrada y de salida.

Participante 1

Autoestima	Ítems positivos						Ítems negativos				Total
	1	2	11	12	20	21	30	31	40	41	
Prueba de Entrada	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	2
Prueba de Salida	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	4
Empatía	Ítems positivos					Ítems negativos					Total
	4	13	22	23	42	3	32	33	43	44	
Prueba de Entrada	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
Prueba de Salida	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	8
Autonomía	Ítems positivos						Ítems negativos				Total
	5	6	14	15	24	25	34	35	45	46	
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	5
Prueba de salida	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	8
Humor	Ítems positivos					Ítems negativos					Total
	7	8	16	17	26	27	36	37	47	48	
Prueba de Entrada	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Prueba de Salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Creatividad	Ítems positivos					Ítems negativos				Total	
	9	10	18	19	28	29	38	39			
Prueba de entrada	1	1	0	0	0	0	1	0		3	
Prueba de salida	0	0	0	1	0	1	0	0		2	

Participante 2

Autoestima	Ítems positivos						Ítems negativos				Total
	1	2	11	12	20	21	30	31	40	41	
Prueba de Entrada	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9
Prueba de Salida	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9
Empatía	Ítems positivos					Ítems negativos					Total
	4	13	22	23	42	3	32	33	43	44	
Prueba de Entrada	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Prueba de Salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Autonomía	Ítems positivos						Ítems negativos				Total
	5	6	14	15	24	25	34	35	45	46	
Prueba de entrada	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	8
Prueba de salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Humor	Ítems positivos						Ítems negativos				Total
	7	8	16	17	26	27	36	37	47	48	
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Prueba de salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Creatividad	Ítems positivos						Ítems negativos			Total	
	9	10	18	19	28	29	38	39			
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	1	1	1	8		
Prueba de salida	1	1	1	1	1	1	1	1	8		

Participante 3

Autoestima	Ítems positivos						Ítems negativos				Tota
	1	2	11	12	20	21	30	31	40	41	
Prueba de Entrada	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9
Prueba de Salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Empatía	Ítems positivos						Ítems negativos				Tota
	4	13	22	23	42		3	32	33	43	
Prueba de Entrada	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Prueba de Salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Autonomía	Ítems positivos						Ítems negativos				Total
	5	6	14	15	24	25	34	35	45	46	
Prueba de Entrada	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
Prueba de Salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Humor	Ítems positivos						Ítems negativos				Tota
	7	8	16	17	26		27	36	37	47	
Prueba de Entrada	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Prueba de Salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Creatividad	Ítems positivos						Ítems negativos				Tota
	9	10	18	19	28		29	38	39		
Prueba de Entrada	1	1	1	1	0		1	1	1		6
Prueba de Salida	1	1	1	1	1		1	1	1		8

Participante 4

Autoestima	Items positivos						Items negativos				Total
	1	2	11	12	20	21	30	31	40	41	
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Prueba de salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Empatía	Items positivos						Items negativos				Total
	4	13	22	23	42	3	32	33	43	44	
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Prueba de salida	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	9
Autonomía	Items positivos						Items negativos				Total
	5	6	14	15	24	25	34	35	45	46	
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
Prueba de salida	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
Humor	Items positivos						Items negativos				Total
	7	8	16	17	26	27	36	37	47	48	
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
Prueba de salida	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
Creatividad	Items positivos						Items negativos			Total	
	9	10	18	19	28	29	38	39			
Prueba de entrada	0	1	0	1	0	1	0	1		4	
Prueba de salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	8	

Participante 5

Autoestima	Items positivos						Items negativos				Total
	1	2	11	12	20	21	30	31	40	41	
Prueba de entrada	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	8
Prueba de salida	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	7
Empatía	Items positivos						Items negativos				Total
	4	13	22	23	42	3	32	33	43	44	
Prueba de entrada	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	8
Prueba de salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Autonomía	Items positivos						Items negativos				Total
	5	6	14	15	24	25	34	35	45	46	
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	7
Prueba de salida	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	5
Humor	Items positivos						Items negativos				Total
	7	8	16	17	26	27	36	37	47	48	
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Prueba de salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Creatividad	Items positivos						Items negativos			Total	
	9	10	18	19	28	29	38	39			
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	1	1	1	1	8	
Prueba de salida	1	1	1	1	0	1	1	1	1	7	

Participante 6

Autoestima	Items positivos						Items negativos				Total
	1	2	11	12	20	21	30	31	40	41	
Prueba de entrada	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	10
Prueba de salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Empatía	Items positivos						Items negativos				Total
	4	13	22	23	42	3	32	33	43	44	
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
Prueba de salida	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
Autonomía	Items positivos						Items negativos				Total
	5	6	14	15	24	25	34	35	45	46	
Prueba de entrada	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	7
Prueba de salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Humor	Items positivos						Items negativos				Total
	7	8	16	17	26	27	36	37	47	48	
Prueba de entrada	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	7
Prueba de salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Creatividad	Items positivos						Items negativos			Total	
	9	10	18	19	28	29	38	39			
Prueba de entrada	1	1	0	1	0	1	1	1		6	
Prueba de salida	1	1	1	0	1	1	1	1		7	

Participante 7

Autoestima	Items positivos						Items negativos				Total
	1	2	11	12	20	21	30	31	40	41	
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Prueba de salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Empatía	Items positivos						Items negativos				Total
	4	13	22	23	42		3	32	33	43	
Prueba de entrada	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
Prueba de salida	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	7
Autonomía	Items positivos						Items negativos				Total
	5	6	14	15	24	25	34	35	45	46	
Prueba de entrada	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	3
Prueba de salida	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	4
Humor	Items positivos						Items negativos				Total
	7	8	16	17	26		27	36	37	47	
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Prueba de salida	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	8
Creatividad	Items positivos						Items negativos			Total	
	9		10	18	19	28	29	38	39		
Prueba de entrada	0		0	0	0	0	0	0	0	0	
Prueba de salida	0		0	0	0	0	0	1	1	2	

Participante 8

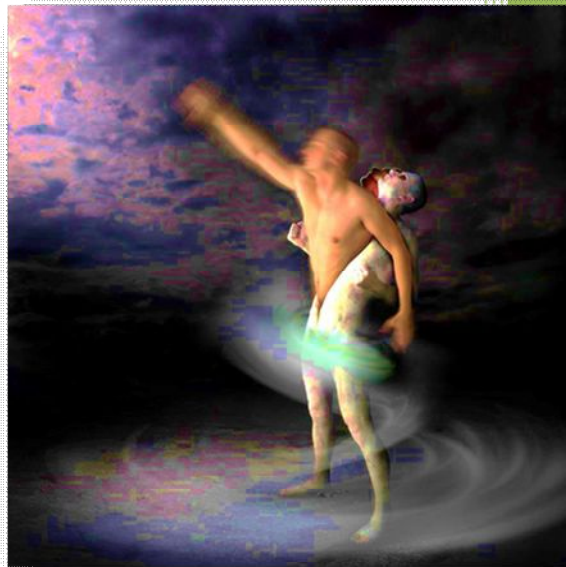
Autoestima	Ítems positivos						Ítems negativos				Total
	1	2	11	12	20	21	30	31	40	41	
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
Prueba de salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Empatía	Ítems positivos						Ítems negativos				Total
	4	13	22	23	42		3	32	33	43	
Prueba de entrada	1	1	1	1	1		0	1	1	1	9
Prueba de salida	1	1	1	1	1		0	1	1	1	9
Autonomía	Ítems positivos						Ítems negativos				Total
	5	6	14	15	24	25	34	35	45	46	
Prueba de entrada	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	8
Prueba de salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Humor	Ítems positivos						Ítems negativos				Total
	7	8	16	17	26		27	36	37	47	
Prueba de entrada	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	6
Prueba de salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Creatividad	Ítems positivos						Ítems negativos			Total	
	9		10	18	19	28	29	38	39		
Prueba de entrada	1		1	0	0	0	1	0	1	4	
Prueba de salida	1		1	0	0	1	1	1	1	6	

Participante 9

Autoestima	Items positivos						Items negativos				Total
	1	2	11	12	20	21	30	31	40	41	
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Prueba de salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Empatía	Items positivos					Items negativos					Total
	4	13	22	23	42	3	32	33	43	44	
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
Prueba de salida	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
Autonomía	Items positivos						Items negativos				Total
	5	6	14	15	24	25	34	35	45	46	
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
Prueba de salida	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	8
Humor	Items positivos					Items negativos					Total
	7	8	16	17	26	27	36	37	47	48	
Prueba de entrada	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Prueba de salida	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
Creatividad	Items positivos					Items negativos				Total	
	9	10	18	19	28	29	38	39			
Prueba de entrada	1	0	0	1	1	1	1	1		6	
Prueba de salida	1	0	0	0	1	1	0	1		4	

**Anexo 4: Programa
“Camino hacia la
Resiliencia”**

Programa de intervención de fortalecimiento en resiliencia en víctimas de violencia intrafamiliar “Camino hacia la Resiliencia”



Estudiantes de Psicología en Proceso de Grado:

Avalos Chávez, Fátima Steffani

Alfaro de Orellana, Karen Magaly

Medina Varela, Nancy Esmeralda

1. **Título del programa:** “Camino hacia la Resiliencia”

2. **Descripción del Programa:** El presente Programa de Intervención en el Fortalecimiento de Resiliencia en Víctimas de Violencia Intrafamiliar, “Camino hacia la Resiliencia” contiene 10 planes operativos con sesiones de carácter grupal, con una duración de dos horas cada una. Las sesiones se han diseñado con base a la metodología lúdica, participativa y vivencial. La estructura en cada sesión lleva el siguiente orden: presentación de la jornada, dinámica de animación, Exploración de los conocimientos previos, nuevos aprendizajes, aplicación de los aprendizajes, evaluación de la vivencia y cierre del taller.

Cada sesión va destinada a fortalecer las habilidades en resiliencia basándose en los ocho pilares¹ que plantea Grotberg (1995) siendo las siguientes:

- ❖ Introspección: Arte de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta.
- ❖ Independencia: Saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas, de mantener distancia emocional y física sin caer en el aislamiento.
- ❖ Capacidad de relacionarse: Habilidad para establecer lazos e intimidad con otra gente, para equilibrar la propia necesidad de afecto con la actitud de brindarse a los otros.
- ❖ Iniciativa: Gusto de exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más complejas.
- ❖ Humor: Encontrar lo cómico en la propia tragedia.
- ❖ Creatividad: Capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden.
- ❖ Moralidad: Consecuencia para extender el deseo personal de bienestar a toda la humanidad y capacidad de comprometerse con valores; este elemento ya es importante desde la infancia, pero a partir de los 10 años.
- ❖ Autoestima consistente: Base de los demás pilares y fruto de cuidado afectivo consecuente del niño/a o adolescente por parte de un adulto significativo.

3. **Justificación del programa:**

El presente Programa es una respuesta a los resultados encontrados en la fase diagnóstica del proceso de grado, en donde se encontró que de 37 participantes hay 12 que han sido víctimas de violencia intrafamiliar, presentan consecuencias físicas, síntomas depresivos,

¹ Edith Grotberg 1995, Libro: La resiliencia en el mundo de hoy

ansiosos, psicossomáticos, de aislamiento social y dependencia emocional, sexuales y de baja autoestima. Muchos de ellos en su posición de hijos se sienten impotentes ante los episodios de violencia intrafamiliar que presenciaron en el pasado o que persisten en el presente, y no solo eso, sino que en 2 de los casos hasta han llegado a tener pensamientos suicidas a raíz de estos eventos.

Es por esto que se dispuso crear una propuesta que fortaleciera habilidades en resiliencia con las y los estudiantes, cuyo objetivo es de que estos aprendan a sobre llevar las consecuencias de haber vivido violencia intrafamiliar y convertirse en agentes de cambio en sí mismos y con sus futuros alumnos/as en el ejercicio de su práctica docente.

Algunos estudios² (Mexico, 2010), (Grotberg, 2000) han demostrado que la resiliencia es una capacidad que puede desarrollarse en las personas que viven en situaciones adversas, que junto a los factores de protección como la familia y las redes de apoyo sociales, le permiten a las personas afectadas tener una oportunidad de salir adelante a pesar de las dificultades que puedan tener.

De aquí que el equipo de investigadoras decide tomar la resiliencia como el eje central del programa de intervención.

² Taller de resiliencia para adolescentes, 2010. Subsecretaría de Prevención y Participación Ciudadana, México. Y Edith Grotberg 2000, Libro: La resiliencia en el mundo de hoy

4. Objetivos:

4.1 Objetivo general:

Diseñar e implementar un programa enfocado al fortalecimiento de la capacidad de resiliencia en estudiantes de la cátedra “Seminario de violencia intrafamiliar” de la carrera de Profesorado en matemáticas de la Facultad de Ciencias Naturales y Matemáticas de la Universidad de El Salvador que han sido víctimas de violencia intrafamiliar.

4.2 Objetivos específicos:

- a) Que los/as participantes conozcan y aprendan el significado de la resiliencia.
- b) Conocer la capacidad de creatividad que tienen los/as estudiantes ante una adversidad.
- c) Lograr que los/as estudiantes aprendan a conocerse a sí mismos/as y que puedan dar una respuesta honesta a sus dificultades.
- d) Fomentar en los/as participantes la toma de decisiones de manera independiente sin caer en el aislamiento.
- e) Enseñarles a los/as estudiantes a establecer buenas relaciones interpersonales en su entorno habitual.
- f) Motivar a los/as participantes a adoptar una actitud proactiva para resolver sus dificultades.
- g) Lograr que los/as participantes afronten sus dificultades con buen ánimo y perseverancia.
- h) Promover el deseo personal de comprometerse con valores y actuar conforme a ellos.
- i) Estimular en los/as participantes el desarrollo de una adecuada autoestima y autoconcepto

5. Metas y criterios de logros que pretende el programa

5.1 Metas

- ☞ Completar el taller de fortalecimiento en la capacidad de resiliencia en 5 semanas.
- ☞ Llevar a cabo 10 sesiones, distribuidas en 2 jornadas por semana, que les permitirá a cada persona fortalecer la capacidad de resiliencia.
- ☞ Implementar en cada sesión las diferentes técnicas preparadas para el desarrollo de todo el taller.

5.2 Criterios de logros

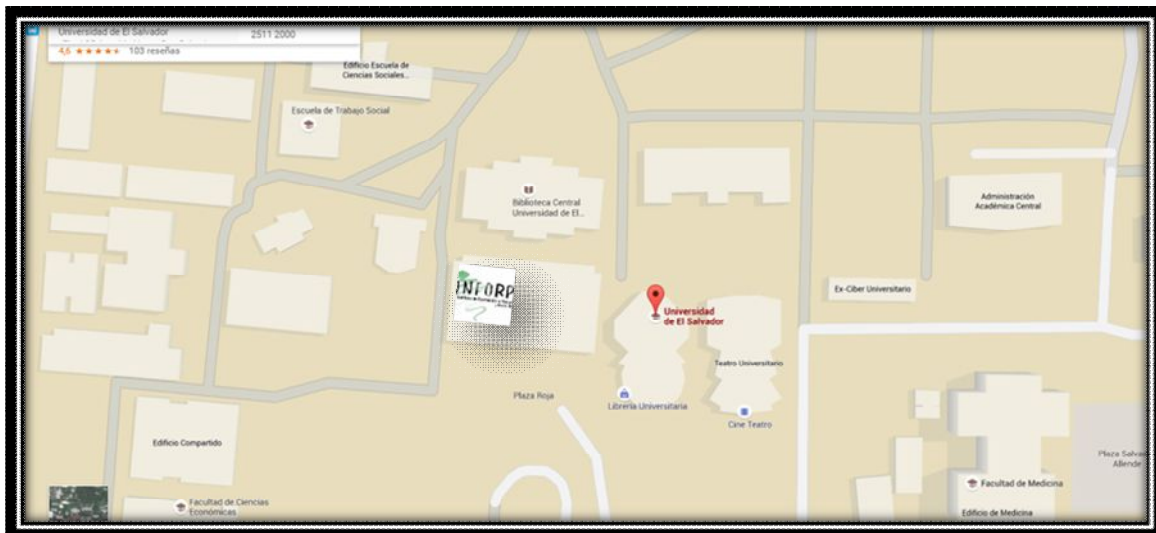
- ☞ Que los/as participantes logren fortalecer la capacidad de resiliencia a través del conocimiento que obtenga de cada jornada.
- ☞ Que los/as participantes sean capaces de expresar sus sentimientos y pensamientos de manera asertiva.
- ☞ Que cada uno de los/as participantes se integre de manera voluntaria y participe activamente en cada una de las jornadas.

6. Beneficiarios del proyecto:

Los beneficiarios de este programa serán los estudiantes de la cátedra "Seminario de violencia intrafamiliar y género" que han sido víctimas en alguna ocasión de violencia intrafamiliar. Estos estudiantes pertenecen a la carrera de profesorado en matemáticas, por lo que tendrá como beneficiarios indirectos a las y los alumnos que se les asignen cuando ellos ya sean profesionales y desempeñen su labor de educadores. Así como también la familia de cada uno de los y las participantes, ya que estos mismos serán portadores de cambio y pueden contribuir a un mejor ambiente dentro de su entorno familiar.

7. Localización física y cobertura espacial

La aplicación de las jornadas de intervención, del programa para fortalecer la capacidad de resiliencia, se desarrollará en la Universidad de El Salvador, sede central en el salón de usos múltiples del INFORP-UES.



Planes
Operativos de
las Sesiones
de
intervención

Índice de Planes Operativos de las sesiones de intervención:

		Pág.
Sesión 1	Resiliencia “Soy resiliente actúo diferente”	115
Sesión 2	La Creatividad “Un Mundo Para Soñar.”	121
Sesión 3	La asertividad creativa: “Aprendiendo a ser mejor tomando buenas decisiones y llevándome bien con los demás.....	131
Sesión 4	Introspección: “Elijo perdonarte para vivir feliz”	139

Sesión N°1: Resiliencia “Soy resiliente actúo diferente”

Objetivo General: Conocer el concepto de resiliencia y de la autoestima, buscando la manera de que las y los participantes puedan practicarla.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas

Facilitadoras: Equipo de investigadoras

Fecha: 18 de Septiembre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECÍFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
1. Presentación del Taller	Dar la bienvenida a los/as participantes, compartir los objetivos del taller y conocer las expectativas sobre la temática.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Bienvenida ❖ Al inicio del taller se les hará entrega de un gafete con su respectivo nombre. ❖ Presentación de las Facilitadoras ❖ Expectativas de los participantes: Se iniciará con una lluvia de ideas con las expectativas de que esperan del taller, las respuestas se escriben en un pliego de papel bond. ❖ Construcción de normas de convivencia entre facilitadoras y participantes, para ello se escribirán en un pliego de papel bond. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Pliego de papel bond ✓ Plumones ✓ Gafetes. 	10 minutos
2. Dinámica de Animación “ Espacio a mi derecha”	Generar motivación y propiciar un ambiente de dinamismo y participación para el desarrollo del taller.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Los/as participantes se sientan formando un círculo. El facilitador se asegura que el espacio a su derecha se mantenga vacío. Luego le pide a un miembro del grupo que venga a sentarse en el espacio vacío; por ejemplo, “Me gustaría que Lili venga y se siente a mi derecha”. Lili se mueve y ahora hay un espacio a la derecha de otro participante. El participante que está sentado junto al espacio vacío dice el nombre de otra persona diferente para que venga a sentarse a su lado derecho. Continúe hasta que todo el grupo se haya movido una vez. 	— — —	15 minutos
3. Exploración de conocimientos previos.	Indagar los conocimientos previos de los participantes sobre la conceptualización de la temática con la finalidad de establecer un aprendizaje significativo.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se iniciará con una pequeña introducción acerca de la temática a trabajar y crear una lluvia de ideas con preguntas indagatorias: ¿Conoces el concepto de resiliencia?, ¿Tú puedes levantarte del suelo si te caes?, ¿Qué haces cuando tienes un problema?, ¿En quienes te apoyas cuando tienes una dificultad? ❖ Dichas respuestas las escribirán en páginas de papel bond cada página tendrá la pregunta. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Páginas de papel bond. ✓ Lapiceros 	10 Minutos

Sesión N°1: Resiliencia “Soy resiliente actúo diferente”

Objetivo General: Conocer el concepto de resiliencia y de la autoestima, buscando la manera de que las y los participantes puedan practicarla.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas

Facilitadoras: Equipo de investigadoras

Fecha: 18 de Septiembre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECÍFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
4. Profundización del tema	Brindar el contenido teórico sobre la Resiliencia	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se dará a conocer la temática a los/as participantes en una presentación en powerpoint, (VER ANEXO 1) abordando: ¿Qué es la resiliencia?, Características de personas resilientes, Proceso de estructuración del conocimiento, Obstáculos para la construcción de la resiliencia, Factores de riesgo y de protección de la resiliencia. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Cañón. ✓ Presentación 	15 minutos
5. Aplicación de los aprendizajes Técnica: “El abrigo misterioso”	Incrementar la diferenciación entre factores de protección y factores de riesgo.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Indicar al grupo: “El día de hoy vamos a jugar “el abrigo misterioso”. Como ven, no hace mucho frío pero yo traigo mi abrigo puesto. Dentro de él hay frases; algunas están en las mangas, otras están en las bolsas y en el resto del abrigo”. ❖ Invitar a todos los participantes a: <ol style="list-style-type: none"> a) Pasar al frente y sacar una tarjeta del abrigo. b) Leer en voz alta la frase. c) Clasificar la frase en factores de protección o en factores de riesgo y explicar brevemente por qué. d) Solicitar al grupo conclusiones generales. e) Lista de factores de riesgo y de protección. (VER ANEXO 2) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Abrigo ✓ Tarjetas con factores de riesgo y de protección ✓ Pliego de papel bond 	30 minutos
6. Técnica “Viajando con todo lo necesario”	Reflexionar sobre la importancia que tiene tomar una decisión, haciendo frente a sus consecuencias.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Explicar a los participantes lo siguiente: Imaginen que ustedes van a realizar un viaje a la playa, por lo que es necesario que preparen su maleta, empacando las cosas más importantes para resolver los problemas que se les puedan presentar. Sólo podrán elegir 12 elementos de los que se les mostrará en la lista del rotafolio o que escribirán en el pizarrón. ❖ Se propicia el intercambio de opiniones por medio de diversas intervenciones como: ¿Cuáles fueron las cosas que elegiste?, ¿Por qué las elegiste?, ¿Qué es necesario para ti? Si los demás compañeros no eligieron lo mismo que tú ¿Significa que están equivocados? lista de elementos. (VER ANEXO 3) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Plumones ✓ Pizarra ✓ Hojas de papel y lápices. 	30 minutos

Sesión N°1: Resiliencia “Soy resiliente actúo diferente”

Objetivo General: Conocer el concepto de resiliencia y de la autoestima, buscando la manera de que las y los participantes puedan practicarla.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas

Facilitadoras: Equipo de investigadoras

Fecha: 18 de Septiembre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECÍFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
7. Lluvia de ideas	Conocer el nivel de impacto en los/as participantes, además de cambios obtenidos en ellos durante la jornada.	❖ A continuación se elegirá al azar a unos participantes y se les brindará un papelito a cada uno con su respectiva pregunta: ¿Qué es lo que más le gusto? ¿Qué es lo que menos le gusto? ¿Cómo aplicará lo aprendido en sus actividades educativas?	✓ Papelitos con preguntas	10 minutos
Receso	Receso	Receso	Receso	Receso
8. Dinámica de Animación “Juego de malabaris mos con pelotas.”	Generar motivación y propiciar un ambiente de dinamismo y participación para el desarrollo del taller	❖ Todos se ponen de pie y forman un círculo pequeño. (Si el grupo es muy grande, será necesario dividirlo en dos círculos.) El facilitador empieza por tirar la pelota a alguien en el círculo, diciendo el nombre de esa persona al tirar la pelota. Continúe tomando y tirando la pelota, estableciendo un modelo para el grupo. (Cada persona debe recordar quién le tiró la pelota y a quién se la ha tirado.) Una vez que todos hayan recibido la pelota y un modelo haya sido establecido, incorpore una o dos pelotas más, para que siempre haya varias pelotas en uso al mismo tiempo, copiando el modelo establecido.	✓ 3 Pelotas	10 minutos
9. Exploración de los conocimientos previos: “Los huevitos dicen”.	Indagar los conocimientos previos de los participantes sobre la temática con la finalidad de establecer un aprendizaje significativo	❖ Formando un círculo de pie todos los participantes, se les presentaran unos huevitos de plástico que contendrán las siguientes preguntas: ¿Qué es la autoestima? ¿Tipos de autoestima? ¿Importancia de la autoestima? ¿Cómo podemos manejarlo? Estas preguntas estarán repetidas en los huevitos para que participen todos o la mayoría de los participantes. Luego se anotara en la pizarra la idea principal de todo lo leído.	✓ Huevos de plástico. ✓ Plumones. ✓ Pizarra.	10 Minutos

Sesión N°1: Resiliencia “Soy resiliente actúo diferente”

Objetivo General: Conocer el concepto de resiliencia y de la autoestima, buscando la manera de que las y los participantes puedan practicarla.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas

Facilitadoras: Equipo de investigadoras

Fecha: 18 de Septiembre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECÍFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
10. Profundiza ción del tema.	Brindar el contenido teórico sobre la autoestima con el propósito que los participantes pueda enriquecer sus conocimientos y adquirir nuevos aprendizajes para luego ponerlos en práctica en su vida cotidiana.	❖ Las facilitadoras hacen la presentación de la temática denominada: La Autoestima “Aprendiendo a aceptarnos” en powerpoint, se presenta los conceptos claves de forma interactiva: Que es la autoestima, tipos de autoestima, como puedo fomentarla, en que me ayuda, etc. (VER ANEXO 7)	✓ Laptop. ✓ Cañón. ✓ Presentación en powerpoint.	15 minutos
11. Técnicas “DAR Y RECIBIR AFECTO”	Vivenciar los problemas relacionados con dar y recibir afecto.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ La facilitadora presenta el ejercicio, diciendo que para la mayoría de las personas, tanto dar como recibir afecto, es asunto muy difícil. Para ayudar a las personas a experimentar la dificultad, se usa un método llamado bombardeo intenso. ❖ Las personas del grupo dirán a los participantes que es el foco de atención todos los sentimientos positivos que tienen hacia ella. Ella solamente oye. ❖ La intensidad de la experiencia puede variar de diferentes modos, Probablemente, la manera más simple es hacer salir a la persona en cuestión del círculo y quedar de espaldas al grupo, escuchando lo que se dice. O puede permanecer en el grupo y le hablan directamente. ❖ El impacto es más fuerte cuando cada uno se coloca delante de la persona, la toca, la mira a los ojos y le habla directamente. Luego se guía en un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida. 	-----	60 minutos

Sesión N°1: Resiliencia “Soy resiliente actúo diferente”

Objetivo General: Conocer el concepto de resiliencia y de la autoestima, buscando la manera de que las y los participantes puedan practicarla.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas

Facilitadoras: Equipo de investigadoras

Fecha: 18 de Septiembre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECÍFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
12.Frases de reflexión	Realizar una retroalimentación al mismo tiempo generar nuevos conocimientos.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se colocaran las frases alrededor del aula y al azar se elegirá un numero según la lista de asistencia y se le pedirá que lea una de las frases y nos dé su opinión y de igual manera se elegirá otro número y será otro joven que participe. ❖ Con reflexión de frases como: “No digas no puedo ni en broma, porque el inconsciente no tiene sentido del humor, lo tomará en serio, y te lo recordará cada vez que lo intentes” (VER ANEXO 8) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Frases de la autoestima 	10 Minutos
13.Aplicación de los aprendizajes <u>Técnica</u> Nº 1 “El cofre mágico”	Reflexionar acerca de la importancia que tiene el poder dedicar un tiempo a mirarnos para poder querernos más y mejor.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se pregunta al grupo: ¿Quién es para ustedes la persona más especial en el mundo entero? Tras la respuestas del grupo, se continua diciendo: “Yo tengo una caja mágica, en el interior de la cual tendrás la oportunidad de mirar a la persona más importante en el mundo” Se pide a cada persona que se acerque y mire el interior de la caja mágica, después regrese a su sitio y mantenga en secreto este hallazgo (nadie puede hablar después de mirar la caja). Cuando todo el grupo ha visto la caja, se pregunta: ¿Quién fue la persona más importante que vimos en la caja mágica? Se pregunta al grupo: ¿Cómo se siente cada uno de ellos al ver que son las personas más importantes? Se entregara una historia que leerán. (VER ANEXO 9) ❖ Posteriormente se pregunta: ¿Para qué ha servido hacer este ejercicio? ¿Qué relación tiene con los conceptos autoestima, autoimagen positiva, introspección, auto valía? ❖ Se dará sugerencias para mejorar la autoestima (VER ANEXO 10). Finalizando con una reflexión acerca de la técnica. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Caja mágica con espejo en el interior ✓ Hoja de lectura ✓ Sugerencias para mejorar autoestima 	60 minutos

Sesión N°1: Resiliencia “Soy resiliente actúo diferente”

Objetivo General: Conocer el concepto de resiliencia y de la autoestima, buscando la manera de que las y los participantes puedan practicarla.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas

Facilitadoras: Equipo de investigadoras

Fecha: 18 de Septiembre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECÍFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
14. Técnica N°2. <i>Video “Autoestima”</i>	Dar a conocer la importancia del autoestima en nuestro diario vivir.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ A continuación se les explicará a los/as participantes que se les proyectará un video acerca de la autoestima y que tendrá una duración de diez minutos. ❖ Posteriormente se realizará una reflexión acerca del video, realizando preguntas generadoras como; ¿Qué fue lo que más te impacto del video?, ¿Qué aprendiste?, ¿Cómo lo puedes aplicar a tu vida? 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Equipo multimedia ✓ Video titulado “Un lindo video de autoestima. 	10 minutos
15. Reflexión	Realizar una retroalimentación de la jornada y al mismo tiempo generar nuevos conocimientos.	Se integrara todo lo mencionado por parte de las facilitadoras y aportes que el grupo haga acerca de la temática	-----	10 minutos
16. Evaluación del taller <i>“El sombrero parlante”</i>	Conocer las impresiones de los/as participantes acerca de lo realizado en la sesión.	Formando un circulo de pie todos/as los/as participantes, se les explicará que al ritmo de la música se irá pasando un sombrero y cuando la música pare, se le dirá que a la persona que le quede el sombrero parlante se le proporcionará un papelito que contendrá una pregunta: ¿Qué es lo que más le gusto?, ¿Qué es lo que menos le gusto?, ¿Cómo lo va aplicar en su vida los nuevos conocimientos?, ¿Qué aprendió del taller?, ¿Qué recomendaciones daría para futuros talleres?, ¿Qué se lleva del taller?, ¿Qué deja en el taller?, ¿comente cómo se sintió en el taller?, ¿Cómo observo a sus compañeros/as durante el taller?	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Sombrero parlante ✓ Papelitos ✓ Grabadora y CD 	15 minutos
17. Cierre del taller	Reconocer el esfuerzo e interés de los participantes por medio de elogios.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Almuerzo ❖ Despedida 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Almuerzo 	5 minutos

Sesión N°2: La Creatividad “Un Mundo Para Soñar.”

Objetivo General: Desarrollar la capacidad de detenerse a pensar sobre su futuro, imaginarse a sí mismos/as en un tiempo posterior y planificar acciones que les lleven ahí.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas

Facilitadoras: Equipo de investigadoras.

Fecha: 25 de Septiembre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECÍFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
1. Presentación del Taller	Dar la bienvenida a los participantes, compartir los objetivos del taller y conocer las expectativas sobre la temática.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Bienvenida ❖ Expectativas de los participantes: <p>Se iniciará con una lluvia de ideas con las expectativas de que esperan del taller, las respuestas se escriben en un pliego de papel bond.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Pliego de papel bond ✓ Plumones ✓ Gafetes. 	5 minutos
2. Dinámica de Animación <i>“El sol brilla en...”</i>	Crear un ambiente de armonía y confianza entre los/as participantes del taller.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se les pedirá a los participantes que formen un círculo pequeño, luego se les explicará que la persona que se coloque en el centro en (este caso para iniciar lo hará la facilitadora) grita y debe decir “el sol brilla en...”y dice un color o un artículo de vestir que alguien en el grupo tenga. Por ejemplo, “el sol brilla en todos los que llevan algo azul” o “el sol brilla en todos los que llevan calcetines”. Todos los participantes que tienen estos atributos deben cambiar lugares entre sí. La persona en el centro trata de tomar el lugar de los que se han movido, y así se queda otra persona en el centro sin lugar. La nueva persona en el centro será la que dirá “el sol brilla en...y así sucesivamente hasta que participe la mayoría de los/as jóvenes. 	---	10 minutos

Sesión N°2: La Creatividad “Un Mundo Para Soñar.”

Objetivo General: Desarrollar la capacidad de detenerse a pensar sobre su futuro, imaginarse a sí mismos/as en un tiempo posterior y planificar acciones que les lleven ahí.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas **Facilitadoras:** Equipo de investigadoras.

Fecha: 25 de Septiembre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
3. Exploración de los conocimientos previos. “ La cajita del conocimiento.”	Indagar los conocimientos previos de los participantes sobre la conceptualización de la temática con la finalidad de establecer un aprendizaje significativo	❖ Primeramente se les proporcionará a los participantes media página de papel bond en la cual deberán responder a las preguntas siguientes: ¿Qué es la creatividad? ¿En que nos ayuda la creatividad? ¿Es lo mismo creatividad e inteligencia? ¿En qué casos puede ser favorable? ¿Características de la creatividad? Cada uno deberá responder a esas preguntas y al finalizar lo habrán de depositarla en la cajita. A continuación la facilitadora debe de tomar al azar una de las páginas y leerla, reflexionando sobre lo leído; así sucesivamente tomando varios de los papelitos recopilados o todos si es necesario. Luego se anotará en la pizarra la idea principal de todo lo leído.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Páginas de papel bond. ✓ Una cajita. ✓ Plumones. ✓ Pizarra. 	5 minutos
4. Profundización del tema	Brindar el contenido teórico sobre la creatividad con el propósito que los/as participantes puedan enriquecer sus conocimientos y adquirir nuevos aprendizajes para luego ponerlos en práctica en su vida cotidiana.	<p>Las facilitadoras hacen la presentación en Power Point de la temática denominada La Creatividad “<i>Un mundo para soñar.</i>” Antes de mencionar la teoría (VER ANEXO 4), acerca de la creatividad, se les indica que revisen debajo de sus pupitres en los cuales encontrarán los Mitos sobre la Creatividad, (VER ANEXO 5). Se les pide que los lean en voz alta y den su punto de vista, se tomarán en cuenta los aportes que estos brinden y se irán colocando en un pliego de papel bond.</p> <p>Para enriquecer la técnica se pueden utilizar las siguientes preguntas generadoras: ¿qué es la creatividad?, ¿cómo puedo fomentarla?, ¿en qué me ayuda?, etc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓Pliego de papel bond. ✓Plumones. ✓presentación en Power Point ✓Cañón ✓Computadora. 	15 minutos

Sesión N°2: La Creatividad “Un Mundo Para Soñar.”

Objetivo General: Desarrollar la capacidad de detenerse a pensar sobre su futuro, imaginarse a sí mismos/as en un tiempo posterior y planificar acciones que les lleven ahí.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas **Facilitadoras:** Equipo de investigadoras.

Fecha: 25 de Septiembre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

Sesión N° 5: Humor “Regálate ser más feliz”				
ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
6. Exploración de los conocimientos previos.	Explorar los conocimientos previos que poseen los/as participantes de la sesión acerca de la temática.	❖ A continuación se les explicará a los participantes que la facilitadora les proveerá de una pelota denominada “La pelota preguntona”, la cual tendrán que ir pasando a sus compañeros/as al ritmo de la música. La pelota preguntona se detendrá cuando la música deje de sonar y a la persona que le quede en sus manos se le preguntara (¿Qué es el humor?, ¿Por qué es importante el humor para resolver problemas?, ¿De qué manera consideras que el humor te ayudará en alguna dificultad que se te presente?) acerca de la temática en desarrollo. Luego se irán anotando en un pliego de papel bond las respuestas que brinden los/las participantes.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Pliego de papel bond ✓ Pilot ✓ Pelota ✓ Grabadora y CD 	10 minutos
7. Profundización del tema	Presentar de manera interactiva a los participantes aspectos teóricos del tema, aclarando dudas y generando nuevos conocimientos.	❖ Se dará a conocer a través de una presentación breve en powerpoint (VER ANEXO 11) aspectos teóricos acerca de la temática y al mismo tiempo se les irá dando un espacio para aclarar dudas de modo que ellos/as también participen.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Computadora ✓ Cañón ✓ Presentación powerpoint 	15 minutos

Sesión N°2: La Creatividad “Un Mundo Para Soñar.”

Objetivo General: Desarrollar la capacidad de detenerse a pensar sobre su futuro, imaginarse a sí mismos/as en un tiempo posterior y planificar acciones que les lleven ahí.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas **Facilitadoras:** Equipo de investigadoras.

Fecha: 25 de Septiembre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
8. Aplicación de los aprendizajes <u>Técnica N°1</u> ¡Quiero ser positivo!	Que los/as participantes aprendan a enfrentarse a las situaciones que se les presentan, siendo capaces de identificar los aspectos positivos que éstas puedan tener y de organizar la acción en base a tales aspectos.	❖ Se les hará entrega de paletas de colores a cada participante, luego se formaran dos grupos mixtos con igual número de participantes de acuerdo al color de la paleta (Rojo y Verde). En seguida se les solicitará que escojan a un secretario que moderará el debate y recogerá en la ficha de trabajo las aportaciones del grupo. Posteriormente se le hará entrega a cada participante una copia de la ficha 1 (VER ANEXO 12), se les solicitará que la lean detenidamente. Una vez que este claro el procedimiento a seguir de forma positiva, se le entregará a cada secretario una copia de la ficha 2 (VER ANEXO 13) y se asignará una situación a cada grupo. Y se les explicará que la tarea que deben realizar es inventar un dialogo en el protagonista se comporta de forma positiva en la situación que se plantea. Para ello, primero van a discutir el nombre de los personajes, la situación concreta en la que se encuentran, el contenido del diálogo, etc. Después deben seguir los pasos que se establecen en la ficha 1. A medida que se pongan de acuerdo, el secretario recogerá en el reverso de la ficha o en el papel aparte, el resultado del trabajo del grupo. Luego se les solicitará al grupo del color de paleta rojo que pasen al frente a representar el diálogo que han inventado y que lo dramaticen para el resto de sus compañeros/as. Después de cada representación, abra una breve reflexión acerca de los siguientes puntos:	✓ Ficha 1 y 2 ✓ Lapiceros ✓ Atuendos para dramatizar (pelucas, bufandas, etc) ✓ Paletas	30 minutos
		❖ ¿Qué ha hecho de positivo el protagonista del diálogo?, ¿Qué efectos produce en los otros esa acción?, ¿Qué aspectos de su intervención se podría haber mejorado?, Por qué nos cuesta tanto ser positivos? ❖ REFLEXIÓN		5 minutos

Sesión N°2: La Creatividad “Un Mundo Para Soñar.”

Objetivo General: Desarrollar la capacidad de detenerse a pensar sobre su futuro, imaginarse a sí mismos/as en un tiempo posterior y planificar acciones que les lleven ahí.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas **Facilitadoras:** Equipo de investigadoras.

Fecha: 25 de Septiembre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

❖ Sesión N° 6: La Empatía. “Yo En Tus Zapatos Y Tú En Los Míos”				
ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
9. Dinámica de Animación “ZOOM”	Crear una historia entre todos los miembros del grupo, fomentando el respeto a las opiniones de los demás	<ul style="list-style-type: none"> ❖ De forma aleatoria, se distribuye una serie de imágenes que cuentan una historia. Las y los jóvenes no deben dejar que los demás vean sus dibujos. El objetivo es que sean capaces de recrear la historia en orden, escuchando a los demás para averiguar dónde encajan sus imágenes dentro de la historia. (VER ANEXO 15) ❖ Saber escuchar y ver las cosas desde la perspectiva de otra persona (algo fundamental en la empatía) ocupa un lugar destacado en este juego. 	✓ Dibujos de una historia	15 minutos
10. Conocimientos previos.	Generar nuevos conocimientos en los/as participantes.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se iniciará con una pequeña introducción acerca de la temática a trabajar y crear una lluvia de ideas. ❖ Preguntas generadoras: ¿Cuándo están contentos les gusta compartir su alegría? ¿Les gusta compartir la alegría de otros? Y ¿Cuándo están tristes?, ¿Les ocurre lo mismo? ❖ Reflexionar: Es muy importante saber qué es lo que sienten los demás y comprender que es lo que los hace sentir así, a eso se le llama empatía (comprender lo que los demás sienten). 	-----	10 Minutos

Sesión N°2: La Creatividad “Un Mundo Para Soñar.”

Objetivo General: Desarrollar la capacidad de detenerse a pensar sobre su futuro, imaginarse a sí mismos/as en un tiempo posterior y planificar acciones que les lleven ahí.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas **Facilitadoras:** Equipo de investigadoras.

Fecha: 25 de Septiembre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
<p>11. Profundización del tema.</p>	<p>Brindar el contenido teórico acerca de la empatía.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se les hará entrega a cada participante una hoja de papel bond en donde contiene información de dicha temática y se les explicará; saber decir: Nos involucra en la responsabilidad del manejo de las palabras, habladas o escritas. Su poder construye o destruye para nuestro beneficio o perjuicio. Cómo decir las cosas puede cambiar el ánimo y disposición de quienes escuchan. Uno de los grandes desafíos de los seres humanos es aprender a comunicarse, saber decir las cosas. No es lo mismo decirle a alguien que está equivocado o en un error con arrogancia y prepotencia, que decirle de una forma tranquila y pausada, explicándole en qué consiste el error, cuáles son las posibles soluciones e incluso, cuáles podrían ser las consecuencias, de mantenerse en la posición inicial. ❖ Saber escuchar: Es uno de los principios asertivos y significa relacionarnos con empatía con los demás. El arte de saber escuchar se encuentra entre las principales habilidades de las personas con altos niveles de inteligencia emocional. Se considera como la primera de las aptitudes que determinan el manejo de las relaciones, lo que posibilita comprender a los demás, en lo que se incluye percibir sentimientos y perspectivas ajenas e interesarse activamente por sus preocupaciones. 	<p>✓ Presentación powerpoint</p>	<p>15 minutos</p>

Sesión N°2: La Creatividad “Un Mundo Para Soñar.”

Objetivo General: Desarrollar la capacidad de detenerse a pensar sobre su futuro, imaginarse a sí mismos/as en un tiempo posterior y planificar acciones que les lleven ahí.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas **Facilitadoras:** Equipo de investigadoras.

Fecha: 25 de Septiembre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
<p>12. Aplicación de los aprendizajes.</p> <p>Técnica ¡Siento lo que sientes!</p>	<p>Facilitar que los/as participantes conozcan acerca de lo que es la empatía, para qué sirve y como se expresa.</p>	<p>A. Ubique al grupo en un círculo y siéntese entre ellos y ellas. Pregúnteles: Si su mamá está triste y la ven llorar ¿se sienten tristes? Si notan que algún familiar suyo está serio, con el ceño fruncido y mirando hacia el suelo, ¿Se preocuparían? Si alguien de su familia entrara a la casa saltando y riéndose, ¿Se sentirían también emocionados? Comentarles que eso quiere decir que sentimos empatía, es decir que se dan cuenta como se sienten las y los demás y compartir los sentimientos con ellos y ellas.</p> <p>B. Se le explicará al grupo que van a hacer un juego que consiste en adivinar lo que las y los otros están sintiendo. Un voluntario se pondrá al frente el grupo y expresará a través de gestos faciales y corporales la emoción que usted le dirá. El resto adivina. Diga emociones conocidas por las y los participantes: alegría, tristeza, miedo, enfado. (VER ANEXO 16) Reflexión: a través de los gestos y lo que hacen las personas podemos saber cómo se sienten).</p> <p>C. Indique al grupo que ahora deben adivinar lo que le pasa a usted y por qué le pasa, es decir, que puede haber ocurrido para que se sienta así. (Usted puede poner gesto de preocupación, moverse como si estuviera nerviosa, desesperada, como si una amiga estuviera muy enferma). El grupo irá diciendo cosas y usted les contestará “caliente” o “frío”, según se acerque o se aleje de las razones de su disgusto. Al cabo de unos minutos, usted puede sugerir que la única forma de enterarse de lo que le ocurre es preguntando directamente (puede que alguien ya lo haya hecho). Dígales entonces cual es el origen de su preocupación y subraye lo bien que han adivinado que estaba nerviosa, preocupada a través de los gestos. Concluya: “Esta es otra forma de saber cómo se sienten las personas: preguntándoles que es lo que les sucede”.</p>	<p>✓Fichas con las indicaciones de las mímicas o gestos que harán para que los otros adivinen.</p> <p>✓Fotocopia de la ficha siento lo que sientes.</p>	<p>30 minutos</p>

Sesión N°2: La Creatividad “Un Mundo Para Soñar.”

Objetivo General: Desarrollar la capacidad de detenerse a pensar sobre su futuro, imaginarse a sí mismos/as en un tiempo posterior y planificar acciones que les lleven ahí.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas **Facilitadoras:** Equipo de investigadoras.

Fecha: 25 de Septiembre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
<p>Continuación de la Técnica “Siento lo que sientes”</p>		<p>D. Se sugerirá al grupo otro aspecto importante para desarrollar la empatía con la de los demás. Cuando sabemos cómo se siente una persona, damos una respuesta. Pregunte que le dirán a usted a saber su preocupación. Refuerce aquellas respuestas que expresen empatía, por ejemplo: -“tranquila, ya verá cómo se pone bien su amiga”. -“Lo siento, ojala mejore pronto”. “Es normal que este preocupada”.</p> <p>Concluya: “Muy bien; Esa es otra buena forma de comportarse cuando alguien expresa sentimientos. Observar a las personas, preguntarles y decirles algo para que sigan encontrándose bien, es una buena forma de empatía.</p> <p>E. Se Leerá una historia y se les pedirá al grupo que opine sobre la manera de comportarse de las y los protagonistas. ¿Fueron empáticos Gonzalo y Clara? (VER ANEXO 17)</p> <p>Se le preguntará al grupo: ¿Qué les ha parecido la historia?, ¿Qué es lo que ha hecho bien Gonzalo?, ¿Qué ha hecho para animar a Clara?</p> <p>Concluya: “Muy bien. Gracias a eso que ha hecho, ahora Gonzalo comprende por qué Clara esta triste y ha conseguido animarla. Los dos ahora están más tranquilos.</p> <p>Lea la otra historia Yolanda y Raúl. (VER ANEXO 18)</p> <p>Pregunte al grupo: ¿Qué les parece lo que ha ocurrido en esta historia?, ¿Les parece bien como ha actuado Yolanda?, ¿Qué tendría que haber hecho?, ¿A ustedes les ha sucedido algo alguna vez?</p> <p>F. Entregue a cada quien una fotocopia de la ficha siento lo que sientes (VER ANEXO 19) o una hoja y pídales que redacten una historia corta como las que leímos, donde haya otro ejemplo de buena empatía.</p>		

Sesión N°2: La Creatividad “Un Mundo Para Soñar.”

Objetivo General: Desarrollar la capacidad de detenerse a pensar sobre su futuro, imaginarse a sí mismos/as en un tiempo posterior y planificar acciones que les lleven ahí.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas **Facilitadoras:** Equipo de investigadoras.

Fecha: 25 de Septiembre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
		G. Si queda tiempo compartan las historias en el grupo. Reflexión Final: Es importante ser sensibles a los sentimientos que muestran los y las demás, porque eso nos permite comprender mejor a las personas y estar más a gusto con ellas. REFLEXIÓN		5 minutos
13. Evaluación del taller. “Las alfombras mágicas”	Indagar si se cumplieron los objetivos de la sesión y el impacto generado en los/as participantes.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se colocarán 5 páginas de colores en diferentes lugares del salón, los cuales tendrán frases a complementar. ❖ A continuación se escogerá a 5 participantes al azar y a través de la lista de asistencia. ❖ Luego se les explicará que tendrán que colocarse en uno de los manteles de papel de cualquier color. Cuando lo hayan hecho se le pedirá al primer participante que levante la alfombra que escogió, que lea lo que dice y que complete la frase que se encuentra en este. (VER ANEXO 14) 	❖ 5 páginas de colores.	15 minutos
14. Cierre del taller	Brindar felicitaciones a los estudiantes que participaron en el taller.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se felicitará a cada estudiante por el esfuerzo y la participación activa que mantuvieron durante el desarrollo de la jornada, al mismo tiempo se les animará a que continúen asistiendo a las siguientes sesiones. ❖ Finalizando con un pequeño refrigerio. 	✓ Refrigerio	10 minutos

Sesión N° 3: “Aprendiendo a ser mejor tomando buenas decisiones y llevándome bien con los demás”.

Objetivo general: Qué las/os estudiantes de profesorado aprendan formas adecuadas para expresar sus sentimientos, positivos o negativos, desarrollando así la asertividad, independencia y adecuadas relaciones interpersonales.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas

Facilitadora: Equipo de investigadoras

Fecha: viernes 2 de octubre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
1. Presentación del Taller	Dar la bienvenida a los participantes, compartir los objetivos de la jornada y conocer las expectativas sobre la temática.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Bienvenida ❖ Objetivo general de la jornada. ❖ Expectativas de los participantes: Se iniciará con una lluvia de ideas con las expectativas de que esperan del taller, las respuestas se escriben en un pliego de papel bond. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Pliego de papel bond ✓ Plumones ✓ Gafetes. 	10 minutos
2. Dinámica de Animación “Dejar el pasado atrás”	Que las y los participantes aprendan la forma adecuada de expresar sus sentimientos.	Pedir a las y los participantes que doblen cuatro veces una hoja con el fin de formar 4 columnas y da las siguientes instrucciones: “Indica en la primera columna una lista de los nombres de 10 personas con las que estás más en contacto diariamente. En la segunda columna, escribe 1 o 2 enunciados que expresen un resentimiento hacia tres de las personas señaladas en la columna anterior. En la tercera columna, tratará de escribir lo que desea realmente que hagan aquellas personas hacia las que siente un resentimiento y La cuarta columna corresponde al reconocimiento. El resentimiento y el requerimiento anterior pueden resultar más significativos para la persona hacia quien los diriges si intentas ver los aspectos positivos de su actuación y apreciar las razones de su comportamiento. (Ver anexo 20)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Hojas de papel bond ✓ Lapiceros ✓ Hoja de trabajo “Dejar el pasado atrás”. 	15 minutos

Sesión N° 3: “Aprendiendo a ser mejor tomando buenas decisiones y llevándome bien con los demás”.

Objetivo general: Qué las/os estudiantes de profesorado aprendan formas adecuadas para expresar sus sentimientos, positivos o negativos, desarrollando así la asertividad, independencia y adecuadas relaciones interpersonales.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas

Facilitadora: Equipo de investigadoras

Fecha: viernes 2 de octubre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
3. Exploración de Conocimientos previos	Indagar acerca de los conocimientos e interés de los participantes sobre la temática.	Se iniciará con una pequeña introducción acerca de la temática y en base a eso se creara una lluvia de ideas a través de las siguientes preguntas generadoras: ¿Qué es la asertividad?, ¿De un ejemplo de cuando usted ha sido asertivo/a?, ¿Sabe algunos de las características de las persona asertiva?	-----	10 minutos
4. Profundización del tema	Brindar el contenido teórico sobre la asertividad.	Se hablará acerca del concepto de la asertividad, los estilos básicos de conducta y de como ellos la pueden poner en práctica a través de un tríptico. (Ver anexo 21)	✓ Tríptico acerca de la asertividad	15 minutos
5. Aplicación de los aprendizajes. <u>Técnica</u> “La comunicación asertiva y la deconstrucción de la violencia”	Conocer técnicas que refuerzan su comunicación y comportamiento asertivo, expresando sus ideas y sentimientos, sin dañar a los y las demás.	A) Se solicitará al grupo se ubiquen en círculo, dejando un espacio libre al centro, si puede con música suave de fondo para iniciar la actividad. Se les indicará que deben abrir sus piernas, y sus brazos a la altura de su pecho, cerrar sus ojos seguidamente inhalan y rotan 45 grados sobre su pierna derecha, llegando al punto exhalan, nuevamente inhalan, rotan 45 grados sostenidos en su pierna derecha y exhalan. Así lo seguirán haciendo hasta que lleguen a su posición inicial. Llegados a este punto, continuarán con la pierna izquierda hasta regresar a la posición inicial. Durante cada inhalación y cambio de posición deben imaginar su vida sin: Discusiones con sus padres o tutores Peleas con hermanos/as, primos, tíos o cualquier familiar Con amigos, Con novios/as Con vecinos/as y las demás personas con las que intercambiamos a diario. Pídales que tomen asiento, ubicados en semicírculo.	✓ Hoja de lectura: Comunicación asertiva	60 min.

Sesión N° 3: “Aprendiendo a ser mejor tomando buenas decisiones y llevándome bien con los demás”.

Objetivo general: Qué las/os estudiantes de profesorado aprendan formas adecuadas para expresar sus sentimientos, positivos o negativos, desarrollando así la asertividad, independencia y adecuadas relaciones interpersonales.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas **Facilitadora:** Equipo de investigadoras

Fecha: viernes 2 de octubre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
<p>Continuación de la Técnica “La comunicación asertiva y la deconstrucción de la violencia”</p>		<p>B) Mediante una lluvia de ideas procure que los y las participantes expresen lo que entienden por comunicación asertiva, vaya tomando nota en la pizarra o papelógrafo. Seguidamente explique brevemente en qué consiste la comunicación asertiva, comente las características de las personas asertivas. (VerAnexo 22) Hoja de lectura “Características de la persona asertiva.”</p> <p>C) A continuación organice a los y las participantes en grupo y entregue a cada grupo la historia de personas que se han comportado de manera asertiva, no asertiva y agresiva. Oriente que lean y analicen en grupo la historia, que respondan las preguntas que se plantean al final de la misma y preparen un sociodrama para representarla, explique que el sociodrama es una técnica participativa, en la que utilizamos la actuación, gestos, acciones, palabras, distribuyendo los papeles de los personajes entre los y las miembros del grupo de acuerdo a la historia o tema a representar.</p> <p>Leer las historias de Alexander y Pedro, de Ricardo y Andrés, y la Historia de Roxana y María (VER ANEXO 23, 24 y 25)</p> <p>De un espacio para que cada grupo realice la presentación del sociodrama; a continuación del mismo, solicíteles que den a conocer la historia que les correspondió representar y las respuestas de las preguntas. Al final de la presentación de los tres grupos, propicie un debate corto sobre los comportamientos, no asertivos y agresivos y sus resultados.</p> <p>D)Reflexión</p>	✓	5 minutos

Sesión N° 3: “Aprendiendo a ser mejor tomando buenas decisiones y llevándome bien con los demás”.

Objetivo general: Qué las/os estudiantes de profesorado aprendan formas adecuadas para expresar sus sentimientos, positivos o negativos, desarrollando así la asertividad, independencia y adecuadas relaciones interpersonales.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas **Facilitadora:** Equipo de investigadoras

Fecha: viernes 2 de octubre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
6. Evaluación del tema	Conocer el nivel de impacto en los/as jóvenes y los cambios obtenidos durante la sesión.	❖ Para ir finalizando con la jornada en base a la lista, se les pedirá a los/as participante que contesten a las siguientes preguntas: ¿Qué es lo que más le gusto? ¿Qué es lo que menos le gusto? ¿Cómo aplicara lo aprendido en sus actividades cotidianas? ¿Qué recomendaciones daría para futuros talleres?	✓ Papelitos con preguntas	5 minutos.
Independencia: “Decidiendo lo mejor”				
7. Dinámica de Animación “La Roca”	Que los/as jóvenes sean capaces de generar múltiples soluciones y nunca una sola respuesta a través de una dinámica.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ A continuación se les explica a los/as participantes lo siguiente: ❖ La roca se nos presenta como un conflicto que requiere soluciones creativas. ❖ Se lee el texto del cuento de L. Tolstoy (Ver anexo 26) ❖ Se abre un turno de debate en grupos pequeños tras una reflexión individual de unos pocos minutos. Se intentará alcanzar un consenso entre los grupos para poder decidir cuál es la mejor solución sobre lo que podemos hacer con la roca. 	✓ Hoja de Lectura: Cuento de la roca	15 minutos
8. Profundización del tema.	Brindar el contenido teórico acerca de dicha temática.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ A continuación se les explicará a los/as participantes lo siguiente: La orientación al problema <p>La orientación positiva al problema puede dar lugar a: Ver los problemas como retos, ser optimista en el sentido de que los problemas tienen solución. Percibir que se tiene una fuerte capacidad para enfrentar los problemas.</p>	✓ Video optimismo inteligente	25 minutos

Sesión N° 3: “Aprendiendo a ser mejor tomando buenas decisiones y llevándome bien con los demás”.

Objetivo general: Qué las/os estudiantes de profesorado aprendan formas adecuadas para expresar sus sentimientos, positivos o negativos, desarrollando así la asertividad, independencia y adecuadas relaciones interpersonales.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas

Facilitadora: Equipo de investigadoras

Fecha: viernes 2 de octubre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
Continuación de la Profundización del tema.		❖ Estar dispuesto a invertir tiempo y esfuerzo en su solución. Una orientación negativa al problema implica ver los problemas como amenazas. Creer que son insolubles. Dudar de la propia habilidad para solucionarlos, Frustrarse y estresarse cuando se encuentran frente a un problema. En resumen y de forma más importante, una orientación positiva al problema induce al sujeto a enfrentarse a él, mientras que la orientación negativa le prepara para evitarlo.	✓ Hoja de lectura acerca de la orientación Positiva al problema.	
9. Aplicación de los aprendizajes <u>Técnica</u> “Origamis”	Desarrollar habilidades para la vida en las y los participantes del taller.	❖ Se les brindará a los/as jóvenes las hojas con ejemplos de origamis para que elijan con pensamiento crítico y resolución de conflictos el origami que ellos consideren que pueden hacer, logrando el desarrollo del autoconocimiento. ❖ Se desarrollará la empatía y las relaciones interpersonales cuando ven a algún compañero que no pueden hacer, para corregir a sus compañeros deberá aplicar la asertividad. (Ver anexo 27)	✓ Terapeutas ✓ Pacientes ✓ Hojas de papel bond ✓ Hojas de ejemplos de origami.	40 minutos
10. Evaluación del tema	Conocer el nivel de impacto en los estudiantes y los cambios obtenidos durante el taller.	¿Qué es lo que más le gusto? ¿Qué es lo que menos le gusto? ¿Cómo aplicara lo aprendido en sus actividades cotidianas? ¿Qué recomendaciones daría para futuros talleres?	✓ Papeletos con las preguntas.	15 minutos

Sesión N° 3: “Aprendiendo a ser mejor tomando buenas decisiones y llevándome bien con los demás”.

Objetivo general: Qué las/os estudiantes de profesorado aprendan formas adecuadas para expresar sus sentimientos, positivos o negativos, desarrollando así la asertividad, independencia y adecuadas relaciones interpersonales.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas

Facilitadora: Equipo de investigadoras

Fecha: viernes 2 de octubre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

Capacidad de relacionarse: “Emociones al rescate”				
ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
11. Dinámica de Animación “Cohetes de la conducta”	Que los/as jóvenes conozcan acerca de las diferentes formas de actuar y que existen diferentes formas para resolver una dificultad.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se les entregará a cada uno de los participantes uno de los cohetes que le indique con que conducta actuará para resolver una dificultad, puede ser que actúe protestón, seguro de sí mismo, negativo, responsable, todo le sale mal, o asertivo. (Ver anexo 28) ❖ Se llega a la reflexión que tenemos opciones a la hora de comportarnos y que tenemos la oportunidad de cambiar si así lo deseamos. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Recortes de cohetes ✓ Tirro 	15 minutos
12. Exploración de los conocimientos previos.	Explorar los conocimientos previos que poseen los/as participantes de la jornada y de ser agentes de cambio.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se iniciará con una pequeña introducción acerca de la temática a trabajar y se creará una lluvia de ideas a través de las siguientes preguntas generadoras: ¿Qué son las relaciones interpersonales?, ¿Cuál es la importancia de saberse llevar bien con todos?, ¿Cómo podemos practicar las adecuadas relaciones interpersonales? Se tomará nota en un papelógrafo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Papelograf o ✓ Plumones. 	5 minutos

Sesión N° 3: “Aprendiendo a ser mejor tomando buenas decisiones y llevándome bien con los demás”.

Objetivo general: Qué las/os estudiantes de profesorado aprendan formas adecuadas para expresar sus sentimientos, positivos o negativos, desarrollando así la asertividad, independencia y adecuadas relaciones interpersonales.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas

Facilitadora: Equipo de investigadoras

Fecha: viernes 2 de octubre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
13. Profundización del tema.	Presentar de manera interactiva a los/as participantes aspectos teóricos del tema, aclarando dudas y generando nuevos conocimientos.	Decálogo del buen trato: 1. Trata a los demás como deseas ser tratado 2. Saludar con cordialidad 3. Ofrecer una sonrisa 4. Prestar tu apoyo cuando creas que puede ser necesario 5. Agradecer 6. Pedir las cosas Por favor 7. Cultivar la paciencia 8. Cultivar la tolerancia 9. Predicar con el ejemplo 10. Ponerte en el lugar de los demás	✓ Tríptico acerca de la las adecuadas relaciones interpersonales.	15 minutos
14. Aplicación de los aprendizajes. <u>Técnica N°1</u> “El fin del mundo”	Ubicar a los jóvenes en una situación extrema, en la que aprenderán a respetar decisiones y a controlar sus emociones.	A) Formar equipos de ocho personas B) Dar el siguiente mensaje. “En un par de horas el planeta Tierra explotará y la vida en él llegará a su fin. Existe una sola expectativa de vida: alejarse del planeta en una nave espacial que tiene capacidad sólo para cinco tripulantes”. C) Dar la indicación de que en cada equipo deberán distribuirse los siguientes personajes: maestro, mujer embarazada, prostituta, agricultor, sacerdote, juez, niño y policía. -Los personajes deberán decidir entre ellos quienes viajarán. -El criterio de selección que tengan, será la utilidad que tendrá la vida para esos cinco tripulantes en la construcción de una nueva civilización. Cada participante defenderá intensamente su personaje pues asumirán que es su vida la que está en riesgo. Comentar cuáles fueron sus sentimientos: ¿Cómo se sintieron al saber que algunos se tendrían que quedar y morir? ¿Cómo se sintieron al saber	----	35 minutos

Sesión N° 3: “Aprendiendo a ser mejor tomando buenas decisiones y llevándome bien con los demás”.

Objetivo general: Qué las/os estudiantes de profesorado aprendan formas adecuadas para expresar sus sentimientos, positivos o negativos, desarrollando así la asertividad, independencia y adecuadas relaciones interpersonales.

Participantes: Estudiantes de Profesorado en Matemáticas

Facilitadora: Equipo de investigadoras

Fecha: viernes 2 de octubre 2015.

Hora: 8:00 am. A 1:00 pm.

Local: Salón de usos múltiples de INFORPUES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
Continuación de la Técnica N°1 “El fin del mundo”		❖ que ellos fueron o no fueron elegidos según sea el caso para quedarse? ¿Cómo se sintieron al saber que ellos fueron o no fueron elegidos según sea el caso para irse? ¿Por qué no lo hicieron? ¿Cuál es la importancia de saber controlar y manejar sus emociones?		
15. Técnica N°2 “Respiración profunda”	Que los/as estudiantes aprendan a controlar las reacciones fisiológicas antes, durante y después de enfrentarse a las situaciones emocionalmente intensas.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ A continuación, se les indicará a los/as estudiantes que se realizará lo siguiente: ❖ Respira profundamente mientras cuentas mentalmente hasta 4, mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta 8 y repite el proceso anterior ❖ De lo que se trata es de hacer las distintas fases de la respiración de forma lenta y un poco más intensa de lo normal, pero sin llegar a tener que forzarla en ningún momento. Para comprobar que haces la respiración correctamente puedes poner una mano en el pecho y otra en el abdomen. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Música relajante ✓ Asiento cómodo ✓ Aromarizante 	20 minutos
16. Evaluación del taller	Conocer el nivel de impacto en los/as estudiantes y los cambios obtenidos durante la jornada.	❖ La evaluación de dicha jornada se realizará a través de una lluvia de ideas, seleccionándolos al azar y haciéndoles las siguientes preguntas: ¿Qué es lo que más le gusto? ¿Qué es lo que menos le gusto? ¿Cómo aplicara lo aprendido en sus actividades cotidianas?.	✓ Papelegrafo	10 minutos
17. Cierre del taller	Reconocer el esfuerzo e interés de los participantes por medio de elogios.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Refrigerios ❖ Despedida 	✓ Refrigerio	10 minutos

Sesión N° 4: Introspección: “Elijo perdonarte para vivir feliz”

Objetivo General: Generar un ambiente de paz y tranquilidad en el que los participantes logren sanar sus heridas emocionales y den pasó a la curación de su corazón.

Participantes: Estudiantes del profesorado en Matemáticas

Facilitadora: Equipo de investigadoras

Fecha: 9 de octubre de 2015.

Hora: 8:00 am. A 12:00 m.

Local: Salón de PINACOTECA UES.

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
1. Presentación del Taller	Dar la bienvenida a los/as participantes, compartir los objetivos de la jornada y conocer las expectativas sobre la temática.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Bienvenida ❖ Objetivo general de la sesión. ❖ Expectativas de los participantes: Se iniciara con una lluvia de ideas con las expectativas de que esperan del taller, las respuestas se escriben en un pliego de papel bond. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Pliego de papel bond ✓ Plumones ✓ Gafetes. 	10 minutos
2. Dinámica de Animación “Caricias por escrito”	Que las y los participantes aprendan a expresar sus sentimientos de forma adecuada, haciendo que contribuyan a la autoestima colectiva.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se les explicará a los/as estudiantes que: En un papel pegado a la espalda de sus compañeros/as cada uno escriba cualidades positivas que le ven al otro, haciendo que se eleve la autoestima de sus compañeros/as y aprendiendo una forma adecuada de expresar buenos cualidades de los mismos. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Hojas de papel bond ✓ Tirro ✓ Plumones ✓ Lapiceros 	15 minutos
3. Exploración de conocimientos previos.	Indagar acerca de los conocimientos e interés que los/as participantes poseen de la temática.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se iniciará con una pequeña introducción acerca de la temática a trabajar y crear una lluvia de ideas de la misma. ❖ Preguntas Generadoras: ¿Qué es la introspección? ¿Te gusta reflexionar acerca de tu vida? ¿Cuándo has hecho algo mal, Has hecho algo para repararlo? 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Pizarra ✓ Plumones 	15 minutos

Sesión N° 4: Introspección: “Elijo perdonarte para vivir feliz”

Objetivo General: Generar un ambiente de paz y tranquilidad en el que los participantes logren sanar sus heridas emocionales y den pasó a la curación de su corazón.

Participantes: Estudiantes del profesorado en Matemáticas

Facilitadora: Equipo de investigadoras

Fecha: 9 de octubre de 2015.

Hora: 8:00 am. A 12:00 m.

Local: Salón de PINACOTECA UES.

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
4. Profundización de tema.	Brindar información teórica a cada participante acerca de la temática.	❖ Se les socializará a los/as estudiantes a través de un tríptico la siguiente información teórica de dicha temática:	✓ Tríptico acerca de la introspección	15 minutos
6. Aplicación de los aprendizajes <u>Técnica</u> “Cerrando ciclos a través del perdón”	Desarrollar en los/as jóvenes el manejo de resentimientos en sus relaciones interpersonales.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Se le solicita a las y los estudiantes que se sienten en círculo, van a cerrar los ojos y pensarán en las personas que les han hecho daño y que cosas son las que les han herido o lastimado. ❖ Se les entregará una hoja de papel bond, un lapicero, y se les solicitará que escribirán los nombres de las personas que pensaron anteriormente y las cosas que les hicieron, pueden desahogarse en el papel. ❖ Posteriormente harán un compromiso de perdón, que rezoará de la siguiente forma: Yo _____ por mi libre albedrío, decido perdonar a _____ por el daño que me causo y me comprometo a seguir perdonando las veces que sean necesarias hasta que esto ya no me cause más dolor. ❖ Para finalizar, se les pedirá que rompan la página donde anotaron el resentimiento que sentían y lo boten en el basurero. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Una hoja ✓ Lapicero ✓ Basurero 	35 minutos
6. Evaluación del taller	Conocer el nivel de impacto en los/as jóvenes y los cambios obtenidos durante el taller.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ A través de la lista de asistencia seleccionando nombres al azar se les preguntará lo siguiente : ¿Qué es lo que más le gusto? ¿Qué es lo que menos le gusto? ¿Cómo aplicara lo aprendido en sus actividades laborales? ¿Qué recomendaciones daría para futuros talleres?. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Pizarra ✓ Plumones 	5 minutos

Sesión N° 4: Introspección: “Elijo perdonarte para vivir feliz”

Objetivo General: Generar un ambiente de paz y tranquilidad en el que los participantes logren sanar sus heridas emocionales y den pasó a la curación de su corazón.

Participantes: Estudiantes del profesorado en Matemáticas **Facilitadora:** Equipo de investigadoras

Fecha: 9 de octubre de 2015. **Hora:** 8:00 am. A 12:00 m. **Local:** Salón de PINACOTECA UES

ACTIVIDAD	OBJETIVO ESPECIFICO	PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
7. Cierre del taller	Brindar diplomas de reconocimiento a los estudiantes por su participación activa durante todo el taller.	<ul style="list-style-type: none">❖ Entrega de diplomas❖ Refrigerio❖ Despedida	<ul style="list-style-type: none">✓ Diplomas✓ Refrigerios	15 minutos

ANEXOS DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

ANEXOS DE LAS SESIONES DE INTERVENCION

		Pág.
Sesión N° 1	Anexo # 1. Nuevos aprendizajes de resiliencia.....	149
	Anexo # 2. El Abrigo Misterioso.....	152
	Anexo # 3. Lista de elementos.....	153
Sesión N° 2	Anexo # 4. Nuevos aprendizajes sobre la creatividad.....	154
	Anexo # 5. Mitos sobre la creatividad.....	156
	Anexo # 6. Mi casa ideal.....	159
Sesión N° 3	Anexo # 7. Nuevos aprendizajes sobre la autoestima.....	160
Sesión N° 4	Anexo # 8. “Frasas de reflexión”.....	164
	Anexo # 9. “Lectura de la historia”.....	165
	Anexo # 10. “Sugerencias para mejorar la autoestima”.....	166
Sesión N° 5	Anexo # 11 “Teoría”.....	167
	Anexo # 12 “Ficha 1 Instrucciones para ser positivo”.....	169
	Anexo # 13 “Ficha 2 Situaciones”.....	170
	Anexo # 14 “Las Alfombras”.....	170
Sesión N° 6	Anexo #15 “Dinámica de animación ZOOM”.....	171
	Anexo # 16 “Emociones a mimetizar”.....	175
	Anexo # 17 “Gonzalo y Clara”.....	176
	Anexo # 18 “Yolanda y Raúl”.....	177
	Anexo # 19 “Ficha de siento lo que sientes”.....	178
Sesión N° 7	Anexo # 20 Hoja de trabajo “Dejar el pasado atrás”.....	179
	Anexo # 21 Hoja de lectura “Teoría de asertividad.”.....	180
	Anexo # 22 Hoja de lectura “Características de la persona asertiva.”.....	182
	Anexo # 23 Hoja de lectura “Historia de Alexander y Pedro.”...	183
	Anexo # 24 Hoja de lectura “Historia de Ricardo y Andrés.”....	184
	Anexo # 25 Hoja de lectura “Historia de Roxana y María.”.....	185
Sesión N° 8	Anexo # 26 Hoja de lectura “Cuento L. Tolstoy”.....	186
	Anexo # 27 Hoja de trabajo “Origamis”.....	187
Sesión N° 9	Anexo # 28 Hoja de recorte “Cohetes de la conducta”.....	188
Sesión N°10	Sin anexo. ---	

ANEXO # 1: Nuevos aprendizajes de Resiliencia

La resiliencia según Edith Henderson Grotberg, (1995, 2000) es “la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y ser transformado positivamente por ellas”. La resiliencia es parte del proceso evolutivo y debe ser promovido desde la niñez.

En psicología, el término resiliencia se refiere a la capacidad de los sujetos para sobreponerse a períodos del dolor emocional. Cuando un sujeto o grupo es capaz de hacerlo, se dice que tiene resiliencia adecuada, y puede sobreponerse a contratiempos o incluso resultar fortalecido por los mismos. El concepto de resiliencia se corresponde con el término entereza. Esta capacidad de resistencia se prueba en situaciones de fuerte y prolongado estrés.

Factores que desarrollan la resiliencia

Según Grotberg, los factores que desarrollan la resiliencia en los seres humanos a los cuales denomina como pilares los siguientes: introspección, independencia, capacidad de relacionarse, iniciativa autoestima creatividad moralidad y humor; además este mismo autor identifica cuatro fuentes de la resiliencia siendo estos: yo soy, yo tengo, yo puedo y yo estoy.

Pilares de la resiliencia:

- a) Introspección: Arte de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta.
- b) Independencia: Saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas, de mantener distancia emocional y física sin caer en el aislamiento.
- c) Capacidad de relacionarse: Habilidad para establecer lazos e intimidad con otra gente, para equilibrar la propia necesidad de afecto con la actitud de brindarse a los otros.

d) Iniciativa: Gusto de exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más complejas.

e) Humor: Encontrar lo cómico en la propia tragedia.

f) Creatividad: Capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden.

g) Moralidad: Consecuencia para extender el deseo personal de bienestar a toda la humanidad y capacidad de comprometerse con valores; este elemento ya es importante desde la infancia, pero a partir de los 10 años.

h) Autoestima consistente: Base de los demás pilares y fruto de cuidado afectivo consecuente del niño o adolescente por parte de un adulto significativo

Fuentes que generan resiliencia

Se fomenta la resiliencia cuando el padre, el docente, un amigo, etc. se acerca a una persona que se encuentra deprimido, aislado, con ansiedad, que no platica o muestra una actitud negativa, para mostrarle interés sobre lo que le puede estar pasando, y le da muestras de que intenta comprenderle y ayudarlo (‘‘tengo’’), si le hacen sentir que lo quieren y lo cuidan (‘‘soy’’/ ‘‘estoy’’), ayudaran a que cambie.

Grotberg (1995, 2000) desarrolla una estrategia para ayudar a las personas a descubrir los recursos y factores de resiliencia que posean en sí mismas y en su ambiente; se basa de autoafirmaciones, que servirán para su realización y superación de la adversidad.

Perfil de las Personas Resilientes:

- ☞ Son personas positivas y con sentido del humor.
- ☞ Les gusta disfrutar de las relaciones humanas; son sociables, se convive fácilmente con ellos, se muestran asertivos a la hora de comunicarse.
- ☞ Presentar un adecuado control de los impulsos y de sus emociones en general.
- ☞ Ante la adversidad presentan un *Locus de Control Interno*, es decir, piensa que existe una alta relación entre su comportamiento y las consecuencias de las

mismas. Así mismo, consideran que ante la adversidad tiene recursos para resolver el problema o controlar su emoción.

- ☞ Presentan una alta capacidad de automotivación.
- ☞ Tienen un adecuado nivel de autoestima y se perciben como competentes, por lo que confían en sí mismos.
- ☞ Las personas con resiliencia son flexibles en sus pensamientos

Factores de Riesgo:

Un factor de riesgo es cualquier característica o circunstancia en una persona o un grupo de personas que se asocia a un aumento en la probabilidad de padecer, desarrollar o estar especialmente expuesto a un proceso delictivo, en el caso de los estudiantes de secundaria, que aún son menores de edad, de conductas infractoras. Estos factores de riesgo (biológicos, ambientales, de comportamiento, socioculturales, económicos) pueden irse acumulando, y aumentar el efecto que un solo factor de riesgo puede provocar.

La mayoría de los factores de riesgo se relacionan con las conductas y el medio en el que se desarrollan las personas. El estilo de vida, la forma en que sus actitudes y sus comportamientos tienden, ya sea a exponerse a peligros o al autocuidado. Por el contrario, los factores que disminuyen la probabilidad de que haya problemas y que pueden residir en el individuo o en su entorno, son factores de protección.

ANEXO # 2: El Abrigo Misterioso. Lista de factores de riesgo y de protección.

Factores de protección:

- a. Valores familiares que favorezcan la salud integral de los adolescentes
- b. Autoestima sana
- c. Integración y apoyo familiar
- d. Sana comunicación familiar
- e. Apoyo de los profesores
- f. Influencia positiva del círculo de amistades
- g. Práctica deportiva
- h. Uso saludable del tiempo libre
- i. Información sobre el consumo y abuso de drogas

Factores de riesgo:

- a. Ausencia de figuras paterna y materna
- b. Carencia de límites, reglas o disciplina
- c. Falta de supervisión, atención y escucha de los padres hacia el adolescente
- d. Comunicación familiar deficiente
- e. Confusión de valores
- f. Violencia familiar
- g. Falta de empatía con los demás
- h. Bajo desempeño escolar
- i. Ausentismo escolar
- j. Deserción escolar
- k. Falta de proyecto de vida
- l. Dificultad para trazar y lograr metas
- m. Incapacidad de mostrar afecto
- n. Aislamiento, depresión, desesperanza
- o. Malas compañías. Amigos que presionan para romper las reglas
- p. Abuso en el consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas

ANEXO # 3. LISTA DE ELEMENTOS

Amor

Tijeras

Reglas sociales

Celular

Cigarros

Ropa Cómoda

Bebidas alcohólicas

Comida rápida o chatarra

Cobijas

Toallas

Salvavidas

Libros

Condomes

Traje de baño

Bronceador

Comunicación

Confianza

Comida sana

Respeto

Tolerancia

Agua potable

Linterna

Medicinas

Bolsas de basura

ANEXO # 4 APRENDIZAJE SOBRE LA CREATIVIDAD

La creatividad, denominada también pensamiento original, pensamiento creativo, inventiva, imaginación constructiva o pensamiento divergente, es la capacidad de crear, de innovar, de generar nuevas ideas o conceptos, o nuevas asociaciones entre ideas y conceptos conocidos, que normalmente llevan a conclusiones nuevas, resuelven problemas y producen soluciones originales y valiosas.

La creatividad es la producción de una idea o un concepto, una creación o un descubrimiento que es nuevo, original, útil y que satisface tanto a su creador como a otros durante algún periodo.

La creatividad o el pensamiento original, es un proceso mental que nace de la imaginación y engloba varios procesos mentales entrelazados. Estos procesos no han sido completamente descifrados por la fisiología. La cualidad de la creatividad puede ser valorada por el resultado final y esta es un proceso que se desarrolla en el tiempo y que se caracteriza por la originalidad, por la adaptabilidad y por sus posibilidades de realización concreta.

La creatividad surgiría de tres elementos centrales:

- De la conciencia de la necesidad de cambio, tanto para enfrentar problemas existentes como para aproximarse a metas deseables.
- De la percepción sobre la posibilidad de crear cambio a través de la formulación de problemas, considerando sus diversas dimensiones, de la búsqueda de una amplia gama de soluciones y, de la capacidad de llevar a cabo lo que parece conveniente
- La posibilidad de cambio está sujeta a la existencia de personas creativas (capaces de enfrentar el cambio con una perspectiva como la señalada) y a la presencia de un contexto sociocultural que permite acoger y formar a esas personas.

El humor y la imaginación también dan cuenta de un individuo verdaderamente creativo, además de la curiosidad, afán de manipular los objetos, capacidad para encontrar interrogantes y para estructurar de otra forma las ideas que se presentan. Las características de personalidad que se atribuyen a sujetos creativos son: autonomía, femineidad de los intereses, dominancia, autoafirmación, autoaceptación, facilidad de los recursos, radicalismo, complejidad psicológica.

¿Por qué es necesaria la Creatividad?

Educar en la creatividad, es formar personas ricas en originalidad, visión futura, iniciativa, confianza, amantes de los riesgos y listas para afrontar los obstáculos que se les van presentando en su vida escolar y cotidiana.

En una sociedad marcada por el estrés, el movimiento constante y la presión de ocupar el día en tareas útiles y productivas, ha surgido la necesidad ineludible: la de buscar espacios para relajarse y disfrutar del tiempo libre.

Por eso, educar para el tiempo libre es una tarea que adquiere mayor importancia día a día. El niño aprenderá desde pequeño a disfrutar de sus espacios de ocio si se le enseña que hay un tiempo para cada cosa, que la distracción y el descanso son tan importantes como las actividades destinadas a potenciar su desarrollo intelectual y físico.

Es importante recordar que el ocio es un contexto imprescindible para favorecer el desarrollo de la creatividad. En los momentos en los que el niño no está presionado por pautas fijas acerca de qué cosas tiene que hacer y cómo debe encararlas, se siente libre para expresar sus ideas, emociones, inquietudes y deseos. Así, la creatividad en la que está trabajando se convierte en algo propio. Uno de los tipos más importantes de tareas creativas para los niños es el juego. A través de él utilizan materiales familiares en nuevas maneras o de formas poco usuales e interpretan papeles imaginativos. Por ejemplo, cuando crean personajes y dramatizan situaciones.

Anexo #5 Mitos sobre la creatividad

Alrededor del concepto de creatividad existen diversos mitos o falsas creencias que mitifican el proceso creativo. Analicemos algunas de ellas:

No todos/as somos creativos/as

Vigotsky defendía que todas las personas poseen, al menos en potencia, la capacidad de ser creativas, y que ésta se podía desarrollar. Es decir, que no es patrimonio exclusivo de los/as grandes genios/as. Hoy en día, esta teoría está plenamente aceptada y son muchos los cursos y actividades propuestas por diversas entidades, las que tienen por finalidad el entrenamiento y desarrollo de esta habilidad.

Las personas creativas tienen una gran inteligencia

Es cierto que en el proceso creativo entran en juego ciertos procesos intelectivos: a la hora de crear es necesario realizar ciertos procesos mentales como el establecimiento de relaciones o el análisis de alternativas entre otros. Para medir el grado de inteligencia hay que observar muchos aspectos, los tradicionales test de inteligencia medían el Coeficiente intelectual de una persona atendiendo a la capacidad para el lenguaje, las matemáticas, la lógica, etc. Sin embargo, una persona puede tener más desarrolladas ciertas habilidades en relación a otras y esto no le impedirá ser creativa; aunque puede que sí influya sobre el campo o área en la que desarrollará su creatividad.

Quien es creativo/a es desordenado/a

Las personas creativas, no es que sean desordenadas, sino que siguen un orden diferente del comúnmente establecido por las organizaciones o la sociedad. Normalmente tienen un orden propio y por ello, la mayoría de las personas no son capaces seguir la lógica de su organización.

La creatividad surge en la soledad

Aunque los procesos mentales que se producen en nuestra cabeza durante el proceso de creación son de carácter interno y personal, un grupo de trabajo suele hallar innovaciones más exitosas que quien trabaja individualmente.

Esto se debe a que los conocimientos del grupo siempre superan a los del individuo/a, los miembros de un equipo se complementan haciendo trascender el conocimiento y los procedimientos, las aportaciones de los demás pueden ser el principio de que se “ilumine” en nuestra mente la posibilidad alternativa o novedosa.

Las personas jóvenes son más creativas que las de edad avanzada

La creatividad se alimenta también de las experiencias y saberes adquiridos, ya sean conocimientos o ideas o métodos para dirigir el pensamiento hacia la creatividad. Aunque también es cierto que las experiencias y conocimientos consolidados pueden dificultar el que especulemos sobre nuevas alternativas.

Por otro lado, puesto que vivimos en sociedad y ésta se cimienta en una serie de normas y reglas y que en la mayoría de los casos, para “formar parte” e integrarse en la sociedad es necesario acatarlas. Por este motivo, con la edad muchos/as aprendemos a inhibir la creatividad.

La creatividad es de quienes se arriesgan.

Si bien es cierto que para generar una novedad hay que correr el riesgo de enfrentarse a lo establecido, a lo convencional, estos riesgos deben ser calculados y medidas las posibles consecuencias positivas y negativas. No tiene sentido que asumamos riesgos que no vayamos a poder afrontar.

La creatividad no se puede dirigir

Aunque no se pueda controlar completa y determinadamente qué, quién, cómo y cuándo surgirá la creatividad, si que se pueden establecer una serie de factores que favorezcan su aparición.

Existen buenas y malas ideas

Las ideas son simplemente ideas, ni buenas ni malas, solo ideas. Unas serán más aplicables a determinadas circunstancias que otras, unas generarán un producto u otro.

Por otro lado, hay ideas que al no estar concluidas parecen poco exitosas, pero tras un poco más de trabajo sobre ellas se convierten en ideas extraordinarias.

ANEXO # 6

MI CASA IDEAL.

QUIERO QUE TENGA:

QUIERO QUE VIVAN:

LO QUE QUIERO HACER EN ELLA:

ANEXO # 7 NUEVOS APRENDIZAJES SOBRE LA AUTOESTIMA.

Puede definirse la autoestima como el sentimiento de aceptación y aprecio hacia uno mismo, que va unido al sentimiento de competencia y valía personal. El concepto que tenemos de nosotros mismos no es algo heredado, sino aprendido de nuestro alrededor, mediante la valoración que hacemos de nuestro comportamiento y de la asimilación e interiorización de la opinión de los demás respecto a nosotros. La importancia de la autoestima radica en que nos impulsa a actuar, a seguir adelante y nos motiva para perseguir nuestros objetivos.

Las personas con alta autoestima se caracterizan por lo siguiente:

- Superan sus problemas o dificultades personales.
- Afianzan su personalidad.
- Favorecen su creatividad.
- Son más independientes.
- Tienen más facilidad a la hora de tener relaciones interpersonales.

Cuando tienes una autoestima alta, te sientes bien contigo mismo; sientes que estás al mando de tu vida y eres flexible e ingenioso; disfrutas con los desafíos que la vida te presenta; siempre estás preparado para abordar la vida de frente; te sientes poderoso y creativo y sabes como " hacer que sucedan cosas " en tu vida.

¿CÓMO MEJORAR LA AUTOESTIMA?

Es necesario conocer cómo funcionamos, es decir, cuáles son nuestras fortalezas y aspectos positivos y cuáles son nuestras limitaciones. A partir de esta valoración, decidiremos qué aspectos deseamos mejorar y cuáles reforzaremos. El plan de acción para cambiar determinadas características debe ser realista y alcanzable en el tiempo (por ejemplo, la edad que tenemos es inamovible, la altura es otro factor poco variable a determinadas edades, etc.). Es decir, tenemos características que tendremos que aceptar y con las que convivir, intentando sacar partido y ver su aspecto positivo.

AUTOCONCEPTO (Una parte importante de la autoestima)

¿Qué es el autoconcepto? Es el concepto que tenemos de nosotros mismos. ¿De qué depende? En nuestro auto concepto intervienen varios componentes que están interrelacionados entre sí: la variación de uno, afecta a los otros (por ejemplo, si pienso que soy torpe, me siento mal, por tanto hago actividades negativas y no soluciono el problema).

- Nivel cognitivo - intelectual: constituye las ideas, opiniones, creencias, percepciones y el procesamiento de la información exterior. Basamos nuestro autoconcepto en experiencias pasadas, creencias y convencimiento sobre nuestra persona.
- Nivel emocional afectivo: es un juicio de valor sobre nuestras cualidades personales. Implica un sentimiento de lo agradable o desagradable que vemos en nosotros.
- Nivel conductual: es la decisión de actuar, de llevar a la práctica un comportamiento consecuente.

Los factores que determinan el autoconcepto son los siguientes:

- * La actitud o motivación: es la tendencia a reaccionar frente a una situación tras evaluarla positiva o negativa. Es la causa que impulsa a actuar, por tanto, será importante plantearse los porqués de nuestras acciones, para no dejarnos llevar simplemente por la inercia o la ansiedad.
- * El esquema corporal: supone la idea que tenemos de nuestro cuerpo a partir de las sensaciones y estímulos. Esta imagen está muy relacionada e influenciada por las relaciones sociales, las modas, complejos o sentimientos hacia nosotros mismos.
- * Las aptitudes: son las capacidades que posee una persona para realizar algo adecuadamente (inteligencia, razonamiento, habilidades, etc.).
- * Valoración externa: es la consideración o apreciación que hacen las demás personas sobre nosotros. Son los refuerzos sociales, halagos, contacto físico, expresiones gestuales, reconocimiento social, etc.

AUTOESTIMA PRECISA

Ya sabemos que la autoestima es uno de los factores más relevantes para el bienestar personal y una clave para relacionarnos con el entorno de una forma satisfactoria.

Si nuestra tendencia es a sobrevalorar las dificultades o defectos sin valorar las propias capacidades o posibilidades, la suma global (la percepción de uno mismo) hace que nos sintamos insatisfechos. Si esta forma de pensar está generalizada, nuestras actuaciones van a estar sesgadas o actuaremos con temor y hay más posibilidades que los fallos se repitan en el futuro.

También podemos tener un pensamiento distorsionado en el sentido contrario, si lo que tenemos es un sentimiento exagerado de autoestima, nos puede crear problemas, lo cual ocasionará que no podamos resolver los problemas de forma adecuada.

Tipos de autoestima

1. Autoestima positiva: No es competitiva ni comparativa. Está constituida por dos importantes sentimientos: la capacidad (de que se es capaz) y el valor (de que se tiene cualidades). Esta actitud deriva en la confianza, el respeto y el aprecio que una persona pueda tener de sí misma.

Las características de las personas con autoestima positiva son:

- ❖ Saben que cosas pueden hacer bien y qué pueden mejorar.
- ❖ Se sienten bien consigo mismos.
- ❖ Expresan su opinión
- ❖ No temen hablar con otras personas.
- ❖ Saben identificar y expresar sus emociones a otras personas.
- ❖ Les gusta los retos y no les temen.
- ❖ Tiene consideración por los otros, sentido de ayuda y están dispuestos a colaborar con las demás personas.
- ❖ Son creativas y originales, inventan cosas, se interesan por realizar tareas desconocidas, aprenden actividades nuevas.

- ❖ Luchan por alcanzar lo que quieren.
- ❖ Disfrutan las cosas divertidas de vida, tanto de la propia como de la de los demás.
- ❖ Son organizados y ordenados en sus actividades.
- ❖ Preguntan cuándo algo no lo saben.
- ❖ Defienden su posición ante los demás.
- ❖ Son responsable de sus acciones

2. Autoestima relativa: oscila entre sentirse apta o no, valiosa o no, que acertó o no como persona. Tales incoherencias se pueden encontrar en personas, que a veces se sobrevaloran, revelando una autoestima confusa.

3. Autoestima baja: es un sentimiento de inferioridad y de incapacidad personal, de inseguridad, de dudas con respecto a uno mismo, también de culpa, por miedo a vivir con plenitud. Existe la sensación que todo no alcance, y es muy común que haya poco aprovechamiento de los estudios o del trabajo. Puede ir acompañado de inmadurez afectiva.

Algunas características de personas con Autoestima baja:

- ❖ Falta de confianza en usted mismo.
- ❖ Problemas de intimidad en relaciones.
- ❖ Esconder los verdaderos sentimientos.
- ❖ Inhabilidad de premiarse a usted mismo por los logros.
- ❖ Inhabilidad de perdonarse a usted mismo y a los demás.
- ❖ Miedo al cambio.

Anexo # 8. “Frasas de reflexión”

“No digas no puedo ni en broma, porque el inconsciente no tiene sentido del humor, lo tomará en serio, y te lo recordará cada vez que lo intentes.”

Facundo Cabral.

“En realidad son nuestras decisiones las que determinan lo que podemos llegar a ser, mucho más que nuestras propias habilidades.”

J. K. Rowling

“No conozco la clave del éxito pero la clave del fracaso es tratar de complacer a todo el mundo.”

Woody Allen

“Cada obstáculo presenta una oportunidad para mejorar nuestra propia condición”.

Enrique Barrios.

Si no eres bueno amándote a ti mismo, tendrás dificultades al amar a alguien, debido a que resentirás el tiempo y energía que das a otra persona que ni siquiera te das a ti mismo.

Barbara De Angelisi.

-La adversidad y perseverancia te pueden formar. Te pueden dar un valor y autoestima que no tienen precio.

Scott Hamilton.

Anexo # 9. “Lectura de la historia”

“Cuentan que en una antigua tribu primitiva apareció un hombre civilizado que llamó la atención de sus habitantes: gallardo, apuesto, hábil cazador, fuerte guerrero, inteligente estratega, amable conversador,...

Vivía en la tienda del jefe de la tribu, siempre acompañado de un cofre que contenía un misterioso objeto de cristal, ante el cual el extranjero, todas las noches, pasaba grandes ratos. Después de muchas lunas, el extranjero desapareció inesperadamente. Y olvidó su cofre: misterioso amuleto.

El jefe lo encontró casualmente y lo escondió, para poder contemplarlo también él, largamente al anochecer, cosa que su mujer dedujo, pues lo notaba cada vez más parecido al admirado extranjero: prudente, hábil, fuerte, ilusionado... Se convirtió en un jefe magnánimo, en un esposo delicado y en un padre cariñoso.

Esto le hizo sospechar de que el cofre poseía la imagen de una bella mujer, de la que, enamorado, sacaba fuerzas e ilusiones escondidas antes. Un día logró arrebatárselo sin ser vista y, ella también, pasaba horas de la noche, adorando la prodigiosa estatua: fue cambiando de carácter y trato, y sus maneras fueron cada vez más femeninas, solidarias y comprensivas.

También el hechicero sospechó y temió que el extranjero hubiera dejado un amuleto o un ungüento mágico, de fuerzas superiores a las por él conocidas. No le costó hacerse con el cofre, con cuya contemplación reiterada consiguió mejorar sus artes sanadoras y sus proféticas intuiciones...

A las pocas lunas, apareció de improviso el desaparecido dueño del milagroso cofre y dijo sencillamente:

“Por favor, ¿alguien podría decirme si ha visto un cofre con un espejo dentro? Porque, si no logro ver, cada poco, el fondo de mí mismo, nunca lograré saber dónde ir, ni que hacer de mí”

Anexo #10. “Sugerencias para mejorar la autoestima”

1. Por las mañanas, piensa que tienes la oportunidad de vivir y siéntete feliz por ello.
2. No tomes tan a pecho los comentarios negativos y las críticas de las personas; las demás personas no te conocen y no saben todas las cosas positivas que guardas en tu interior.
3. Todas las noches, antes de dormir, recuerda las cosas que hiciste; seguramente, te darás cuenta que, a lo largo del día, hiciste cosas que favorecieron tu desarrollo personal.
4. En la medida de tus posibilidades, trata de ayudar a alguien; te sentirás muy bien al hacerlo.
5. Disfruta las cosas buenas de la vida por sencillas que parezcan: disfruta el aire, observa una flor, disfruta del saludo de un amigo, etc. La vida se va construyendo con momentos pequeñitos pero importantes.
6. Trata de sonreír el mayor tiempo posible; esto ayudará a tu estado de ánimo, a tus pensamientos y a tus acciones.
7. No te insultes; utiliza frases amables que te motiven y te hagan sentir persona importante.

Anexo# 11 “Teoría”

El optimismo, es objeto de estudio de la psicología. De esta manera, puede definirse como un rasgo disposicional de la personalidad que oscila entre los acontecimientos externos y la interpretación personal de los mismos. Así, el optimismo se caracteriza por una tendencia a confiar en que el futuro sea favorable, por lo que contribuye a afrontar las dificultades con buen ánimo y perseverancia.

Una persona optimista logra identificar y valorar lo positivo de cada circunstancia e individuo.

Todos sabemos que ser optimista nos ayuda a vivir mejor y ser más simpáticos. Es mejor pensar “¡Qué bien que hoy es domingo!” que pensar “¡Qué horror, mañana es lunes!”

Pero ser positivo significa mucho más que ser optimista. Las personas positivas saben sacar lo mejor de cada situación, aunque sea mala. Están más preparadas para enfrentarse a los problemas porque no se asustan fácilmente ante las dificultades. Son apreciadas y valoradas por quienes les rodean. Son capaces de motivar a otros para conseguir lo que se propongan y estimulan a los demás a progresar y aprender.

Hay dos claves principales para conseguirlo:

1. Esforzarse en ver y expresar lo positivo de quien tenemos cerca. Para ello:
 - Habla bien de los demás siempre que puedas.
 - Aprovecha las ocasiones, por pequeñas que sean, para decir algo bueno a quienes te rodean. Por ejemplo: si tu madre se cambia de peinado, si tu amigo lleva unas deportivas nuevas que te gustan, si te presentan a alguien

“que te cae bien”, si alguien tiene un detalle bonito contigo, asegúrate de que han notado lo mucho que te gusta.

2. Esforzarse en crear un clima positivo para enfrentarnos a los problemas de la mejor manera posible, en lugar de asustarnos y quedarnos “llorando” sin fuerzas. Cuando se te presente una situación difícil.
 - Mira lo poco o mucho de bueno que tenga la situación.
 - Busca, entre las cosas que puedas hacer, las que mejor te ayuden a salir adelante.
 - Pide ayuda si es necesario, pero no para lamentarte o mostrar compasión, sino para expresar positivamente lo que necesitas y deseas.
 - Piensa en las consecuencias positivas de tus acciones.

Por otro lado la asertividad es una base importante para ver desde otra perspectiva las situaciones que se presentan en el día a día. La asertividad, es la habilidad personal que nos permite expresar directamente los propios sentimientos, opiniones y pensamientos y defender nuestros derechos, en el momento oportuno, de la forma adecuada sin negar ni desconsiderar los sentimientos, opiniones, pensamientos y derechos de los demás.

Anexo # 12 “Ficha 1 Instrucciones para ser positivo”

1. Utilizar la empatía: Ponte en el lugar del otro e intenta comprender lo que él siente o piensa aunque no estés de acuerdo totalmente.

Por ejemplo, imagina que a ti no te gusta el fútbol, pero tu amigo Pedro te está contando que está muy enfadado porque perdieron el partido de ayer por culpa del árbitro. Si tratas de comprenderle pensarás “La verdad es que, con lo que le gusta el fútbol, debe estar muy enfadado por haber perdido el partido por ese motivo”

2. Escucha al otro y hazle saber que comprendes sus sentimientos, pensamientos, motivos, etc.

Por ejemplo:

Oye, Pedro, siento mucho que perdieras el partido. Me imagino que tienes que estar muy enfadado con el árbitro.

3. Di algo positivo de él mismo, de la situación, de lo que puede lograr con un poco de esfuerzo o de alguna cualidad que él tenga y que sepas que la puede utilizar.

Por ejemplo:

¡Vamos, Pedro, ánimo! ¡Si tienes el mejor equipo del colegio! No vas a tener mala suerte siempre. Seguro que, con un poco de esfuerzo, vas a ganar el campeonato.

4. Habla de lo que tiene de bueno tu opinión, aunque no coincidas con los otros, explica por qué piensas o te sientes así, y razona qué tiene de bueno hacer lo que tú dices.

Por ejemplo:

Además, lo bueno que tiene esto es que es poco probable que nos toque el mismo árbitro en otro partido. Ahora les tocará a otros y nosotros podemos jugar fútbol como lo sabemos hacer.

Anexo # 13 “Ficha 2 Situaciones”

Situación 1: Como reaccionarías si dos chicos/as están hablando mal de un amigo/a común que no está presente.

Situación 2: Como ayudarías a un amigo/a que está sufriendo por que su padre bebe mucho alcohol y hay días en que llega borracho a casa.

Anexo # 14 “Las Alfombras”

**ESTE DIA HE
APRENDIDO QUE...**

**EN QUE AREAS DE MI VIDA
PUEDO APLICAR LO
APRENDIDO...**

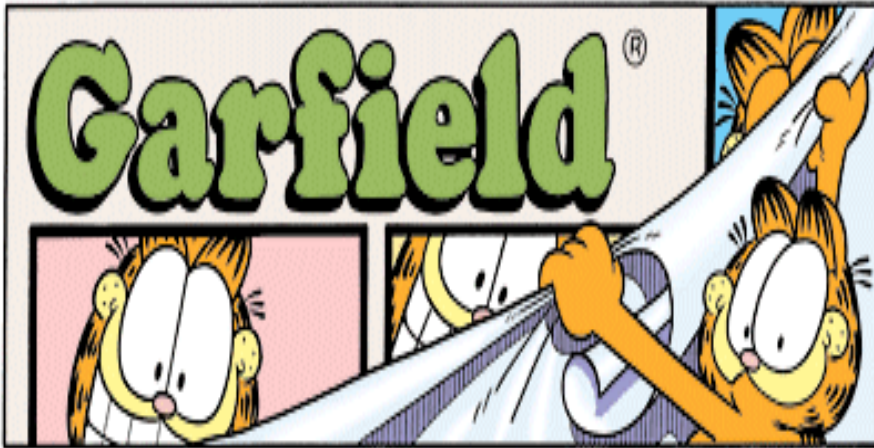
**LO QUE MAS ME
GUSTO DEL TALLER
FUE...**

**LO QUE VOY A
HACER CON LO
APRENDIDO ES...**

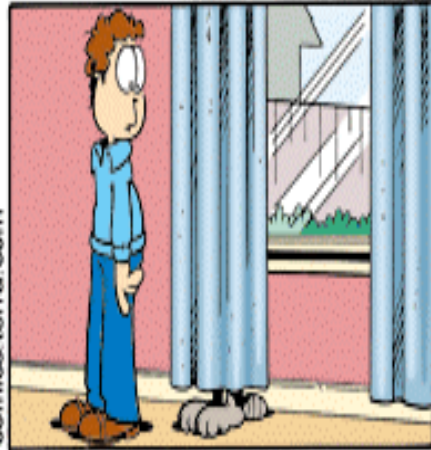
Anexo #15 "Dinámica de animación ZOOM"







Dist. by Atlantic Syndication/Universal Press Syndicate





Anexo #16 “Emociones a mimetizar”

Alegría	Tristeza
Enfado	Miedo
Valentía	Vergüenza
Impaciencia	Sorpresa

Anexo #17 “Gonzalo y Clara”

Primera Historia breve:

Gonzalo es un niño de 9 años que tiene una hermana pequeña que se llama Clara. El otro día Gonzalo encontró a Clara en la puerta de la casa, muy triste, sus ojos estaban enrojecidos como si hubiese estado llorando. Gonzalo se acercó a ella, se sentó a su lado y pregunto:

-¿Qué te pasa Clara?

-Nada dijo Clara

Gonzalo volvió a insistir:

-Algo debe ocurrirte, Clara, porque si no te pasara algo no tendrías esa cara tan triste. Cuéntamelo Clara, cuéntame que te ocurre por favor.

Clara se echó a llorar y le dijo:

-Hoy se ha marchado mi mejor amiga y se ha ido para siempre. ¡Se ha ido con sus papás a vivir a otra comunidad que está muy lejos!

Gonzalo se quedó callado con la cara triste. Le daba pena ver así a su hermanita.

Entonces, Gonzalo la abrazo y le dijo mirándola con una sonrisa:

-Lo siento Clara. A mí también me cae muy bien tu amiga. Comprendo que a vas a echar mucho de menos, pero estoy seguro que volverás a verla algún día!

Clara sonrió y le contesto a Gonzalo:

-Gracias hermano, tú también eres un buen amigo. Y se sintió mejor. Los dos entraron juntos a la casa más animados.



Anexo# 18“Yolanda y Raúl”

Raúl y Yolanda son dos buenos amigos. Van juntos a la escuela y juegan casi todos los días. Una tarde, Yolanda fue a buscar a Raúl parecía serio, estaba sentado en el suelo sin decir nada, mirando al más allá. Yolanda se puso a saltar a su lado, jugando con las piedras que había en el suelo. Sin mirar a Raúl, siguió saltando un rato más, hasta que dijo:

-Bueno, no me parece estar aquí. Me voy. Y se marchó.

Raúl siguió sentado en el suelo, Yolanda se marchó con un nudo en la garganta.

Estaba triste por haber podido platicar con Raúl y, lo peor de todo, es que no sabía lo que le pasaba ¿Estaría enfadado con ella?, ¿Le habrá pasado algo?, pensaba Yolanda preocupada.



Anexo# 19 “Ficha de siento lo que sientes”

Ficha: Siento lo que sientes.

Escriba una historia corta en la que haya un ejemplo de buena empatía entre las y los protagonistas.

Ficha: Siento lo que sientes.

Escriba una historia corta en la que haya un ejemplo de buena empatía entre las y los protagonistas.

Anexo # 20 Hoja de trabajo “Dejar el pasado atrás”.

“Indica en la primera columna una lista de los nombres de 10 personas con las que estés más en contacto diariamente: padres/madres, novio/novia, amigos/as, profesores/as, etc. En la segunda columna, escribe 1 o 2 enunciados que expresen un resentimiento hacia tres de las personas señaladas en la columna anterior. Puedes utilizar expresiones del tipo: Estoy resentida con Carlos porque no me ha pasado los apuntes. Estoy resentida con mi amiga Lucía porque no me hace caso, etc.

La facilitadora explicará que el resentimiento supone un modo de expresar un enfado u ofensa hacia otras personas. Es importante que sepan escribir ese resentimiento sin caer en la ofensa personal o el insulto. Señalará que, tras un resentimiento, existe un deseo o requerimiento hacia la otra persona.

A continuación, en la tercera columna, tratará de escribir lo que desea realmente que hagan aquellas personas hacia las que siente un resentimiento. Tienen que procurar ser claros y precisos como por ejemplo: Estoy resentido con mi amiga Lucía, porque no me hace caso y requiero que me escuche pues he discutido con mis padres. La cuarta columna corresponde al reconocimiento. El resentimiento y el requerimiento anterior pueden resultar más significativos para la persona hacia quien los diriges si intentas ver los aspectos positivos de su actuación y apreciar las razones de su comportamiento. Así pues, podemos encontrar expresiones de reconocimiento: Reconozco que tiene mucho que estudiar y no puede atenderme como antes etc.

El ejemplo completo sería: Estoy resentido con mi amiga Lucía, porque no me hace caso y requiero que me escuche pues he discutido con mis padres, pero reconozco que tiene mucho que estudiar y no puede atenderme como antes.

A continuación en una puesta en común se pide a los participantes que lean en voz alta algunos ejemplos, comprueben su capacidad para expresar de modo claro y conciso sus sentimientos. El tutor/a plantea las siguientes preguntas: ¿Os ha gustado la actividad? ¿Habéis sido capaces de expresar realmente de forma adecuada vuestros resentimientos? ¿Os ha resultado difícil la actividad? ¿Qué dificultades habéis encontrado?

Esta actividad nos proporciona una estrategia asertiva para el control de diversas emociones tales como ira, ansiedad, celos, tristeza... al permitir manifestar y comunicar positivamente nuestros sentimientos, empatizando con los de los demás y ayudándonos a resolver conflictos de forma no violenta.

Anexo # 21 Hoja de lectura “Teoría de asertividad.”

Esta comunicación debe hacerse de forma eficaz, clara y cómoda aunque exista conflicto de intereses, tratando de defender los propios derechos y a la vez teniendo en cuenta los derechos de los demás.

La asertividad tiene una cualidad única e inconfundible: consiste en saber decir „NO“ a una petición, cualquiera que ésta sea, sin sentirse culpable.

La asertividad está muy relacionada con la autoestima. Una persona con falta de asertividad suele tener también una baja autoestima, es decir, tiene un bajo concepto de sí mismo y piensa que las necesidades y opiniones de los demás son más importantes que las propias.

A diferencia de la autoestima, que comienza a formarse desde el propio vientre materno, la asertividad no es algo con lo que se nace, es algo que se va aprendiendo poco a poco, especialmente durante la infancia, y que se pone a prueba en diferentes etapas de nuestra vida.

La autoestima también continúa fortaleciéndose o debilitándose durante la infancia, y se desarrolla positiva o negativamente en la medida en que el individuo crece y se relaciona.

La autoestima se va conformando por el condicionamiento de las opiniones de los demás y con la educación del entorno. Si una persona vive siendo criticada, aprenderá a condenarse a sí misma. Si vive siendo ridiculizada, aprenderá a ser tímida.

Si vive siendo avergonzada, aprenderá a sentirse culpable constantemente.

En cambio, si el individuo vive con aprobación, aprenderá a querer a sí mismo.

Para lograr que los jóvenes sean asertivos en su vida, primero hay que enseñarles a revisar su autoestima, ya que si no se sienten suficientemente valiosos, seguramente permitirán que se abuse de ellos.

Con este desesperado afán por ser aceptados, los jóvenes pueden caer en el error de intentar comprar afectos, o bien tratar de posicionarse como los salvadores del mundo, o ser uno de esos „mejores amigos“ que siempre hacen favores, “que pagan las cuentas”, etc.

Si ellos optan por continuar por esa espiral viciosa, les costará mucho trabajo poner límites a los demás y aprender a decir “NO”.

Una persona asertiva sabe perfectamente qué es lo que quiere y sabe qué hacer para conseguirlo.

Al carecer de asertividad, la persona deja que las cosas pasen. Se sienta a esperar. Erróneamente, asume como propios los deseos y las necesidades de los demás, y se ve forzado –para complacer a los demás- a hacer cosas que no quiere o no puede, para luego quejarse amargamente. Actúa para ganar amor a través de esa fórmula de negación de sí mismo, del auto-sacrificio inconsciente de sus propias motivaciones o de la sumisión.

Los jóvenes poco asertivos nunca violan los derechos y/o sentimientos de los demás, pero sí permiten que los suyos sean trasgredidos constantemente. Su falta de autonomía y la renuncia a sus propios juicios hacen que terminen culpándose y castigándose por no vivir satisfactoriamente.

La autoestima y la asertividad son inseparables una de la otra, están presentes en la relación diaria con la familia o con la gente que rodea al adolescente, ya sea en el trabajo o con los amigos, por lo tanto es fundamental mantenerlas en buen nivel y así mejorar la salud emocional.

No hay que olvidar que la autoestima y la asertividad son modificables, por ello es importante que los adolescentes aprendan a pedir ayuda especializada a fin de identificar sus ideas y aquellos mensajes que limitan ese equilibrio emocional tan anhelado.

Existen tres estilos básicos de conducta, que las personas ponemos en práctica según la situación y los factores individuales.

a) NO ASERTIVA

Esta conducta, pasiva e indirecta, transmite inferioridad. Ser no asertivo se traduce en permitir que los deseos, necesidades y derechos ajenos sean más importantes que los propios. La conducta no asertiva crea situaciones de ganar-perder, o sea, que una de las partes gana y la otra pierde. Quién se comporta no asertivamente pierde (o al menos se ignora) mientras permite a los demás ganar. Seguir esta conducta lleva a ser una víctima, no un ganador.

b) AGRESIVA

Esta conducta puede ser activa o pasiva. La agresión puede ser directa o indirecta, honesta o deshonesto. Generalmente comunica superioridad y falta de respeto. Al ser agresiva, una persona antepone sus propios deseos, necesidades y derechos a los de los demás.

Una persona agresiva trata de conseguir lo que quiere sin dar opción a los demás. Usualmente la conducta agresiva es incorrecta porque viola los derechos ajenos. La gente que se comporta agresivamente puede “ganar” asegurándose que los demás “pierdan” pero en el proceso invita al desquite.

c) ASERTIVA

Esta conducta es activa, directa y honesta. Comunica una impresión de respeto propio y hacia los demás. Cuando el individuo es asertivo, sus deseos, necesidades y derechos son iguales a los de los demás. Trabaja con miras a resultados de “ganar-ganar”. La persona asertiva gana influyendo, escuchando y negociando, de modo que otros elijan cooperar voluntariamente. Esta conducta lleva éxito sin desquite y alienta las relaciones abiertas y honestas

Anexo # 22 Hoja de lectura “Características de la persona asertiva.”

La comunicación asertiva es: una forma de comunicación que nos permite relacionarnos y expresarnos sin abusar de los demás. Se caracteriza por la expresión de opiniones y una actitud favorable para recibirla de otras personas. La comunicación asertiva aumenta nuestro autocontrol emocional y el sentimiento de satisfacción personal y autoestima debido a que la persona es capaz de expresar sus ideas y opiniones sin ansiedad ni culpa.

Características de la persona asertiva:

- ☞ Se comporta y comunica de forma clara, directa, con respeto y sin agresividad.
- ☞ Pone en práctica sus ideas y decisiones aunque tenga que soportar presiones.
- ☞ Da la cara y enfrenta las situaciones difíciles, es firme, no huye.
- ☞ Cuando comete errores los acepta, no se siente culpable, más bien aprende de ellos para no volver a repetirlos.
- ☞ Está abierto siempre a interactuar y tratar con personas con intereses, valores y opiniones diferentes y es capaz de llegar a consensos y acuerdos viables o posibles de realizar, sin afectar su dignidad, ni las de las demás personas.

Recomendaciones para comunicarnos asertivamente:

- ☞ Escuche atentamente
- ☞ Trate a los demás con respeto
- ☞ Sea amable y acogedor
- ☞ No hable como si fuera experto/a
- ☞ Trate a los demás de igual a igual.
- ☞ Sea honesto/a
- ☞ Sea positivo/a
- ☞ Tenga cuidado con el uso del lenguaje verbal y no verbal.

Expresiones verbales apropiadas en la comunicación asertiva:

- ☞ Hablar en primera persona:
- ☞ Pienso que ...
- ☞ Siento que...
- ☞ Quiero...
- ☞ Hagamos...
- ☞ ¿Cómo podríamos resolver esto?...
- ☞ ¿Qué te parece si?...

Atendiendo a la forma en que nos comuniquemos podemos asumir comportamientos asertivos, no asertivos o pasivos y hasta agresivos (Tomado de Manual de Relaciones Interpersonales AVODEC)

Anexo # 23 Hoja de lectura “Historia de Alexander y Pedro.”

Alexander y Pedro son hermanos, cotidianamente Alexander toma las cosas de Pedro, libros, dinero, ropa, sin pedírselos prestado, pero además los da por perdidos, Pedro por tratarse de su hermano menor no le reclama y lo deja pasar, sin embargo un día de tantos Alexander tomó un CD de música que un amigo le ha prestado a Pedro y está pidiendo lo devuelva, ante esto Pedro decide pedir a Alexander lo regrese y esto es lo que sucede:

Pedro: Alexander fíjate que en mi cuarto tenía un CD que me prestó un amigo y no lo encuentro, podrías buscarlo y devolvérmelo.

Alexander: En voz muy alta y molesto le responde Qué bicho más tonto y clavado sos, ni que fuera gran cosa ese CD, yo lo agarre, pero por ahí lo tiré, búscalo.

Pedro: Bueno lo voy a buscar y si no lo encuentro, comprare uno igual para regresarlo.

Preguntas:

1. Por la forma de comunicación que asume, ¿Cómo es el comportamiento de Pedro?
2. Por la forma de comunicación que asume ¿Cómo es el comportamiento de Alexander?
3. Si ustedes estuvieran en la posición de Pedro ¿Qué hubiesen hecho?

Anexo # 24 Hoja de lectura “Historia de Ricardo y Andrés.”

Ricardo y Andrés son dos compañeros del profesorado en matemáticas, Andrés se ha enterado por un comentario que le hizo su amigo Carlos que Ricardo dice que él consume drogas y que para comprarlas le roba dinero a su mamá. Ante esta situación, Andrés sabiendo que esto es totalmente falso, muy enojado se va a buscar a Ricardo y esto es lo que sucede:

Andrés: Se dirige a Ricardo diciendo una serie de malas palabras, gritando y haciendo gestos de buscar pelea.

Ricardo: Responde de la misma forma y ambos terminan dándose a golpes.

Preguntas:

1. Por la forma de comunicación que asume ¿Cómo es el comportamiento de Andrés?
2. Por la forma de comunicación que asume ¿Cómo es el comportamiento de Ricardo?
3. Si ustedes estuvieran en la posición de Ricardo ¿Qué hubieran hecho?

Anexo # 25 Hoja de lectura “Historia de Roxana y María.”

Roxana y María son compañeras de clases en la universidad donde ambas estudian el profesorado en matemáticas; muy frecuentemente María hace comentarios inapropiados con respecto a Roxana y en las horas de receso, con su grupo hablan mal de ella y crean chambres, cansada de esta situación Roxana acude al consejo de docentes de la carrera y esto es lo que sucede:

Roxana: María he solicitado que ambas comparezcamos ante el consejo de docentes, por que usualmente estoy recibiendo burlas y no estoy dispuesta a tolerarlos, así que quiero que me digas que pasa y que por favor hagamos algo para resolverlo.

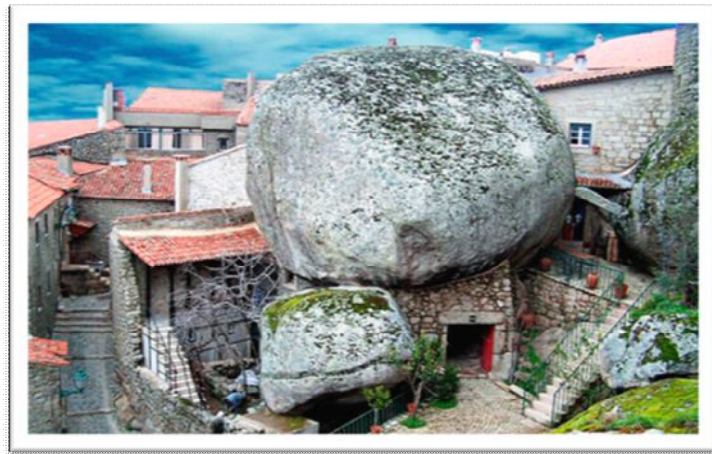
María preocupada, responde: es pura fregadera, lo que pasa es que no nos pones mucha atención.

Preguntas:

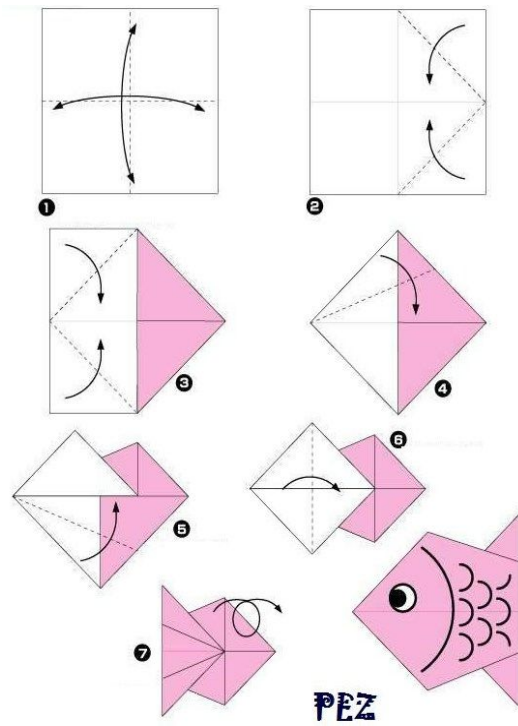
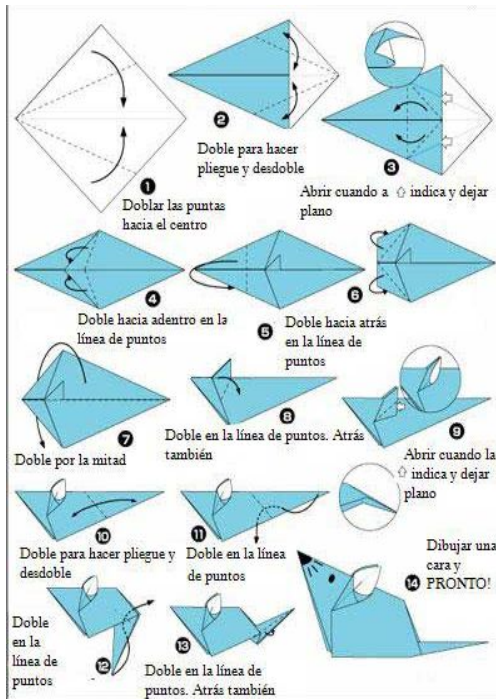
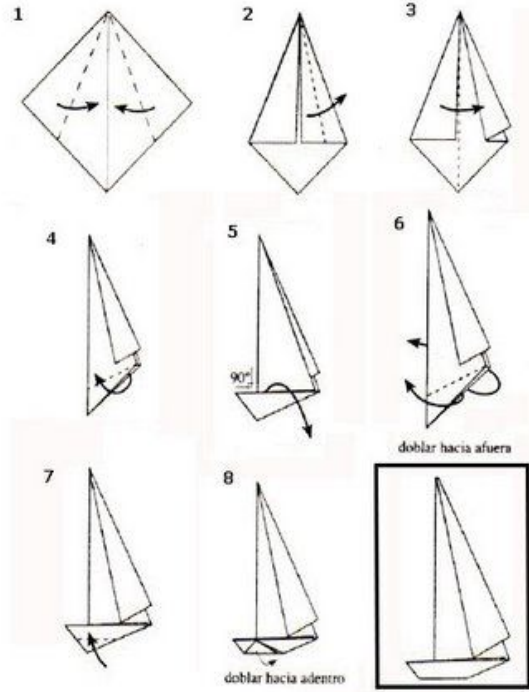
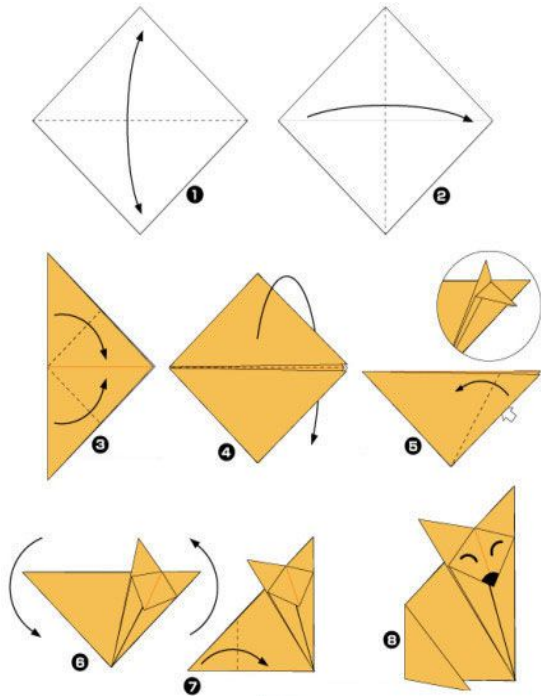
1. Por la forma de comunicación que asume ¿Cómo es el comportamiento de Roxana?
2. Por la forma de comunicación que asume ¿Cómo es el comportamiento de María?
3. Si ustedes estuvieran en la posición de Roxana ¿Qué hubiesen hecho?

Anexo # 26 Hoja de lectura “Cuento L. Tolstoy”

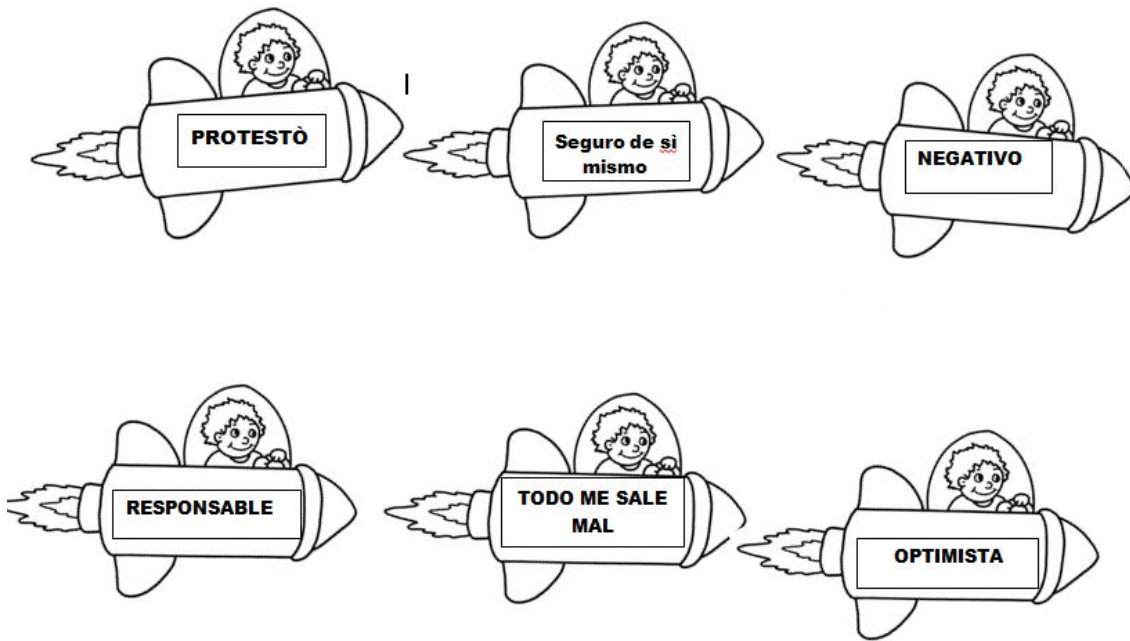
“En el centro de un bonito pueblo existía una enorme roca que nadie había sido capaz de destruir. Cierta día el alcalde decidió que ya era hora de deshacerse de la piedra. Varios ingenieros propusieron sus ideas. Alguien propuso construir un sistema especial de grúas que arrastraran la piedra, lo que costaría 50.000 euros. Otra persona propuso trocearla primero con explosiones controladas de baja potencia lo que reduciría el costo a 40.000 euros” Se les pide más ideas para evitar el problema de la roca.



Anexo # 27 Hoja de trabajo "Origamis."



Anexo #28 Hoja de recorte “Cohetes de la conducta”



Referencias Bibliográficas del Programa de Intervención:

Libros:

- ❖ ALIANZA, Internacional contra el VIH/SIDA. 100 Formas de animar grupos. Juegos para usar en talleres, reuniones y la comunidad. 1993.
- ❖ FAD, Fundación de ayuda contra la Drogadicción. PIDE, Programa Integral de Desarrollo Educativo. Madrid, España. 2009.
- ❖ Sub- secretaria de Prevención y Participación Ciudadana. Gobierno Federal de México. Taller de Resiliencia para Adolescentes. México, 2010.