

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA**

Tema de investigación:

**“MANUAL DE INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE
DESASTRE DIRIGIDO A GRUPOS DE NIÑOS/AS, ADOLESCENTES Y
ADULTOS (NUEVA ADAPTACIÓN PARA EL DEPARTAMENTO DE
PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR)”.**

PRESENTADO POR:

GONZÁLEZ PÉREZ, MERCEDES DE LOS ANGELES (carnet # GP05027)

REYES ELIAS, ANA MARCELA (carnet # RE98003)

REYES ELIAS, EDWIN MAURICIO (carnet # RE04001)

DOCENTE DIRECTOR:

LIC. BARTOLO ATILIO CASTELLANOS

COORDINADOR GENERAL DEL PROCESO DE GRADO:

Máster MAURICIO EVARISTO MORALES

Coordinador adjunto de los procesos de grado:

Máster Carlos armando Zelaya España

Ciudad Universitaria, Agosto de 2010

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

AUTORIDADES CENTRALES



RECTOR

MSC. RUFINO ANTONIO QUEZADA SANCHEZ

VICE-RECTOR ACADÉMICO

MASTER MIGUEL ÁNGEL PÉREZ RAMOS

VICE-RECTOR ADMINISTRATIVO

MÁSTER OSCAR NOÉ NAVARRETE

SECRETARÍA GENERAL

LIC. DOUGLAS VLADIMIR ALFARO CHÁVEZ



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE
CIENCIAS Y HUMANIDADES



DECANO

LIC. JOSÉ RAYMUNDO CALDERÓN MORÁN

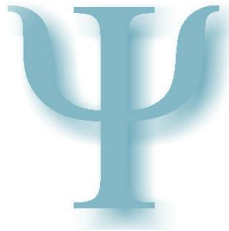
VICE-DECANO

DR. CARLOS ROBERTO PAZ MANZANO

SECRETARIO

MAESTRO JULIO CESAR GRANDE RIVERA

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
AUTORIDADES DEL DEPARTAMENTO
DE PSICOLOGIA



JEFE DEL DEPARTAMENTO Y DOCENTE DIRECTOR
MÁSTER BENJAMIN MORENO LANDAVERDE

COORDINADOR GENERAL DEL PROCESO DE GRADO
Máster MAURICIO EVARISTO MORALES

Coordinador adjunto de los procesos de grado
Máster Carlos armando Zelaya España

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES

A Dios por brindarme la vida, la salud y el tiempo para poder desarrollar esta investigación.

A mis padres que me brindaron el apoyo moral, económico y educativo para poder salir adelante en la carrera, así como el ejemplo de ser una persona luchadora y con una profesión.

A mi grupo de tesis ya que sin ellas este proyecto no hubiera podido desarrollarse de forma satisfactoria, profesional y científica, brindando cada una de ellas sus aportes y esfuerzo tanto económicos como de tiempo. A sus familias las cuales las apoyaron para poder realizar este triunfo obtenido.

Al docente asesor Lic. Bartolo Atilio Castellanos por habernos dirigido de forma profesional y sin ataduras ni condiciones subjetivas brindándonos la asesoría pertinente y dándonos el espacio para poder movernos con libertad dentro de la investigación.

Al docente director del proceso Máster Evaristo Morales ya que nos introdujo en este camino de investigación y la misma vez dio por concluido de manera satisfactoria nuestra investigación deseando éxitos en nuestro futuro personal y laboral.

A todos/as los docentes y estudiantes del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador que participaron en nuestra investigación aportando su experiencia e información así como su tiempo a la hora de solicitarlo. También agradezco a todos/as los/las profesionales de otras instituciones que participaron en la investigación por brindarnos su tiempo, conocimiento y experiencias ya que con esto nuestro proyecto se enriqueció.

Finalmente agradezco a mi mismo por dar mi mayor esfuerzo, tiempo y todos los aportes que uno a uno fueron formando este proyecto que me llenó de conocimiento.

Edwin Mauricio Reyes Elías

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES:

En primer lugar gracias a Dios por haberme permitido llegar hasta el final de mi carrera.

En segundo lugar a mi hijo Christopher Alexander que fue el motor para impulsarme a que siguiera estudiando, incluyo también a mis padres, mi hermano y a Mercedes González porque son personas que me han acompañado y aconsejado siempre.

En tercer lugar a todos mis familiares y amigos que han estado conmigo en las buenas y las malas, impulsándome a seguir adelante, en especial agradezco a un amigo que aunque estuvo poco tiempo conmigo nunca me dejó sola.

Les agradezco también a mis compañeros de trabajo que me han ayudado mucho en mi vida laboral y de estudiante.

Gracias a todos ellos llego hasta el final de mi carrera ya que pusieron su granito de arena para que continuara cuando quería parar. Todo esto me ayudó para servirle a todo al que necesite de mi ayuda haciéndolo con el mayor de los gustos sin esperar nada a cambio.

Ana Marcela Reyes Elías

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES:

A **Jehová Dios y a su hijo Jesucristo** por guiar a cada instante mi vida y darme todas las bendiciones que ahora tengo, porque en todo momento me bendicen y nunca han dejado que caiga ante las batallas que me pone la vida.

A mi madre **María del Carmen Pérez Gálvez** por ser el apoyo incondicional a lo largo de mi carrera, por tenerme paciencia y ser comprensiva conmigo, por cuidarme y estar en los momentos en que la necesito. También a mi hermana **Karla Ivette González Pérez** por ayudarme en muchos momentos y a mi sobrina **Melissa Tatiana Claros González** por darme muchos momentos de alegría.

A mi novio, amigo y compañero **Edwin Mauricio Reyes Elías** por ser la persona que me llena y me da las energías de salir adelante, por su amor, paciencia, comprensión, enseñanza y apoyo en todo momento, por ser la única persona que sabe quién soy y por estar conmigo cuando lo necesito.

A mis suegros **Ana Miriam Elías Aparicio y Mario Antonio Reyes** por todo el apoyo que me dieron durante todo el proceso de grado y mucho antes también, por su comprensión y por la amabilidad de recibirme en su casa y tratarme como a una hija más.

A mi cuñada, amiga y compañera **Ana Marcela Reyes Elías** quien fue un gran apoyo para llevar a cabo el proceso de grado, fue una excelente compañera haciendo que termináramos el proceso de manera excelente.

Al **Lic. Bartolo Atilio Castellanos**, docente director del proceso de grado por su amabilidad, flexibilidad, apoyo y paciencia durante todo el proceso.

A mis amigos **Nancy Esmeralda Medina, Miguel Arturo Osorio y Miguel Ángel García** por todo el apoyo que dieron al grupo de investigación y su compañía durante el proceso de grado.

A los docentes del Departamento de Psicología que participaron en la investigación, a profesionales de Cruz Roja de El Salvador, Dirección General de Protección Civil, Asociación De Capacitación e Investigación para la Salud Mental y a las psicólogas que participaron en la validación del Manual de Intervención en Crisis presentado en esta investigación.

Mercedes de los Angeles González Pérez

INDICE

Contenido	Página
INTRODUCCIÓN	ix
JUSTIFICACIÓN	xii
OBJETIVOS	xvi
CAPÍTULO 1. MARCO TEÓRICO	15
1.1. ANTECEDENTES DE LOS DESASTRES EN EL SALVADOR	15
1.2. LOS DESASTRES	16
1.3. ¿QUÉ ES UNA CRISIS?	24
1.4. INTERVENCIÓN EN CRISIS	28
CAPÍTULO 2. METODOLOGÍA	38
2.1 POBLACIÓN	38
2.2 MUESTRA	38
2.3 SUJETOS	39
2.4 INSTRUMENTOS	40
2.5 PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	41
2.6 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	44
CAPÍTULO 3. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS	45
3.1 PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	45
3.2 ANÁLISIS DE RESULTADOS DE ENTREVISTAS	67
CAPÍTULO 4. DIAGNÓSTICO DE LA INVESTIGACIÓN	80
CAPÍTULO 5. VALIDEZ DE PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	89
CAPÍTULO 6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	90
5.1 CONCLUSIONES	90
5.2 RECOMENDACIONES	92
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS Y ELECTRÓNICAS	94
ANEXOS	

INTRODUCCIÓN

El presente estudio parte de la importancia de la intervención en crisis en situaciones de desastre en el país, puesto que muchas personas se encuentran en situación de vulnerabilidad sobre todo cuando empieza la época de invierno o cuando ocurre un terremoto, estos fenómenos destruyen en alguna medida las pertenencias de las personas afectadas y en ocasiones la vida de sus seres queridos, familiares o miembros de la comunidad. Esta es una de las razones por las que se retomó la idea de elaborar un “Manual de intervención en crisis en situaciones de desastres para niños/as, adolescentes y adultos (nueva adaptación para el Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador)”, puesto que El Departamento de Psicología no cuenta con uno hasta la fecha.

La investigación se enfocó en indagar acerca de elementos generales y específicos sobre la intervención en crisis. En el primer capítulo “Marco Teórico” se muestran los antecedentes de los desastres en El Salvador; elementos acerca de los desastres, como su concepto, sus tipos, sus fases, las reacciones que tienen las personas ante éstos y los efectos que producen (a nivel físico corporal, económico, psicológico y social); además se presentan algunos conceptos de crisis seleccionados de diversos textos, este apartado contiene las teorías de las crisis, los tipos de crisis, elementos importantes de las crisis, el proceso del estado de crisis y las reacciones comunes ante las crisis; se explica también lo más esencial sobre la intervención en crisis, como los tipos de intervención en crisis, su origen, se incluyen en este apartado lo que son los primeros auxilios psicológicos y la terapia de crisis (este último es el menos conocido ya que implica mayor tiempo y recursos), se explican también como se lleva a cabo la intervención en crisis con personas especiales (niños, ancianos, ciegos, etc.) y las reglas acerca de lo que se puede y no puede hacer en la intervención en crisis. En síntesis, en este capítulo se pueden encontrar generalidades y particularidades teóricas de los elementos relacionados al tema de investigación.

En el segundo capítulo “Metodología” se incluyen datos sobre la población, la muestra y los sujetos que participaron en la investigación (profesionales pertenecientes de Cruz Roja de El Salvador, Asociación de Capacitación e Investigación para la Salud Mental (ACISAM), Dirección General de Protección Civil, Docentes del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador y estudiantes del Psicología de la misma institución que participaron en Intervención en Crisis en Situaciones de Desastres). Además, se pueden encontrar en este capítulo los nombres y descripción de los instrumentos utilizados en este estudio, el procedimiento empleado en toda la investigación y un cronograma de actividades, para mejor comprensión del proceso.

En el tercer capítulo “Análisis e interpretación de los resultados” se puede encontrar la presentación de los resultados, la cual incluye tablas y gráficas en las que se comparan los resultados más importantes de las entrevistas de los diferentes grupos de sujetos participantes. Además, contiene los análisis de las entrevistas realizadas a los sujetos participantes, un análisis por cada grupo de sujetos.

En el siguiente capítulo, el cuarto, llamado “Diagnóstico de la investigación” se presenta el resultado global de toda la información recopilada, esto es un análisis de los datos de cada grupo de sujetos en el cual se establecen analogías que permiten verificar y confirmar la necesidad del Departamento de Psicología de poseer un Manual de intervención en crisis en situaciones de desastre.

En el quinto capítulo, “Validez de Propuesta de Intervención” se colocan los resultados de la validación del plan de intervención en crisis, el cual fue revisado por docentes del Departamento de Psicología y profesionales en Psicología externos al Departamento.

Posteriormente, en el sexto capítulo “Conclusiones y Recomendaciones” se presentan las conclusiones y recomendaciones respectivas a la investigación, seguidamente las referencias bibliográficas y los anexos.

Como parte del apartado de anexos se presenta la propuesta de intervención que es un “Manual de intervención en crisis en situaciones de desastre dirigido a grupos de niños/as, adolescentes y adultos”, el cual contiene 20 sesiones, 7 sesiones para los grupos de adolescentes y adultos, y 6 para grupos de niños/as. Tales sesiones se dividen en primeros auxilios psicológicos y terapia de crisis, para cada grupo.

JUSTIFICACIÓN

El Salvador es considerado un país vulnerable a los desastres, debido a que se encuentra sobre un sistema de placas tectónicas que generan enjambres sísmicos y también por las precipitaciones lluviosas que poco a poco han ido dejando más y más víctimas; sumado a estos fenómenos se encuentra el deterioro de la infraestructura de muchos de los edificios, la pobreza de muchas personas que los obliga a edificar su vivienda en zonas de alto riesgo, como laderas de ríos, y también por la irresponsabilidad de constructoras de crear colonias de viviendas en las faldas de montañas o en zonas con relleno mal forjado, lo cual permite el derrumbe o hundimiento con la influencia de los fenómenos naturales que en uno u otro momento azotan al país.

Esta situación genera que las familias salvadoreñas se encuentren en vulnerabilidad física, económica y psicológica, sin embargo muchas entidades tratan de cubrir las necesidades más básicas que son las materiales, de alimento y de poseer un lugar donde descansar o socorrerse, pero es importante también tomar en cuenta el área psicológica puesto que las personas después de este tipo de situaciones quedan vulnerables de enfrentarse a una crisis y por ende necesitan ayuda psicológica.

No obstante aunque muchas entidades están preparadas para dar intervención psicológica ante este tipo de circunstancias, otras no se encuentran en la misma situación, como es el caso del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador, el cual en varias ocasiones ha dado una respuesta favorable al pueblo salvadoreño ante una situación de desastre con la intervención psicológica de algunos de los docentes y estudiantes pero no poseen una guía directa o formal acerca de lo que se debe hacer al tener contacto con las personas, sino que se utilizan las herramientas que se encuentren al alcance en el momento y no se prepara oportunamente a los jóvenes estudiantes para la intervención, teniendo resultados poco favorables y creando desmotivación en el estudiantado. Además de que existen otros factores que impiden que se lleve una atención adecuada a las poblaciones afectadas, por lo que queda mucho camino que recorrer para proporcionar una mejor atención de intervención en crisis en situaciones de desastre.

Es por tales razones que se pretende la elaboración del presente proyecto, ya que con este se intentará beneficiar de alguna manera al Departamento de Psicología, el cual no posee un Manual de Intervención en crisis en situaciones de desastre y de esta manera contribuir al desarrollo de una mejor intervención en

crisis, puesto que como ya se planteó, es necesario que esta instancia posea un documento de este tipo ya que además es una instancia pública que debe prestar un servicio social a la comunidad salvadoreña.

Por lo tanto los beneficios que traerá este Manual de Intervención en crisis en situaciones de desastre son, que los docentes y estudiantes del Departamento de Psicología podrán tener mayor organización y preparación para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre, ya que en algún momento las autoridades del Departamento también podrán organizar capacitaciones para estudiantes de Psicología con el objeto de que conozcan el documento y estén mejor preparados, dicha capacitación para tener un efecto de prevención deberá ser constante; por otro lado, la población salvadoreña podrá obtener una atención de mayor calidad y más organizada, lo cual permitirá tener mejores resultados y el Departamento tendrá una imagen de mayor organización y participación en las situaciones de desastre.

OBJETIVOS

GENERAL:

- ☞ Formular un Manual de intervención en crisis en situaciones de desastres, dirigido a grupos de niños/as, adolescentes y adultos (nueva adaptación para el Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador).

ESPECIFICOS:

- ☞ Reconocer antecedentes de los desastres que han generado crisis en el país y cómo han afectado a la sociedad salvadoreña.
- ☞ Indagar sobre los diferentes componentes de las crisis en situaciones de desastre y conocer la forma en que afecta tanto a niños/as, adolescentes y adultos.
- ☞ Conocer los elementos más importantes que componen la intervención en crisis en situaciones de desastre para tener una mejor perspectiva de lo que implica este tipo de intervención psicológica.
- ☞ Elaborar un diagnóstico acerca de la necesidad del Departamento de Psicología de poseer un Manual de Intervención en crisis en situaciones de desastre, partiendo de las opiniones de docentes y estudiantes del Departamento de Psicología y profesionales de otras instituciones que trabajen con este fenómeno.
- ☞ Crear y entregar un Manual de intervención en crisis en situaciones de desastre para grupos de niños/as, adolescentes y adultos al Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador.

CAPÍTULO 1. MARCO TEÓRICO

1.1. ANTECEDENTES DE LOS DESASTRES EN EL SALVADOR

El Salvador durante muchos años ha sido dañado por diversos fenómenos que generan desastres, en ocasiones estos son ocasionados o reforzados por el mismo ser humano mientras otros son ocasionados por fenómenos naturales. Desde terremotos, huracanes, tormentas tropicales hasta inundaciones, han marcado la historia del país, volviéndose así muy vulnerable a los desastres.

Algunos de los terremotos más recientes y graves ocurrieron en los años 1986 y 2001, en este último año se registraron dos terremotos, el primero el 13 de enero y el siguiente el 13 de febrero, los tres terremotos causaron más de 2,000 personas fallecidas y muchas pérdidas materiales.

Dentro de algunos de los hechos más recientes y lamentables, en cuanto a situaciones de huracanes, se puede mencionar el golpe que dio al país el Huracán Mitch el cual tuvo una duración del 22 de octubre de 1998 hasta el 5 de noviembre del mismo año, días en los cuales generó millones de dólares en daños y provocó el fallecimiento directo de miles de personas en la región de Centro América, parte de México y Estados Unidos. En El Salvador este huracán ocasionó inundaciones repentinas y deslizamientos de tierra en todo el país, el río Lempa y el río Grande de San Miguel se desbordaron, con todo esto dentro del país se dañaron más de 10,000 casas, dejando alrededor de 59,000 personas sin vivienda y forzando a 500,000 a evacuar. Además generó grave daño en los cultivos, en la ganadería, en la infraestructura de las carreteras y lo más lamentable es que causó aproximadamente 240 muertes de personas.

Del 1 al 5 de octubre de 2005 azotó nuevamente al país una tormenta tropical muy desastrosa, llamada Tormenta Stan, por el cual se declaró estado de emergencia nacional en ese periodo, 300 comunidades fueron afectadas por los desbordamientos de ríos, más de 50,000 personas tuvieron que abandonar sus hogares, y aproximadamente 72 personas fallecieron por dicho huracán. Una vez más el país y el resto de la región centroamericana fue impactado duramente.

El acontecimiento más reciente ocurrió entre el 7 y 8 de noviembre de 2009 periodo en que, a causa de un frente de tormentas provenientes del océano Pacífico, se generaron diversas inundaciones en el país, éstas causaron alrededor de 199 personas fallecidas y 77 desaparecidas. Un área especialmente afectada fue el Municipio de Verapaz, que fue soterrado por una avalancha proveniente del volcán de San Vicente. Se

estima que este acontecimiento causó cerca de 15 mil damnificados, entre agricultores y muchas personas de escasos recursos, de la zona rural y urbana.

Todos estos desastres generan, además de las pérdidas materiales y económicas, otro tipo de daño que generalmente no se toma en cuenta, esto es el *daño psicológico* dentro del cual las personas tras la pérdida de bienes materiales y humanos suelen presentar desde tristeza y llanto hasta depresión profunda y lo que se suele llamar estrés post trauma, lo cual debe ser tratado por personal de salud mental, el cual en muchas ocasiones no está al alcance de personas de escasos recursos ya sea por falta de conocimiento sobre importancia de la salud mental o por desconocimiento en si de lo que es la salud mental. Por lo cual, incluso las autoridades encargadas de reconstruir o ayudar a reconstruir la situación del país no establecen los mecanismos necesarios para que se les brinde atención psicológica gratuita a las personas más afectadas por las diversas catástrofes.

Por ende, una de las razones más grandes para hacer un *manual de intervención en crisis en situaciones de desastre* es colaborar con la situación de vulnerabilidad del país hacia los desastres naturales, de tal manera que en el momento que ocurra un hecho, como los ya mencionados, los profesionales de la salud mental tengan a su disposición un programa a llevar a cabo, de fácil aplicación y fácil entendimiento, lo cual beneficiará a muchas personas afectadas.

1.2. LOS DESASTRES

Un **desastre** es *“cualquier hecho o fenómeno que desemboca en la alteración de la integridad de los humanos, su sociedad, sus bienes y/o los factores naturales en una comunidad y en una localidad determinada, dando un rendimiento de pérdidas, alterando el desarrollo normal de las actividades actuales y futuras de humanos, sus formas de organización o de el ambiente”*¹.

En otras palabras un desastre es cuando un fenómeno impacta una población arrojando como consecuencias pérdidas de objetos materiales y vidas humanas y animales. Se trata de un hecho generado naturalmente o derivado de las actividades del hombre (de la sociedad).

Los desastres son generados por sucesos como los terremotos, inundaciones, deslizamientos de tierra, deforestación, contaminación ambiental y otros.

¹www.monografias.com

Los desastres no son naturales, sino los fenómenos que los producen. Esta idea implica diferenciar entre "fenómenos naturales" y "desastre natural", dado que la naturaleza se encuentra en constante transformación, que se presenta de muchas formas, por medio de eventos regulares como la lluvia en ciertas épocas del año, y de aparición extraordinaria, como los temblores de la tierra, las erupciones volcánicas o el desgaste natural del suelo lo cual produce la erosión. Estos son fenómenos originados por la naturaleza que generan desastres naturales, debido a que han superado el límite de normalidad según parámetros como Escala Richter (para movimientos sísmicos) o Escala Saphir- Simpson (para huracanes).

Diferentes son aquellos desastres que son causados por ciertas actividades humanas, que alteran la evolución normal del medio ambiente. Ejemplo de estos son: *la contaminación del medio ambiente, la explotación errónea e irracional de los recursos naturales renovables como los bosques y el suelo y no renovables como los minerales, la construcción de viviendas y edificaciones en zonas de alto riesgo*². Muchos de estos al combinarse con un fenómeno de la naturaleza generan un desastre, que causa mucho más daño que un fenómeno por sí solo, es decir que los efectos se amplifican muchas veces por *“una mala planificación de los asentamientos humanos, falta de medidas de seguridad, planes de emergencia y sistemas de alerta provocados por el hombre”*³, por lo tanto son situaciones que se podrían evitar al tener un mejor control de estos elementos.

1.2.1 TIPOS DE FENÓMENOS NATURALES QUE GENERAN DESASTRES

A continuación se describen algunos de los desastres naturales que se producen a nivel mundial, para tener un mejor panorama de lo que implica un desastre:

🌀 **Avalancha**

Una avalancha es un *“deslizamiento brusco de material, mezcla de hielo, roca, suelo y vegetación ladera abajo; pueden ser de piedras o de polvo. Estas son el mayor peligro durante el invierno en las montañas y pueden recorrer kilómetros, y provocar la destrucción total de la ladera y todo lo que encuentre a su paso”*.



🌀 **Corrimiento de tierra**



Un corrimiento de tierra es *“un desastre estrechamente relacionado con las avalanchas, pero en vez de arrastrar nieve, llevan tierra, rocas, árboles, fragmentos de casas, etc.*

²www.monografias.com

³www.monografias.com

Los corrimientos de tierra pueden ser provocados por terremotos, erupciones volcánicas o inestabilidad en la zona circundante". Pueden haber corrimientos de barro o lodo los cuales son un "tipo especial de corrimientos cuyo causante es el agua que penetra en el terreno por lluvias fuertes, modificando el terreno y provocando el deslizamiento". Tal como el que afectó al país en la ciudad de Verapaz en el año 2009.

☞ Enfermedad

La enfermedad se vuelve un desastre cuando "el agente infeccioso adquiere una difusión a nivel de epidemia o pandemia; es el más peligroso de todos los desastres naturales". Entre las diferentes epidemias que ha sufrido la humanidad están la peste negra, la viruela y el SIDA. Se considera que la vida vegetal y animal también puede ser afectada por las epidemias y pandemias.

☞ Erupción volcánica

Los volcanes "son aberturas o grietas en la corteza terrestre a través de la cual se puede producir la salida de lava, gases, o pueden explotar arrojando al aire grandes bloques de tierra y rocas". La erupción volcánica puede darse se diferentes formas, desde pequeñas erupciones diarias hasta erupciones sorprendidas e inmensas que pueden llegar a generar muchas pérdidas humanas.

☞ Frío.

Los frentes fríos "Son fuertes y pueden causar perturbaciones atmosféricas tales como tormentas de truenos, chubascos, tornados, vientos fuertes y cortas tempestades de nieve antes del paso del frente frío, acompañadas de condiciones secas a medida de que el frente avanza". Se mueven rápidamente y pueden presentarse en un curso de 5 a 7 días, según la época del año y su localización geográfica.

☞ Huracán.

Un huracán es "un sistema tormentoso ciclónico a baja presión que se forma sobre los océanos. Es causado por la evaporación del agua que asciende del mar convirtiéndose en tormenta". El efecto Coriolis permite que la tormenta gire, volviéndose un huracán si supera los 110 km/h.



☞ Inundación.

Una inundación es causada por la "acumulación de lluvias y agua en un lugar concreto. Puede producirse por lluvia continua, una fundición rápida de grandes cantidades de hielo, o ríos que reciben un exceso de precipitación y se desbordan, y en menos ocasiones por la destrucción de una presa".

☞ **Terremoto.**

Los terremotos se presentan en las placas tectónicas de la corteza terrestre. *“En la superficie, se manifiesta por un movimiento o sacudida del suelo, y puede dañar enormemente a estructuras mal construidas”*. Los terremotos además, pueden provocar desastres secundarios como erupciones volcánicas o tsunamis. Son impredecibles y por su destrucción de mucha infraestructura pueden matar a cientos de miles de personas.



☞ **Tormenta.**

Una tormenta está caracterizado por la *“presencia de rayos, abundante lluvia, fuertes vientos, granizo y en ocasiones nieve y tornados”*. Se considera un desastre natural porque puede generar muchas destrucción, incluso generar la muerte de muchas personas.

☞ **Tormenta eléctrica.**

Una tormenta eléctrica produce una poderosa descarga electrostática natural, llamada rayo, el cual es acompañado por la emisión de luz (el relámpago), causada por el paso de corriente eléctrica que ioniza las moléculas de aire. *“La electricidad (corriente eléctrica) que pasa a través de la atmósfera caliente y expande rápidamente al aire, produciendo el ruido característico del trueno del relámpago”*.

Estas tormentas *“son causantes de tornados, granizadas fatales y rayos muy potentes”*, los cuales al contacto con objetos o personas pueden generar graves desastres.

☞ **Tsunami.**

Un tsunami o Maremoto es *“una ola gigante de agua que alcanza la orilla con una altura superior a 15 metros. Proviene de las palabras japonesas puerto y ola. Pueden ser causados por terremotos submarinos o por derrumbamientos. El tsunami producido por el terremoto del Océano Índico en el año 2004 batió todos los récords, siendo el más mortífero de la historia”*.

1.2.2 FASES DE UN DESASTRE

Los desastres al estudiarlos se pueden apreciar que tienen *tres fases*⁴ bien definidas:

a. La etapa prepatente o de pre impacto: es antes de empezar o manifestarse el fenómeno. Los desastres

⁴ Manual de intervención en crisis en situaciones de desastre, Asociación de Capacitación e Investigación para la Salud Mental (ACISAM), El Salvador, 2001.

en su fase prepatente aún no se han desarrollado como tal, es la fase cuando una comunidad cuenta con los factores de riesgos para desencadenar el desastre. Los factores de riesgo están interactuando entre sí en diferentes grados de intensidad, estos factores en muchos casos pueden ser predecibles y hasta controlables. En esta fase se incluyen las etapas de amenaza y advertencia, y se enfrenta o atiende con la Previsión (incluye el análisis situacional), Prevención (a nivel internacional se le llama mitigación) y Preparación (esta incluye la adquisición y preparación de logística).

b. La etapa patente o de impacto: es cuando se propicia la situación de impacto con causalidad de los factores de riesgo y se desarrolla el fenómeno, impactando a la comunidad. Esta fase se enfrenta con la atención del fenómeno y su impacto. Surgen conductas altruistas de personas que tratan de salvarse a sí mismos y a otros, y se organizan actividades de ayuda para las personas afectadas.

c. La etapa consecencial o de postimpacto: comienza varias semanas después de ocurrido el desastre, en esta etapa culmina o cede el fenómeno y se pueden apreciar con certeza las consecuencias del impacto. Cesa el efecto y queda el estigma del impacto o las pérdidas, incluye actividades continuadas de ayuda, así como la evaluación de los tipos de problemas que presentan las personas. Esta fase se enfrenta con la Recuperación o Rehabilitación y se comienza nuevamente en la fase Prepatente. Pero muchas personas pasan en esta etapa un largo tiempo, ya que surgen problemas personales a largo plazo, a veces con depresión, ansiedad crónica, etc.

1.2.3 REACCIONES FRENTE AL DESASTRE⁵

Se pueden identificar 4 tipos de reacciones frente a los desastres:

☞ Reacciones de Adaptación

La mayoría de las personas ante un desastre, comienza a sentir los efectos del Síndrome General de Adaptación (sudoración profusa, temblores, debilidad, estados nauseosos). Esto puede tener duración variable y la claridad del pensamiento puede ser difícil.

☞ Reacciones Paralizantes

Se puede esperar también encontrar personas que por un tiempo se queden paralizadas, pueden quedarse paradas o sentadas en medio del caos, como si estuvieran solas en el mundo, su mirada estará perdida,

⁵Asociación de Psiquiatría Americana, Dr. Baltasar Caravedo, 1972. Citado por "Salud Mental y Desastres, Intervención en Crisis" Organización Panamericana de la Salud, Bolivia 2007.

cuando se les habla no podrán responder a todo, o simplemente se encogerán de hombros o pronunciarán una o dos palabras, parecen libres de reacción emocional, son incapaces de ayudarse.

☞ **Reacciones Hiperactivas**

Estas personas pueden estallar en ráfagas de actividad, sin un propósito definido, hablarán rápidamente, bromearán en forma inadecuada y harán sugerencias y demandas inaceptables, pero de poco valor real, pasarán de un trabajo a otro y parecerán incapaces de resistir la más mínima distracción, se muestran intolerables a cualquier idea que no sea la suya.

☞ **Reacciones Corporales**

Algunas reacciones corporales son normales ante la situación de desastre, aunque son algo molestos mientras dura, generalmente no interfieren seriamente con la habilidad de la persona para llevar adelante una actividad constructiva en una situación difícil, algunas de estas reacciones, especialmente la debilidad, el temblor, el llanto, pueden no aparecer hasta después de que una persona ha enfrentado y superado efectivamente el peligro inmediato.

1.2.4 EFECTOS DE LOS DESASTRES

A nivel físico corporal

- ☞ Golpes en diversas áreas del cuerpo
- ☞ Fracturas
- ☞ Muertes
- ☞ Malestar físico
- ☞ Cansancio
- ☞ Pueden agravarse enfermedades existentes

A nivel económico

- ☞ Pérdida de bienes materiales (casa, pertenencias, alimentos, etc.)
- ☞ Pérdida de empleo
- ☞ Pérdida de negocio
- ☞ Pérdida de materiales para sembrar y de animales

A nivel psicológico

Efectos psicológicos en adultos

Emocionales

A nivel emocional las personas generalmente presentan los siguientes síntomas: tristeza, tensión, miedo, baja autoestima, desmotivación, ira o enojo, ansiedad, duelo, cambios en el estado de ánimo, angustia, bajo control de impulsos, inseguridad, culpabilidad, aturdimiento, irritabilidad, resentimiento, etc. Cada persona es capaz de manifestar su crisis de diversa manera, por lo cual estos síntomas pueden variar en cantidad y grado en que se presenten.

Cognitivos

A nivel cognitivo se pueden presentar: Ideas irracionales (pensamiento magnificador, la inferencia arbitraria, abstracción selectiva, catastrofismo, visión de túnel), ideas paranoides, dificultad para tomar decisiones, pensamientos suicidas, alucinaciones, desconcentración, pérdida de la memoria, confundir asuntos triviales con asuntos importantes, rumores, preocupación con los desastres, cuestionamientos espirituales, pesadillas recurrentes, preocupación por su futuro y el de su familia, entre otros.

Todas estas distorsiones cognitivas hacen que de una u otra manera la realidad de la persona que las presenta se vuelva amenazante y distorsionada, y no permite muchas veces encontrar una posible salida a la crisis.

Conductuales

A nivel conductual, se presentan características más evidentes en la persona, éstas pueden ser: el funcionamiento errático, comportamientos desadaptativos y disfuncionales tanto en su relación con el medio, como consigo mismo parece ser una constante. Además puede presentar llanto, tics, temblor en las manos, dificultades a nivel del sueño, dificultades a nivel de la alimentación, consumo de drogas y/o alcohol, dificultades en el área sexual, conducta ritualística, vigilancia extrema, no querer apartarse de la escena o no querer recordarla, inquietud, hiperactividad, entre otros.

Efectos psicológicos en niños⁶

☞ Menores de 6 años

- ✓ Miedo
- ✓ Pesadillas
- ✓ Volver hacer cosas que había dejado de hacer como: Orinarse en la cama, Hacerse pupú en la ropa, Chuparse el dedo, Pedir pacha.
- ✓ Querer pasar mucho tiempo cerca de la figura materna.
- ✓ Inquietud y molestar más.
- ✓ Fantasías y juegos repetitivos sobre amenazas y desastre
- ✓ Enojo y agresividad

☞ Mayores de 6 años

- ✓ Mayor desinterés por actividades habituales
- ✓ Tristeza
- ✓ Miedo
- ✓ Volverse desconfiados
- ✓ Sentimientos de vulnerabilidad y desvalidos
- ✓ Pensamientos sobre calamidades que vienen
- ✓ Fantasías y juegos repetitivos sobre amenazas y desastre
- ✓ Compartir menos o dejar ver menos sus sentimientos
- ✓ Volverse agresivos
- ✓ Ser más irritables que de costumbre

Efectos psicológicos en adolescentes

- ✓ Sentimientos de vulnerabilidad
- ✓ Confusión
- ✓ Sentirse afligidos o ansiosos
- ✓ Desinterés por la vida
- ✓ Mostrar apatía
- ✓ Desgano
- ✓ Usar drogas y alcohol

⁶ Modelo de intervención en crisis para niños y niñas en situación de desastres, UNICEF El Salvador, 3ª Edición, El Salvador 2001.

- ✓ Ver su futuro incierto
- ✓ Pasar más tiempo con amigos o aislarse
- ✓ Peleas con padre y madre
- ✓ Conversar repetitivamente sobre el evento que ocasionó la crisis

A nivel social (familiar y comunitario)⁷

- ☞ Debido a las características del desastre puede afectarse la cohesión familiar o social, lo cual dificulta la superación del trauma, sobre todo si la amenaza de la situación que genera el desastre persiste o si es necesario desplazarse a un albergue u otro sitio, ya sea por precaución o por la pérdida de la vivienda. Con todo esto es posible que se posterguen los procesos de readaptación y que las manifestaciones psíquicas se agraven y se vuelvan secuelas permanentes.
- ☞ Desintegración en las familias y la comunidad.
- ☞ Frecuentemente se establecen círculos viciosos de relaciones conflictivas y de violencia.
- ☞ Incremento del consumo de alcohol.
- ☞ Empeoramiento de las condiciones de vida

1.3 ¿QUÉ ES UNA CRISIS?

Los seres humanos en un momento de la vida se enfrentan a acontecimientos que les generan un estado de crisis emocional, la cual puede ser afrontada correctamente o por lo contrario puede volverse un problema serio para cuya solución se deba necesitar ayuda profesional, con el fin de que la crisis no se vaya convirtiendo en un problema cada vez más difícil.

Las definiciones de CRISIS son muy variadas, a continuación se presentan algunas de ellas:

“Una crisis es un estado temporal de trastorno y desorganización, caracterizado principalmente por una incapacidad del sujeto para manejar (emocional y cognitivamente) situaciones particulares, utilizando métodos acostumbrados para la solución de problemas, y obtener un resultado radicalmente positivo o negativo”⁸.

“Todos los seres humanos pueden estar expuestos en ciertas ocasiones de sus vidas a experimentar crisis caracterizadas por una gran desorganización emocional, perturbación y un colapso en las estrategias

⁷ “Salud Mental y Desastres, Intervención en Crisis” Organización Panamericana de la Salud, Bolivia 2007.

⁸ “Primeros Auxilios Psicológicos”, Modelo para Intervenir en Crisis, Enfoque Terapéutico de Urgencia y Breve, por Psic. Juan Carlos García Ramos

previas de enfrentamiento. El estado de crisis está limitado en tiempo, casi siempre se manifiesta por un suceso que lo precipita, puede esperarse que siga patrones sucesivos de desarrollo a través de diferentes etapas y tiene el potencial de resolución hacia niveles de funcionamiento más altos o bajos. La resolución final de la crisis depende de numerosos factores, que incluyen la gravedad del suceso precipitante, recursos personales del individuo y los recursos sociales del individuo”⁹.

Para tener una idea clara y precisa dentro de este trabajo de lo que es una crisis, se distinguirá como “*un estado temporal de desequilibrio y desorganización*”, se considera como un estado temporal porque suele durar corto tiempo, se considera un estado de desequilibrio debido a que genera inseguridad e inestabilidad en el sentir, pensar y accionar de las personas, y se considera como un estado de desorganización porque generalmente la persona que lo presenta se muestra confundida, su mente está tan impactada que no puede organizar su pensamiento ni su conducta.

1.3.1 TEORÍAS DE LAS CRISIS

Las crisis han sido muy exploradas a lo largo de la historia. Del psicoanálisis se distingue la idea de que existe un equilibrio que implica varias fuerzas y que este mantiene la homeostasis ante la presencia de un conflicto psíquico, es decir, que el equilibrio de un individuo depende del conflicto psíquico que mantiene tras una situación que le acongoja. De la escuela psicoanalítica se desprende la idea de que existe un equilibrio que involucra varias fuerzas y que mantiene la homeostasis ante la presencia de un conflicto psíquico. Por otro lado, Erick Erickson propone un aspecto más positivo de la crisis, esto es que la crisis representa un cambio en la vida de las personas, una oportunidad de crecimiento y progreso, no es solamente un proceso negativo de la vida. Esta idea genera mayor oportunidad de análisis, ya que permite a la persona afectada por la crisis retomar un nuevo punto de partida, un nuevo comienzo desde el cual puede levantarse y seguir adelante retomando el lado positivo de la situación que le generó la crisis.

1.3.2 TIPOS DE CRISIS

Las crisis pueden dividirse en:

Circunstanciales: son aquellas que se generan inesperadamente y que usualmente se apoyan en un factor ambiental, dentro de estas pueden distinguirse los desastres naturales (terremotos, inundaciones, huracanes, etc.), los asaltos, los accidentes de tránsito, un embarazo no deseado, etc.

⁹ Slaikeu, 1996 citado en “La Intervención Para Personas En Crisis”, por Lic. Galo Guerra V. Psicólogo Modificador de Conducta

Vitales: son aquellas propias del proceso de vida del ser humano, es decir que se espera que tarde o temprano lleguen, no son inesperadas. Por ejemplo, el desarrollo hacia la pubertad, la menopausia, el abandono de los hijos del hogar, la muerte de un anciano, etc. Estas aunque ya se sabe que se presentaran pueden llegar a generar reacciones complejas en una persona, incluso llevar la crisis a un estado de depresión u otro padecimiento psicológico.

Puede decirse que las crisis son en sí mismas normales, cuando la situación la amerita, en todo caso el individuo que la presente pueda encontrar finalmente el equilibrio y retome su actividad física y mental normal, todo estará bien, pero si la persona no consigue su recuperación a corto plazo, será necesario que se someta a un tratamiento psicológico.

1.3.3 ELEMENTOS IMPORTANTES DE LAS CRISIS¹⁰

- a. Hay un suceso precipitante que causa la crisis.
- b. Es una situación en ocasiones imprevista y en otras puede tenerse la idea de que se atravesará por ella.
- c. Hay pérdida del equilibrio emocional (de la forma usual de sentir y expresarse), cognitivo y conductual.
- d. Causa sufrimiento (tristeza, dolor, ira, etc.).
- e. Genera cambios ya sean positivos o negativos, es decir que puede generar desde enfermedades hasta oportunidades para crecer y aprender.
- f. Es temporal, ya que las personas recuperan nuevamente el equilibrio.
- g. Las formas en que las personas suelen resolver sus problemas no funcionan en esta situación.

1.3.4 PROCESO DEL ESTADO DE CRISIS

Las personas cuando atraviesan por una crisis generalmente pasan por un proceso, este se describe a continuación¹¹:

- a. Elevación inicial de la tensión, en este momento la persona trata de utilizar su forma habitual de solucionar sus problemas.

¹⁰Modelo de intervención en crisis para niños y niñas en situación de desastres, UNICEF El Salvador, 3ª Edición, El Salvador 2001.

¹¹Modelo de intervención en crisis para niños y niñas en situación de desastres, UNICEF El Salvador, 3ª Edición, El Salvador 2001.

- b. Luego la persona reconoce que las reacciones usuales para enfrentar los problemas no funcionan adecuadamente, lo cual hace que la tensión acreciente y surjan sentimientos de trastorno e ineficiencia.
- c. La tensión aumenta, lo cual genera que la persona intente otras formas de solución al problema, en este periodo la crisis puede tomar diferentes caminos: que disminuya la amenaza externa, que la persona tenga éxito con las nuevas formas de solucionar el problema, que se vuelva a plantear el problema tomando en cuenta otros aspectos, es decir que busque nuevas soluciones o que renuncie a intentar solucionarlo.
- d. Si ninguno de estos caminos son retomados por las personas, la tensión sigue aumentando, lo cual puede provocar una desorganización emocional grave.

1.3.5 REACCIONES COMUNES ANTE LAS CRISIS¹²

- ☞ **Desorden:** En esta etapa la persona generalmente reacciona de forma desordenada, lo cual puede implicar llanto, angustia, gritos, lamentos o desmayo; otras personas tienen reacciones menos evidentes, como vacío en el estómago, mareos, dolor de cabeza, etc.
- ☞ **Negación:** la persona no acepta lo que ha ocurrido, es la reacción que amortigua el impacto y se acompaña de un entorpecimiento emocional y una distorsión de la realidad.
- ☞ **Intrusión:** en esta etapa la persona puede sentir plenamente el impacto de lo que ha ocurrido, esto incluye la abundancia de ideas dolorosas sobre el suceso, generalmente se experimentan pesadillas e imágenes recurrentes de lo que pasó, aunque algunas personas no pasan por esta etapa y otros oscilan entre esta etapa y la anterior.
- ☞ **Translaboración:** es la etapa en la que la persona busca expresar e identificar los pensamientos e imágenes del suceso.
- ☞ **Terminación:** es la etapa final y conlleva a la incorporación del suceso a la vida del individuo. En esta etapa es importante reconocer los resultados, ya que la resolución puede guiar al mejoramiento de la persona y su funcionamiento o puede suceder lo contrario y la persona siga un proceso más complicado.

¹² Modelo de intervención en crisis para niños y niñas en situación de desastres, UNICEF El Salvador, 3ª Edición, El Salvador 2001.

1.4. INTERVENCIÓN EN CRISIS

Después de valorar los diferentes componentes de los desastres y de las crisis es necesario, según el fin mismo de este proyecto de tesis, valorar también lo que implica la intervención en crisis.

La **intervención en crisis** es el “proceso de ayuda dirigida a una persona o familia a soportar un hecho traumático, de modo que la probabilidad de consecuencias poco saludables o de desorden se aminore y la probabilidad de crecimiento se incremente”¹³.

Lo que se trata de hacer al dar intervención en crisis es empoderar a las personas para que puedan enfrentarse a la situación de la mejor manera y puedan obtener el mejor beneficio de esa situación, en esta como en las demás terapias es importante la calidad de intervención que de el psicólogo (u otro personal de salud mental) y también la voluntad y colaboración que presenten las personas a quienes se interviene.

En la actualidad existen muchos manuales o guías acerca de la intervención en crisis, de las cuales se pueden retomar grandes elementos. En este trabajo de investigación se ha visto necesario dividir la intervención en crisis en dos partes:

- ☞ **Intervención en crisis de Primera instancia:** es mejor conocida como **Primeros Auxilios Psicológicos**, y se trata de la atención psicológica para una persona que está pasando por una crisis, sólo tiene una sesión de duración y se enfoca a aliviar las necesidades psicológicas primordiales de la persona en el momento de la intervención, las metas son *proporcionar apoyo, reducir el peligro de muerte y enlazar a la persona en crisis con los recursos de ayuda*¹⁴. Esta intervención puede ser brindada por cualquier persona que esté proporcionando auxilio en el lugar del desastre, como paramédicos, socorristas, etc., ya que es necesario que se proporcione de inmediato.

- ☞ **Intervención en crisis de Segunda instancia:** también es llamada **terapia de crisis**, esta intervención es “proceso terapéutico breve que va más allá de la restauración del enfrentamiento inmediato y, en cambio, se encamina a la resolución de la crisis de manera que el incidente respectivo se integre a la trama de la vida”¹⁵, lo que se espera es que la persona esté mejor preparada para hacerle frente a su futuro, esta terapia breve dura más de una sesión dependiendo de las circunstancias del desastre

¹³Modelo de intervención en crisis para niños y niñas en situación de desastres, UNICEF El Salvador, 3ª Edición, El Salvador 2001

¹⁴ “Primeros Auxilios Psicológicos”, Modelo para Intervenir en Crisis, Enfoque Terapéutico de Urgencia y Breve, por Psic. Juan Carlos García Ramos

¹⁵ “Primeros Auxilios Psicológicos”, Modelo para Intervenir en Crisis, Enfoque Terapéutico de Urgencia y Breve, por Psic. Juan Carlos García Ramos

e individuales de las personas que se estén atendiendo (si se hace individual o grupal). Esta intervención debe ser proporcionada por psicólogos o cualquier otro profesional de la salud mental que tengan conocimiento de técnicas de evaluación y tratamiento.

1.4.1 DE DÓNDE SURGE LA INTERVENCIÓN EN CRISIS

Los inicios de la intervención en crisis comenzaron con los estudios de **Eric Lindemann** quien junto a sus colaboradores, después del incendio en un centro nocturno llamado “*Coconut Grove*” en Boston el **28 de Noviembre de 1942** empezaron a indagar acerca del tema. Lindemann empezó a creer que el clero y otros asistentes comunitarios podrían tener un papel fundamental ayudando a las personas afectadas durante el proceso de duelo, de forma que se previnieran dificultades psicológicas posteriores. Este concepto fue muy explotado con el establecimiento del “*Centro de Ayuda en Relaciones Humanas de Wellesley*” (Boston) en 1948, este fue uno de los primeros centros comunitarios de salud mental notable por su concentración en la terapia breve en relación a la psiquiatría preventiva.

Además **Gerald Caplan**, miembro del Hospital de Massachusetts y de la Escuela de Salud Pública de Harvard, fue el primero en concebir la trascendencia de las crisis vitales en psicopatología de los adultos.

Así pues, Lindemann y Caplan dieron origen a la terapia breve y su trabajo posteriormente fue modificado, ampliado y desarrollado por L. Rapaport, N. Parad, D. Kaplan, Jacobson, M. Strickler y P. Sifineos. Por lo tanto, los aportes teóricos de Lindemann y Caplan, que están referidos al mantenimiento de la Salud Mental y a la prevención de la desorganización emocional, permitieron formular técnicas de intervención en crisis; estos estudiosos precisaron los aspectos más importantes de la Salud Mental, los cuales fueron “*el estado del yo, la etapa de maduración en la que se encuentre y la cualidad de su estructura de personalidad*”¹⁶. Además, mencionaban que para evaluar estos aspectos del yo, se necesitaba basarse en las siguientes áreas:

- 1.- *La capacidad de la persona para tolerar el estrés y la ansiedad, sin perder el equilibrio.*
- 2.- *El grado que tiene la persona para reconocer la realidad y enfrentar los problemas.*
- 3.- *El repertorio de mecanismos que tiene la persona y que mantienen su equilibrio biopsicosocial.*¹⁷

Finalmente, se debe mencionar que el modelo de intervención en crisis fue diseñado por Slaikeu, dicho modelo luego fue retomado por los autores de la “*Terapia Cognitiva Conductual de Urgencia*”: Ruiz Sánchez,

¹⁶ “Primeros Auxilios Psicológicos”, Modelo para Intervenir en Crisis, Enfoque Terapéutico de Urgencia y Breve, por Psic. Juan Carlos García Ramos

¹⁷ “Primeros Auxilios Psicológicos”, Modelo para Intervenir en Crisis, Enfoque Terapéutico de Urgencia y Breve, por Psic. Juan Carlos García Ramos

Imbernón González y Cano Sánchez. Actualmente se conocen los trabajos latinoamericanos sobre la psicología de emergencias.

1.4.2 INTERVENCIÓN EN CRISIS DE PRIMERA INSTANCIA (Primeros Auxilios Psicológicos)

METAS: La meta principal es restablecer el enfrentamiento inmediato. El objetivo primordial es ayudar a la persona a expresar sus emociones, sentimientos y pensamientos a través de la catarsis, para dar pasos concretos hacia el afrontamiento con la crisis, esto incluye el control de los sentimientos o los componentes subjetivos de la situación y comenzar el proceso de solución del problema.

También se consideran tres **sub-metas** a alcanzar¹⁸:

- ☞ **Proporcionar apoyo:** se debe dar paso a que la persona exprese su percepción acerca de lo que ha vivido, se le debe proporcionar interés y empatía, de forma que la persona se sienta cómoda y pueda realizar lo que suele llamarse “catarsis”. Además se busca hacer consciente a la persona acerca de su fortaleza y seguridad en sí misma, ya que en este momento generalmente sólo se percatan de su propia debilidad.

- ☞ **Reducir la mortalidad:** Se refiere a la salvación de vidas y la prevención del daño físico durante las crisis; en este caso es necesario tomar medidas para hacer mínimas las probabilidades destructivas y desactivar la situación crítica. Esto puede implicar el deshacerse de las armas, arreglar el contacto sostenido de un amigo de confianza por algunas horas, conversar con la persona que pasa por una situación tensionante o, en algunos casos, iniciar el traslado a la hospitalización de urgencias.

- ☞ **Proporcionar enlace con fuentes de asistencia:** la persona que esté facilitando la intervención debe en primer lugar verificar la situación de la persona en crisis, esto significa que si observa que la persona necesita algo más que solamente hablar y desahogarse deberá referirla de inmediato, con el fin de salvaguardar la integridad de la persona y de los demás, ya que lo importante es proporcionar un enlace apropiado, de manera que la persona pueda comenzar a dar pasos concretos hacia la translaboración de la crisis.

¹⁸“Primeros Auxilios Psicológicos”, Modelo para Intervenir en Crisis, Enfoque Terapéutico de Urgencia y Breve, por Psic. Juan Carlos García Ramos

A. COMPONENTES ESTRATÉGICOS DE LOS PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS¹⁹

a. Realizar contacto psicológico: Este primer contacto se define como *empatía o “sintonización”* con los sentimientos y necesidades de una persona durante su crisis. La tarea es escuchar cómo la persona en crisis visualiza la situación y se comunica con nosotros. Asimismo, se invita a la persona a hablar, y a escucharse, sobre lo sucedido (los hechos) y dar cuenta de sus reacciones (sentimientos y actitudes) ante el acontecimiento, estableciendo lineamientos reflexivos y sentimientos encontrados. En este momento hay que recalcarle a la persona que como interventor estará disponible durante su crisis, si la persona está demasiado angustiada se pueden utilizar técnicas de *respiración profunda o de relajación muscular*, también se debe utilizar *técnicas no verbales*, como hablarle a nivel de los ojos, colocar la mano en el hombro como símbolo de apoyo, y otras que se muestran en el manual de intervención en crisis de primera instancia.

El objetivo del primer contacto psicológico es *que la persona sienta que se le escucha, acepta, entiende y apoya*; esto conduce a una disminución en la intensidad de sus ansiedades.

b. Analizar las dimensiones del problema: Se tiene que indagar enfocándose en tres áreas: a) *presente* b) *pasado inmediato* y c) *futuro inmediato*. El presente hace referencias a *“qué sucedió, cómo te sientes, qué piensas, qué puedes hacer”*. El pasado inmediato remite a los acontecimientos que condujeron al estado de crisis y su indagación implica preguntas como: *“quién, qué, dónde, cuándo, cómo”*. El futuro inmediato se enfoca hacia cuáles son los eventuales riesgos para la persona y prepararse para las soluciones inmediatas, las preguntas pueden ser: *“qué piensas hacer, quiénes pueden apoyarte, etc.”*.

c. Sondear posibles soluciones: Involucra la identificación de una variedad de soluciones alternativas tanto para las necesidades inmediatas como para las que pueden dejarse para después, se debe hacer hincapié en que la persona no es capaz de controlar el desastre pero si su respuesta ante la misma. Este componente implica llevar o *“acompañar”* a la persona en crisis a formular una variedad de soluciones las cuales pueden plasmarse en papel haciendo una lista breve de pasos realistas, concretos y positivos que la persona pueda comenzar a aplicar inmediatamente, esto da la oportunidad de tener presente en cualquier momento las alternativas que se han presentado. Es importante tomar en cuenta durante este sondeo los pros y los contras de cada alternativa, y también los obstáculos que pueden presentarse en su ejecución para que la persona esté preparada para hacerle frente a dichos obstáculos. Además junto a esto se tiene que indagar sobre las fortalezas de la persona para que por sí misma vaya empoderándose y se sienta capaz de poder

¹⁹ www.monografias.com

realizar el plan. Finalmente se debe de hacer que la persona se comprometa a realizar uno o más pasos del listado.

d. Iniciar pasos concretos: Implica ayudar a la persona a ejecutar alguna acción concreta. El objetivo es *dar el mejor paso próximo*, dada la situación, es decir que la persona pueda seguir el proceso por si misma de la mejor manera. El interventor tomará un actitud facilitadora o directiva, según las circunstancias, en la ayuda al paciente para tratar con la crisis. Es importante que el interventor identifique si la persona está preparada para tomar sus propias decisiones y de ejecutar las acciones o es necesaria la ayuda de alguien más. Además en este componente se debe prevenir contra el uso de estrategias negativas de afrontamiento, como la evitación, aislamiento, dependencia de sustancias, incluyendo el uso de procesos cognitivos negativos, como los que se mencionan en el apartado de las reacciones ante las crisis. En lo posible debe insistir en reconocer estos pensamientos, detenerlos y sustituirlos por otros más racionales.

f. Verificar el progreso: Implica el extraer información y establecer un procedimiento que permite el seguimiento para verificar el progreso de ayuda. El seguimiento puede suceder mediante un encuentro posterior, cara a cara o por teléfono o correo electrónico. El objetivo es ante todo *completar el circuito de retroalimentación o determinar si se lograron o no las metas de los Primeros Auxilios Psicológicos*: el suministro de apoyo, reducción de la mortalidad y cumplimiento del enlace con fuentes de apoyo.

1.4.3 INTERVENCIÓN EN CRISIS DE SEGUNDA INSTANCIA (Terapia de Crisis)

META: Ayudar a las personas a mantener el equilibrio después de la situación de desastre, mejorar los componentes de las áreas que han sido afectadas ayudando a disminuir los síntomas que presentan semanas después del desastre. Además se pretende garantizar la salud mental de las personas y ayudar a la prevención de nuevos estados de crisis, fortaleciendo las reacciones positivas y dando nuevas alternativas de respuesta y solución.

Este tipo de intervención es de más larga duración que la de primera instancia, y para este proyecto de tesis se pretende enfocar en las áreas relacionadas a la esfera psicológica que afectan en mayor grado a las víctimas de los desastres: área cognitiva, área emocional, área conductual y área de las relaciones interpersonales o área social. Cada una de estas áreas son enfocadas para trabajarse de manera grupal, sin embargo pueden adaptarse al trabajo de una persona en forma individual.

Existen **dos razones** para trabajar con grupos en situaciones de desastres:

- ☞ La cantidad de personas afectadas y necesitadas de ayuda psicológica, como consecuencia del desastre, hace muy difícil la ayuda individual.
- ☞ La mayoría de ellas no requiere de una atención individual y profunda.

El trabajo grupal proporciona a las personas algunos **beneficios** que el trabajo individual no ofrece y que dentro de una situación de crisis son bastante importantes, algunos de los beneficios son²⁰:

- ☞ Ayuda a dar sentido a la realidad.
- ☞ Proporciona un espacio de encuentro y distracción.
- ☞ Otorga la capacidad de sostenerse mutuamente.
- ☞ Ayuda a controlar las reacciones impulsivas
- ☞ Permite reconocer los sentimientos.
- ☞ Ayuda a generalizar la experiencia.
- ☞ Facilita poner en marcha las soluciones.
- ☞ Da paso a desarrollar el poder colectivo.
- ☞ Facilita la expresión colectiva.
- ☞ Se reducen sentimientos de estigma y se restaura la autoestima.
- ☞ Reduce el sentimiento de aislamiento y se refuerza el sentido de apoyo en comunidad.

A. OBJETIVOS QUE SE PERSIGUEN.

- a. Evaluar las necesidades psicosociales del grupo.
- b. Establecer relación con las personas, buscar la confianza y darles seguridad.
- c. Formalizar el proceso, estableciendo horarios de reuniones, reglas dentro de las reuniones, duración del proceso, y otros.
- d. Ofrecer información sobre el desastre y los efectos psicosociales más comúnmente observados.
- e. Contribuir a reducir o controlar los efectos psicológicos más comunes que aparecen tras una situación de desastre, fortaleciendo las capacidades y destrezas para el afrontamiento de los problemas.
- f. Impulsar la integración a las actividades cotidianas en el seno de la familia y su comunidad.

²⁰ "Apoyo Psicosocial en Catástrofes Colectivas: De la Prevención a la Reconstrucción"; Carlos Martín Beristain; Universidad Central de Venezuela, Comisión de Estudios de Postgrado, Facultad de Humanidades y Educación, Asociación Venezolana de Psicología Social.

B. PROCESO QUE SUGERIDO PARA CADA SESIÓN.

- a. Bienvenida
- b. Presentación de cada participante (al inicio de la jornada y cuando hayan miembros nuevos).
- c. Exposición de los objetivos y reglas de funcionamiento del grupo (primeras sesiones).
- d. Dinámica de animación. Estas pueden hacerse al principio, en un receso del tema central o al final de la sesión, pero no deben practicarse varias veces durante la misma sesión ni en periodos prolongados porque se podría perder el objetivo de la sesión de trabajo y la seriedad de la misma.
- e. Resumen de lo acontecido en el grupo hasta el momento (este también se puede hacer en el inicio de la sesión).
- f. Exposición del tema para la sesión.
- g. Intercambio de experiencias y reflexión sobre la situación.
- h. Análisis de las experiencias o ideas fundamentales o resumen de la sesión.
- i. Información sobre la próxima reunión.

La intervención variará de acuerdo a cada grupo de personas (grupos de niños/as, adolescentes y adultos), ésta puede llevar una estructura similar pero la forma de ejecutar cada actividad será diferente, debido a las particularidades de cada uno.

1.4.4 INTERVENCIÓN DE PRIMERA INSTANCIA CON GRUPOS ESPECIALES²¹

Con niños/as. Los niños no reaccionan como lo hacen las personas adultas pero su respuesta emocional si se relaciona directamente con las reacciones de los adultos que son significativos para ellos, ya que los niños suelen ser muy perceptivos a los cambios emocionales en ellos. Además, su grado de abstracción es menor que el de un adulto por lo cual no pueden comprender racionalmente los sucesos y tampoco pueden verbalizar sus necesidades emocionales, como estabilidad, seguridad, amor y también la necesidad de comunicación.

Por su parte, algunos niños *tienden* a reproducir en sus juegos la situación de desastre, lo que sucedió o lo que vieron mientras éste ocurría, sin embargo cuando un niño no está superando la crisis puede notarse por los siguientes indicadores: evita hablar, pensar u oír todo lo relacionado al evento que generó la crisis, los lugares en que se dio, cualquier cosa que le recuerde o se asemeje a esa situación; además puede mostrarse aislado sin motivación de jugar con los demás niños.

²¹ “Salud Mental y Desastres, Intervención en Crisis” Organización Panamericana de la Salud, Bolivia 2007.

Algunos elementos importantes que pueden ser útiles en la intervención en crisis con niños/as son:

- ☞ Tener cierto grado de contacto físico (como un abrazo o una palmada en el hombro).
- ☞ Aconsejar a los padres que no dejen solos a sus hijos.
- ☞ Reafirmarles frecuentemente que están seguros y a salvo.
- ☞ Hablar con ellos sobre el suceso de forma sencilla, si desean hacerlo.
- ☞ No minimizar ni exagerar la situación.
- ☞ No hablar a los niños acerca de los miedos de los adultos hacia el futuro.
- ☞ No hacer promesas que no se puedan cumplir.
- ☞ No decir que los muertos están felices en el cielo, ya que pueden desear morir para ir con esa persona. Si es necesario el tema de la muerte debe de ser tratado concretamente, decirles que ésta es permanente y que causa una gran tristeza.
- ☞ Dar a los niños tareas apropiadas para su edad.
- ☞ Mantener las rutinas familiares y sociales propias de su edad y contexto.

Con ancianos/as. Al proporcionar intervención en crisis de primera instancia a ancianos/as se debe tener conocimiento de las necesidades y limitaciones principales que sufre este grupo de personas, además debe tenerse mucha comprensión y mostrar mucho respeto.

Algunos aspectos importantes que se tienen que tener en cuenta son:

- ☞ Tener paciencia.
- ☞ No mostrar una excesiva confianza.
- ☞ No intentar suplir o ayudar en cosas que ellos pueden hacer.
- ☞ No aceptar ningún obsequio.
- ☞ Muchos se sienten solos y ansiosos de poder comunicarse; entonces se debe favorecer la escucha responsable.
- ☞ No dejarlos solos, procurar que se queden con personas de su confianza o familiares.

Situaciones especiales. En este caso se necesita una buena comunicación y demostrarles que se está dispuesto a ayudarles. Cada tipo de discapacidad requiere que se adapte a ella la intervención que se pretende proporcionar:

- ☞ *Deficiencias motrices.* Preguntar en qué y cómo se le puede ayudar. Adaptarse a su ritmo de movimiento y adoptar una postura que resulte cómoda para ambos. No hablarle como a un niño.

Facilitarle que pueda llevar consigo cualquier dispositivo que use para el desplazamiento. Siempre explicarle a dónde se le lleva y por qué.

- ☞ *Deficiencia sensorial.* Situarse de forma que se le vea la cara al que brinda la ayuda. Hablar despacio vocalizando, usar lenguaje no verbal, repetir las veces que haga falta; si tiene hipoacusia, se debe elevar el volumen de la voz.
- ☞ *Ceguera.* No gritar al hablar: no es sordo. Preguntar en qué y cómo se le puede ayudar. Ofrecer el brazo y caminar a paso lento, anticiparle obstáculos; si se va a sentar, tomar su mano y ponerla encima del asiento; no usar conceptos espaciales que no comprenda (aquí, allí): mejor usar derecha, izquierda.

1.4.5 REGLAS DE LO QUE SE DEBE Y NO SE DEBE HACER DURANTE LA INTERVENCIÓN EN CRISIS

Lo que se debe hacer:

1. **SI** Escuchar de manera cuidadosa y reflejar los sentimientos y la naturaleza de los hechos.
2. **SI** Comunicar aceptación.
3. **SI** Plantear preguntas abiertas.
4. **SI** Llevar a la persona a una mayor claridad.
5. **SI** Evaluar la mortalidad.
6. **SI** Observar los ojos y el lenguaje corporal de la persona.
7. **SI** Dar énfasis a las cualidades y fortalezas de la persona.
8. **SI** Ser realista.
9. **SI** Alentar la lluvia de ideas acerca de las alternativas que pueda tener la persona.
10. **SI** Establecer prioridades.
11. **SI** Establecer metas específicas de corto plazo.
12. **SI** Confrontar cuando sea necesario.
13. **SI** Ser directivo, sólo si tiene que serlo.
14. **SI** Hacer un convenio para recontactar.
15. **SI** Acordar un segundo encuentro.

Lo que no se debe hacer:

1. **NO** aconsejar.
2. **NO** ponerse de ejemplo.

3. **NO** enfatizar excesivamente los aspectos positivos. Frases como “Podría haber sido peor” pueden ser contraproducentes.
4. **NO** minimizar el hecho; la frase “No pasa nada” suele ser negativa.
5. **NO** bromear, la ironía puede ser ofensiva o contraproducente.
6. **NO** dramatizar; si la persona llora, el auxiliador no tiene por qué hacerlo.
7. **NO** engañar a la víctima, ni fingir.
8. **NO** favorecer la actitud de culparse.
9. **NO** actuar defensivamente.
10. **NO** favorecer dependencias directas del afectado con el auxiliador.
11. **NO** ignorar sentimientos o hechos.
12. **NO** regañar o tomar partido.
13. **NO** Depender de preguntas de si/no.
14. **NO** Soslayar las señales de “peligro”.
15. **NO** Dar la razón del "problema".
16. **NO** Dejar obstáculos sin examinar al ver las posibles soluciones.
17. **NO** Intentar resolverlo todo ahora.
18. **NO** Tomar decisiones que comprometan por largo tiempo.
19. **NO** Ser tímido o prometer cosas.
20. **NO** Dejar la evaluación del seguimiento a alguien más.

1.4.5 FRASES ADECUADAS PARA UTILIZAR CON SOBREVIVIENTES DE EVENTOS TRAUMÁTICOS.

1. Ahora estás a salvo (si realmente lo está).
2. Aprecio que esté conversando conmigo.
3. Comprendo y me solidarizo con usted por estar pasando por esta situación (por ej. Comprendo que haya perdido sus pertenencias y no se sienta bien).
4. No fue su culpa (si está seguro que no lo fue).
5. Su reacción es una respuesta normal ante un evento anormal.
6. Es comprensible que se sienta de esa manera.
7. Usted no se está enfermando de su mente, es normal sentirse confundido en este tipo de situaciones.
8. Las cosas no serán igual. De muchas maneras esta experiencia puede hacerlo más fuerte, con su esfuerzo y su fe, junto con la comunidad y su familia.
9. Dese permiso de llorar, esto a veces es necesario y es una forma de descargar el dolor que se siente.

CAPÍTULO 2. METODOLOGÍA

El presente proyecto es una investigación de tipo *diagnóstico-descriptiva*, puesto que se buscó identificar elementos referentes a la aplicación de intervenciones en crisis en situaciones de desastre por parte del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador, orientando la investigación a descubrir los factores o condiciones generales o específicas de este fenómeno y asimismo brindar alternativas de solución, en este caso un manual de intervención en crisis para el Departamento de Psicología.

2.1 POBLACIÓN

La población con la que se realizó la presente investigación consistió en personas que han participado en intervención en crisis en situaciones de desastre en una o más ocasiones, es decir que tienen alguna experiencia referente a este fenómeno.

2.2 MUESTRA

La muestra que se utilizó en esta investigación se ha dividido en dos grupos, según los fines de la investigación:

Muestra entrevistada para realizar el diagnóstico de la investigación:

- ☞ 20 Docentes del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador.
- ☞ 4 Personas que laboran en Instituciones en las cuales se ha elaborado y/o puesto en marcha planes de intervención en crisis y que conozcan o hayan participado en dicha aplicación.
- ☞ 10 Estudiantes del Departamento de Psicología que han participado en intervención en crisis en situaciones de desastre.

Muestra que participó en la validación del plan de intervención que se propone en esta investigación:

- ☞ 8 profesionales de Psicología

Tipo de muestra: no probabilística.

Debido a que la muestra debe haber tenido alguna experiencia en relación a los desastres o a la ejecución de planes de intervención en crisis en situaciones de desastre.

2.3 SUJETOS

- ☞ *20 Docentes del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador: 6 docentes del sexo femenino y 12 del sexo masculino; entre los 31 a los 63 años de edad; cuyo tiempo de laborar en la institución sobrepasa los 4 años.*

- ☞ *10 Estudiantes del Departamento de Psicología que han participado en intervención en crisis en situaciones de desastre: 5 estudiantes del sexo femenino y 5 del sexo masculino; entre los 21 y los 40 años de edad; de 4º y 5º año de la carrera y estudiantes egresados; que participaron en la Tormenta Ida o en la Tormenta Stan.*

- ☞ *4 Personas que laboran en Instituciones en las cuales se ha elaborado y/o puesto en marcha planes de intervención en crisis y que conozcan o hayan participado en dicha aplicación: se entrevistaron a 4 profesionales una de la Dirección General de Protección Civil, dos personas de la Asociación De Capacitación e Investigación para la Salud Mental y una persona de Cruz Roja Salvadoreña; 2 del sexo masculino y 2 del sexo femenino; entre las edades de 28 y 44 años; cuyo tiempo de laborar en la institución respectiva sobrepasa los 5 años.*

- ☞ *8 profesionales de Psicología que participaron en la validación del plan de intervención propuesto en esta investigación: se entregó un instrumento de validación a cada profesional, 4 profesionales docentes del Departamento de Psicología y 4 profesionales de otras instituciones externas al Departamento (pertenecientes a las siguientes instituciones: Academia Nacional de Seguridad Pública, Escuela de Niñas María Auxiliadora de Soyapango, Fundación Pre educación de El Salvador (FUMPRES), Bienestar Universitario), cuyo tiempo de ejercer la profesión de psicólogo/a oscila entre los 3 y 18 años, se prescindió de otros datos, puesto que no eran necesarios para los fines de esta investigación.*

Para conocer datos más específicos de los sujetos participantes ver anexo 1.

2.4 INSTRUMENTOS

Guías de entrevista Mixta:

Estos instrumentos fueron aplicados con el objetivo obtener información relacionada con la intervención de crisis en situaciones de desastre en el país y la participación del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador en este tipo de intervención (ver anexo 2).

Se utilizaron las siguientes tres guías de entrevista mixta:

- ☞ Guía de entrevista dirigida a docentes del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador. Esta consta de 17 preguntas abiertas, cerradas y de opciones múltiples.

- ☞ Guía de entrevista dirigida a personas que trabajan en instituciones que han participado en intervenciones en crisis en situaciones de desastre. Esta consta de 14 preguntas abiertas, cerradas y de opciones múltiples.

- ☞ Guía de entrevista dirigida a estudiantes del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador que han participado en intervenciones en crisis en situación de desastre. Esta consta de 14 preguntas abiertas, cerradas y de opciones múltiples.

Instrumento de Validación:

Este instrumento de validación se elaboró en base al método de validación de C.H. Lawshe, con el objetivo de validar a través del sistema de jueces las actividades de intervención que se plantean dentro del manual elaborado para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre. El instrumento consta de un apartado de datos generales de la investigación para que los jueces tengan conocimiento del mismo, en esta parte se colocó el nombre de la investigación, una presentación de la misma, los objetivos y definiciones básicas de la misma, posteriormente se colocó una hoja de datos personales e indicaciones que debe ser llenada por cada juez, seguidamente presentan las actividades de intervención propuestas, a través de un cuadro de calificación, en el cual se presentan por cada grupo (niños, adolescentes y adultos), los niveles de intervención (primeros auxilios psicológicos y terapia de crisis), el número de sesiones de cada nivel, los objetivos y actividades de cada sesión (con su respectivo procedimiento, en total son 125 actividades), y los criterios de evaluación, en los que 3 equivale a “esencial”, 2 equivale a “útil pero no esencial” y 1 equivale a “no esencial”. Finalmente se presenta una hoja donde los jueces tienen que dar fe de la revisión de las actividades de tratamiento y deben colocar su firma, sello y fecha de revisión (Ver anexo # 3 y 4).

2.5 PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO

Se buscó un tema de investigación que fuese de mucha utilidad en el ámbito psicológico y no se quedase engavetado en un escritorio, por lo cual se seleccionó el tema de investigación “Manual de intervención en crisis en situaciones de desastres, dirigido a grupos de niños/as, adolescentes y adultos (nueva adaptación para el Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador)”.

Por consiguiente, los pasos a seguir para el desarrollo de la investigación fueron:

- ☞ Se elaboró el proyecto de investigación, el cual constó de una justificación, objetivos, marco teórico, metodología, un cronograma de las actividades a realizar, la bibliografía utilizada y los anexos necesarios.
- ☞ Se seleccionó la muestra, es decir, las instituciones o personas a las cuales se acudió para obtener información acerca del tema que se investiga con el fin de validar la investigación y conocer su experiencia en la intervención en crisis en los diversos desastres ocurridos en el país. Estas instituciones fueron: Dirección General de Protección Civil, Asociación de Capacitación e Investigación para la Salud Mental (ACISAM), Cruz Roja Salvadoreña y el Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador.
- ☞ Se elaboraron, validaron y aplicaron las entrevistas mixtas dirigidas a docentes y estudiantes del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador, y hacia profesionales de las otras instituciones, con el requisito de que hubiesen participado en una o más intervenciones en crisis.
- ☞ Se tabularon, graficaron y analizaron los datos obtenidos en las entrevistas, lo cual permitió la creación del diagnóstico del fenómeno a investigar, posteriormente sobre la base de tal diagnóstico se formularon tres propuestas de intervención en crisis en situaciones de desastre: planificaciones actividades de intervención para niños, actividades de intervención para adolescentes y actividades de intervención para adultos (en las cuales se incluyen Intervención en crisis de primera instancia o Primeros Auxilios Psicológicos, e Intervención en crisis de segunda instancia o Terapia de crisis). Estas actividades fueron colocadas en un Manual de intervención en crisis en situaciones de desastre que posteriormente será entregado al Departamento de Psicología, el cual es el fin último de esta investigación.

Se procedió a la elaboración del instrumento de evaluación y validación de dichas actividades de intervención y luego se seleccionaron los profesionales que les darían validez. El método que se utilizó fue el **Método de la validación de C. H. Lawshe (1975)**. Este método consistió en seleccionar un determinado número de expertos, en este caso se escogió a cuatro psicólogos docentes del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador y a cuatro psicólogos externos al Departamento, quienes fungirían como jueces de evaluación del actividades de intervención, se les presentaron las actividades a evaluar en un instrumento de validación, en el cual a cada actividad se le podía dar una de las siguientes ponderaciones: 3, cuyo equivalente es “esencial”, 2 que equivale a “útil pero no esencial” y 1 equivale a “no esencial”.

Luego para validar las actividades de intervención, se calculó la razón de la validez de contenido (CVR) para cada actividad utilizando las calificaciones para cada actividad de todos los jueces, de acuerdo a la siguiente fórmula: $CVR = \frac{ne - N/2}{N/2}$. Donde CVR = razón de validez de contenido; ne = número de jueces que indican que es “esencial” y N = número total de jueces que participaron.

Seguidamente se colocaron los datos globales de cada actividad en una matriz de resultados (ver anexo # 5). De acuerdo al número de jueces se buscó en la tabla de valores mínimos el valor mínimo que corresponde al de la investigación, en este caso por haber requerido la participación de 8 jueces el valor mínimo fue de 0.75, según dicha tabla, la cual se presenta a continuación:

Número de miembros del jurado	Valor mínimo
5	.99
6	.99
7	.99
8	.75
9	.78
10	.62
11	.59

Posteriormente se compararon los resultados obtenidos en la fórmula con los valores mínimos, el mismo procedimiento se hizo con cada actividad según el método, en el cual si el resultado sobrepasa el valor mínimo la actividad se considera válida o esencial y si no sobrepasa el valor mínimo no es válida, con este procedimiento el método pretende disminuir las posibilidades de un acuerdo entre expertos al azar. Luego a partir de los datos de la matriz de resultados se hizo un análisis de la misma.

- ☞ Finalmente se elaboraron las conclusiones y recomendaciones referentes a la investigación, y se concluyó con la elaboración del informe final de la investigación y un manual práctico de intervención en crisis y tres manuales cortos uno para grupos de niños, otro para adolescentes y otro para adultos.

2. 6 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

CRONOGRAMA																												
PERIODO	Febrero				Marzo				Abril				Mayo				Junio				Julio				Agosto			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
ACTIVIDADES																												
Selección del tema de investigación	■																											
Elaboración de proyecto de investigación		■	■	■																								
Selección la muestra, elaboración de instrumentos y validación.					■	■																						
Aplicación de entrevistas							■	■	■																			
Tabulación y Análisis de datos										■	■																	
Elaboración de plan de intervención												■	■	■	■	■	■	■	■									
Validación de plan de intervención																				■	■							
Elaboración del informe final																						■						
Entrega de informe final																							■	■				
Defensa de tesis																										■		

CAPÍTULO 3. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

3.1 PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

A continuación se presentan los resultados cuantitativos más significativos que fueron obtenidos a partir de la aplicación de entrevistas a grupos de personas: profesionales de Cruz Roja de El Salvador, Asociación de Capacitación e Investigación para la Salud Mental (ACISAM), Dirección General de Protección Civil; Docentes del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador y estudiantes del Departamento de Psicología de la misma institución que participaron en Intervención en Crisis en Situaciones de Desastres (para conocer los datos específicos de las entrevistas ver anexo 6), de las entrevistas se tabularon los datos y se retomaron los más relevantes para los fines de esta investigación, de manera que resultara un contraste entre la información proporcionada por cada grupo de sujetos.

Los datos que se presentan son con respecto al conocimiento sobre plan de intervención en crisis que se haya implementado en el Departamento de Psicología, conocimiento de resultados de las intervenciones en crisis en situaciones de desastre brindadas por el Departamento, necesidad de que el Departamento de Psicología tenga un Manual de Intervención en crisis para implementar en situaciones de desastre, necesidad de capacitar al personal que dará la intervención en crisis antes de que el hecho ocurra, brindar a los estudiantes capacitaciones constantes sobre intervención en crisis en situaciones de desastre, preparación actual del Departamento para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre, conocimiento sobre cómo se encuentra preparado el Departamento para dar intervención psicológica en una situación de desastre según docentes y estudiantes de Psicología, obstáculos en la intervención en crisis que el Departamento de Psicología ha proporcionado en situaciones de desastre según docentes y estudiantes de Psicología, vacíos del Departamento al proporcionar intervención en crisis en situación de desastre según estudiantes y docentes de Psicología, áreas psicológicas a abordar en la intervención en crisis en situaciones de desastre según profesionales de otras instituciones, docentes y estudiantes de Psicología, áreas a enfatizar en la intervención en crisis en situaciones de desastre según profesionales de otras instituciones, docentes y estudiantes de Psicología, tiempo que se debe esperar para dar una intervención adecuada, sesiones que puede tener un plan de intervención en crisis en situaciones de desastre, y duración del tratamiento según docentes de Psicología.

Tabla 1: Conocimiento sobre plan de intervención en crisis que se haya implementado en el Departamento de Psicología.

Respuestas	Profesionales de otras instituciones		Estudiantes de Psicología		Docentes de Psicología	
	F	%	F	%	F	%
Si conocen	1	25%	6	60%	18	90%
No conocen	3	75%	4	40%	2	10%
Total	4	100%	10	100%	20	100%

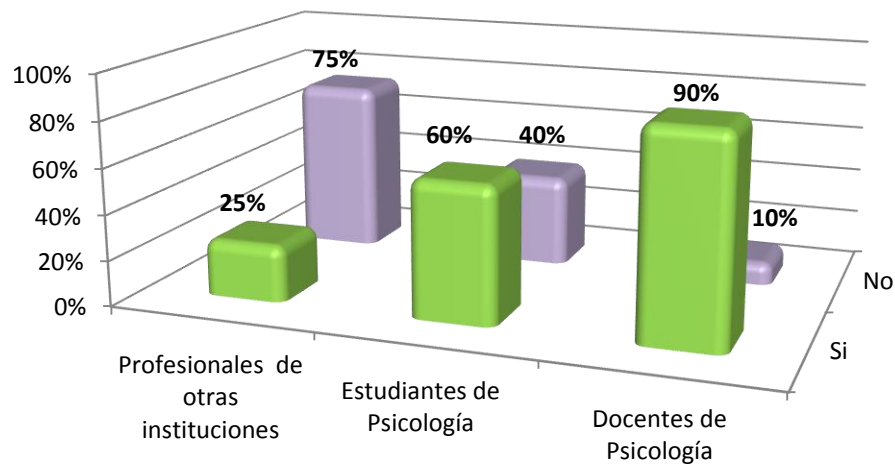


Gráfico 1: Conocimiento sobre plan de intervención en crisis que se haya implementado en el Departamento de Psicología.

Un 75% de los profesionales entrevistados de instituciones externas a la UES, opinaron que no conocen un plan de intervención que haya implementado el Departamento de Psicología, por otra parte un 25% opina que si conocen de un plan.

Con respecto a los estudiantes disminuyó la respuesta, puesto que un 60% mencionó que no conoce de un plan y creen que es por eso que surgen una serie de dificultades a la hora de dar intervención, mientras que un 40% opinó que si conocen de un plan de intervención, ya que cuando participaron en brigadas de intervención en crisis se les entregó un folleto con información y una metodología para brindar intervención después de la tormenta Ida. Por su parte los docentes del Departamento Psicología dieron una respuesta favorable puesto que el 90% opinó que si conocen de un plan implementado por el Departamento, mientras que un 10% mencionó no conocer uno en específico.

Tabla 2: Conocimiento de Resultados de las intervenciones en crisis en situaciones de desastre brindadas por el Departamento.

Respuestas	Profesionales de otras instituciones		Docente de Psicología		Estudiantes de Psicología	
	F	%	F	%	F	%
Desconozco los resultados	3	75%	1	5%	0	0%
Si ayuda la intervención	1	25%	14	70%	4	40%
No ayuda la intervención	0	0%	5	25%	6	60%
Total	4	100%	10	100%	20	100%

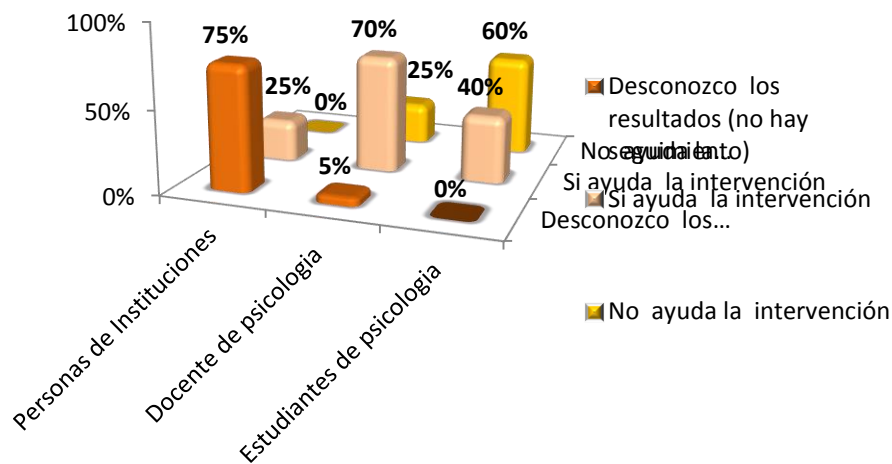


Gráfico 2: Conocimiento de Resultados de las intervenciones en crisis en situaciones de desastre brindadas por el Departamento.

Un 75% de los profesionales de otras instituciones mencionan que desconocen los resultados de las intervenciones en crisis en situaciones de desastre que ha realizado el Departamento de Psicología, mientras que un 25% opina que si han ayudado.

Con respecto a los docentes, un 5% desconoce los resultados, un 70% opinan que si ayuda la intervención, y 25% opina que no ayuda en nada la intervención que proporciona el Departamento. La respuesta de los estudiantes es opuesta a la de la mayoría de los docentes ya que según el 40% los estudiantes la intervención que realiza el Departamento si ayuda, mientras que el 60% opina que la intervención no ayuda a las personas afectadas.

Tabla 3: Necesidad de que el Departamento de Psicología tenga un Plan de Intervención en crisis para implementar en situaciones de desastre.

Respuesta	Profesionales de otras instituciones		Docentes de Psicología		Estudiantes de Psicología	
	F	%	F	%	F	%
Si	3	75%	20	100%	10	100%
No	1	25%	0	0%	0	0
Total	4	100%	20	100%	10	100%

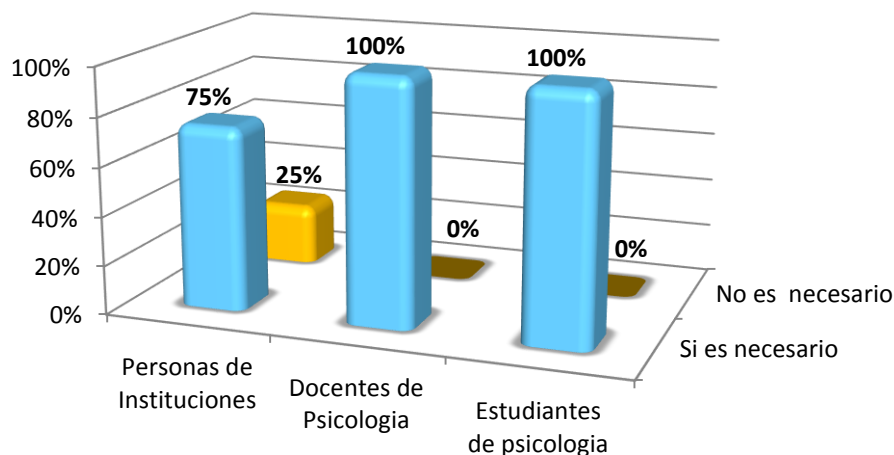


Gráfico 3: Necesidad de que el Departamento de Psicología tenga un Plan de Intervención en crisis para implementar en situaciones de desastre.

Con respecto a esta pregunta, el 75% de los profesionales de otras instituciones entrevistados mencionaron que si es necesario tener un plan, mientras que el 25% piensa que no es necesario porque al brindar una intervención se suele improvisar.

Por otro lado, se dio una relación en las respuestas de docentes y estudiantes, el 100% de ambos grupos opina que si es importante que el Departamento de Psicología posea un plan de intervención en crisis, ya que de tal forma no se llegaría al albergue a dar una intervención improvisada y si es necesario se podrían adecuar las técnicas de intervención a la situación particular, además se tendría personal capacitado para brindar un mejor servicio.

Tabla 4: Necesidad de capacitar al personal que dará la intervención en crisis antes de que el hecho ocurra.

Respuesta	Profesionales de otras instituciones		Docentes De Psicología		Estudiantes De Psicología	
	F	%	F	%	F	%
Si	4	100%	19	95%	10	100%
No	0	0%	0	0%	0	0%
Es una Circunstancia política	0	0%	1	5%	0	0%
Total	4	100%	20	100%	10	100%

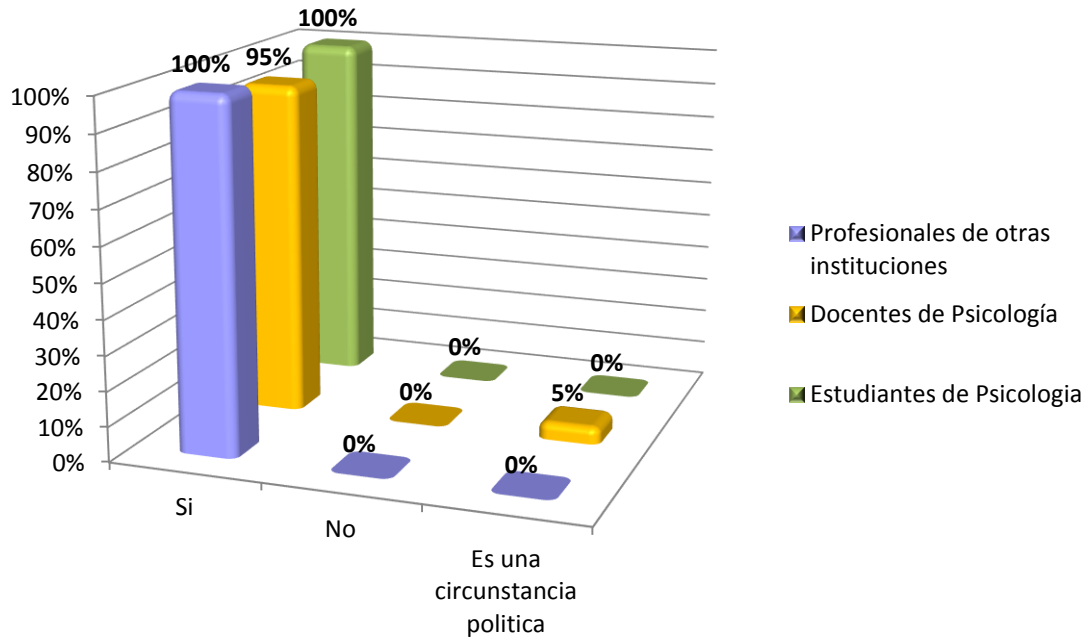


Gráfico 4: Necesidad de capacitar al personal que dará la intervención en crisis antes de que el hecho ocurra.

El 100% de los profesionales de otras instituciones y el 100% de estudiantes de Psicología consideran que es necesario capacitar al personal que dará intervención con anticipación a la situación de desastre, y de igual manera piensan el 95% de docentes del Departamento de Psicología, solamente el 5% de éstos no está a favor en esta interrogante.

Tabla 5: Brindar a los estudiantes capacitaciones constantes sobre intervención en crisis en situaciones de desastre.

Respuesta	Profesionales de otras instituciones		Docentes De Psicología		Estudiantes De Psicología	
	F	%	F	%	F	%
De acuerdo	4	100%	20	100%	10	100%
En desacuerdo	0	0%	0	0%	0	0
Total	4	100%	20	100%	10	100%

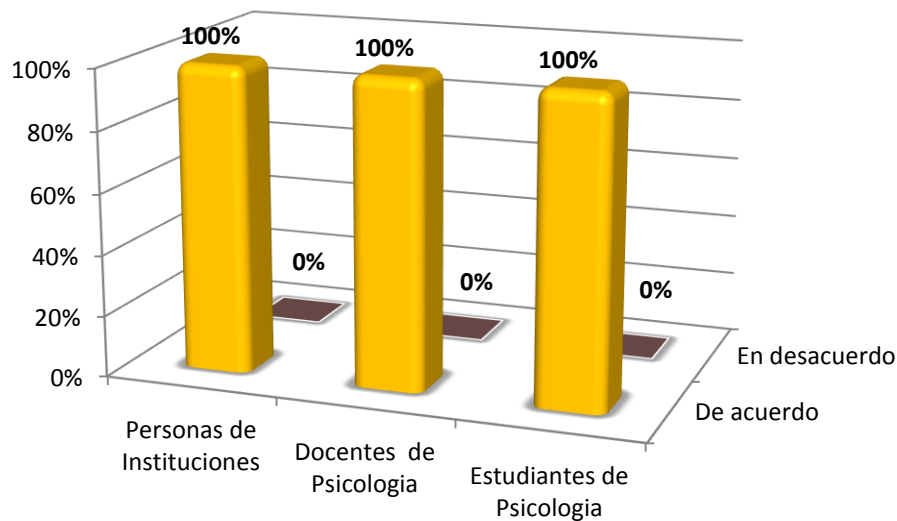


Gráfico 5: Brindar a los estudiantes capacitaciones constantes sobre intervención en crisis en situaciones de desastre.

El total de sujetos entrevistados, es decir, todos los docentes y estudiantes del Departamento de Psicología y profesionales de otras instituciones (Cruz Roja, ASISAM y Protección Civil) aprueban que se capacite a los estudiantes de psicología en intervención en crisis en situaciones de desastre antes de que ocurra el desastre.

Tabla 6: Preparación actual del Departamento para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre.

Respuesta	Profesionales de otras instituciones *		Docentes De Psicología		Estudiantes De Psicología	
	F	%	F	%	F	%
Si está preparado	4	100%	8	40%	2	20%
No está preparado	0	0%	12	60%	8	80%
Total	4	100%	20	100%	10	100%

*A este grupo se les preguntó si el Departamento debería estar capacitado adecuadamente para brindar intervención en crisis en situaciones de desastre.

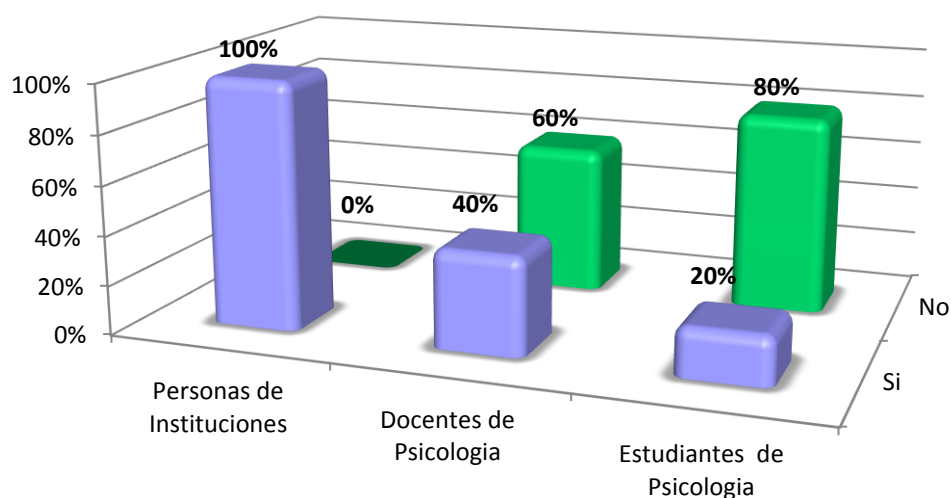


Gráfico 6: Preparación actual del Departamento para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre.

En cuanto a este tema, los profesionales de otras instituciones creen que el Departamento debería estar preparado, sin embargo del deber al ser hay mucho camino, por tanto se les cuestionó sobre la preparación del Departamento respecto al tema a los docentes y estudiantes, y la mayoría de los Docentes consideran que éste no está preparado, mientras que una minoría cree que si está capacitado. De similar forma, la mayoría de estudiantes entrevistados también creen que el Departamento no está preparado y un pequeño porcentaje considera que si lo está.

Tabla 7: Cómo se encuentra preparado el Departamento para dar intervención psicológica en una situación de desastre según Docentes de psicología.

Respuesta	Docentes de psicología	
	F	%
Docentes y estudiantes capacitados	8	40%
Disposición voluntaria	2	10%
Preparación mínima	3	15%
No está preparado	6	30%
No se aborda el tema	1	5%
Total	20	100%

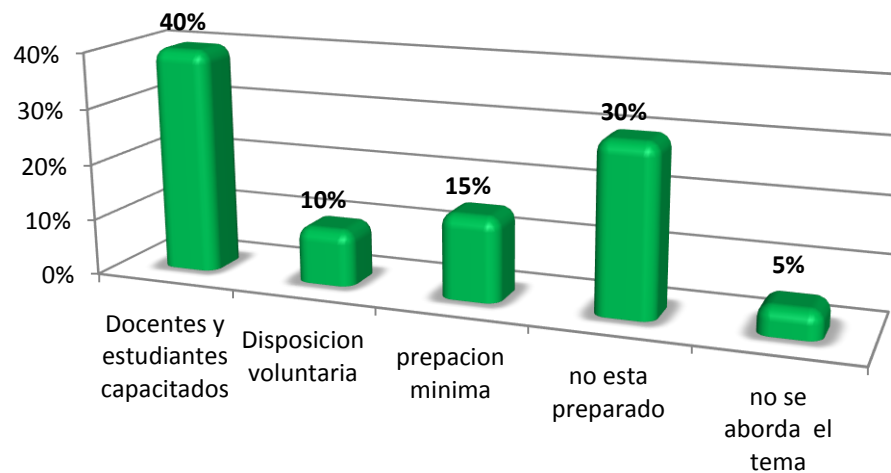


Gráfico7: Cómo se encuentra preparado el Departamento para dar intervención psicológica en una situación de desastre según Docentes de psicología.

El 40% de docentes considera que el Departamento está preparado con docentes y estudiantes capacitados, el 30% cree que no está preparado, en menor porcentaje los docentes consideran que hay disposición y preparación mínima y solamente un docente opina que no se aborda el tema.

Tabla 8: Conocimiento sobre el nivel de preparación del Departamento para dar intervención psicológica en una situación de desastre según Estudiantes de Psicología.

Respuesta	Estudiantes de Psicología	
	F	%
No saben cómo está preparado	10	100%
Total	10	100%

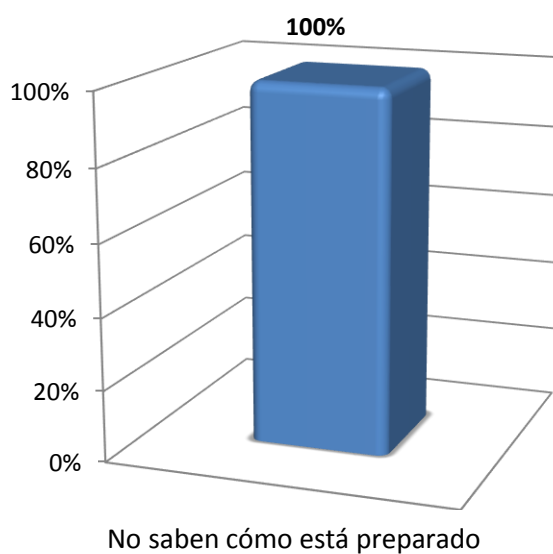


Gráfico 8: Conocimiento sobre el nivel de preparación del Departamento para dar intervención psicológica en una situación de desastre según Estudiantes de Psicología.

Por otro lado, todos los estudiantes entrevistados no conocen de qué forma está preparado el Departamento de Psicología para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre.

Tabla 9: Obstáculos en la intervención en crisis que el Departamento de Psicología ha proporcionado en situaciones de desastre según Estudiantes de Psicología.

Respuesta	Estudiantes de Psicología	
	F	%
No hay tiempo ni recursos	20	20%
No hay manual, tiempo ni recursos	20	20%
No hay manual, recursos ni personas capacitadas	10	10%
Todos	50	50%
Total	100	100%

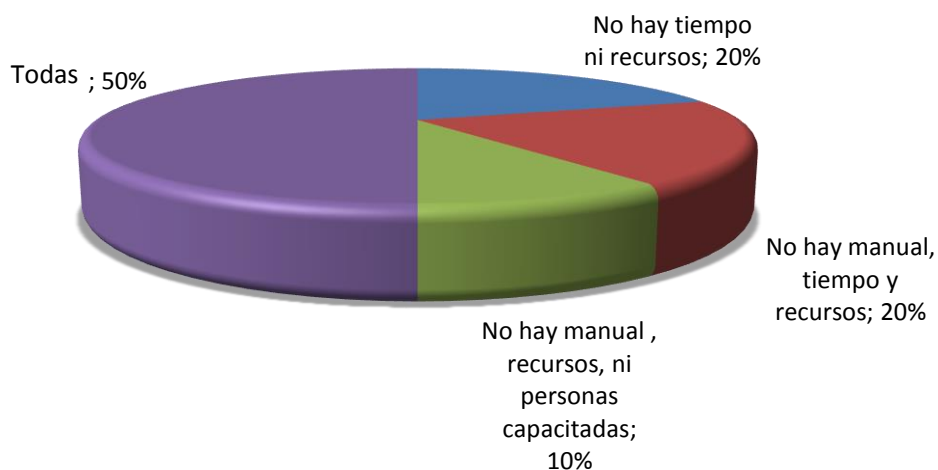


Gráfico 9: Obstáculos en la intervención en crisis que el Departamento de Psicología ha proporcionado en situaciones de desastre según Estudiantes de Psicología.

El 50% de los estudiantes considera que todas las opciones que se les presentaron son obstáculos para que el Departamento brinde una adecuada intervención en crisis en situaciones de desastre, otros consideran que los obstáculos son que no hay tiempo, no hay recursos y que no hay un manual de intervención en crisis ya establecido.

Tabla 10: Obstáculos en la intervención en crisis que el Departamento de Psicología ha proporcionado en situaciones de desastre según Docentes de Psicología.

Respuesta	Docentes de Psicología	
	F	%
Manual, tiempo y recursos	1	5%
Recursos	7	35%
Manual y recursos	3	15%
Condiciones Institucionales	1	5%
Manual de I. en C.	3	15%
Todas	5	25%
Total	20	100%

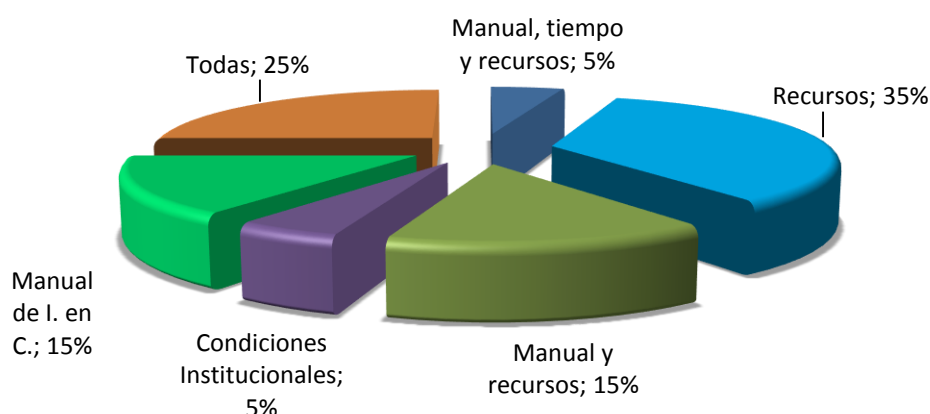


Gráfico 10: Obstáculos en la intervención en crisis que el Departamento de Psicología ha proporcionado en situaciones de desastre según Docentes de Psicología.

En cuanto a las respuestas de los docentes del Departamento, se obtuvo que la mayoría opina que el mayor obstáculo son los recursos, seguidamente otros consideran que son todas las opciones que se les presentaron las que obstaculizan la intervención, en menores cantidades opinaron que solamente necesitan un plan de intervención en crisis y recursos. Es interesante mencionar que uno de los docentes opinó que el mayor obstáculo proviene de situaciones institucionales puesto que el Departamento por sí solo no puede controlar algunos factores que afectan a la intervención en crisis en situaciones de desastre.

Tabla 11: Vacíos del Departamento al proporcionar intervención en crisis en situación de desastre según Estudiantes de Psicología.

Respuesta	Estudiantes de Psicología	
Muchos y difíciles de explicar	2	20%
Poca calidad en la metodología, poco liderazgo	2	20%
Estudiantes no preparados y falta de experiencia	1	10%
Improvisación	2	20%
Mala organización, mala disposición, inadecuado clima organizacional	2	20%
No hay un plan de intervención, no hay capacitación, no hay materiales.	1	10%
Total	10	100%

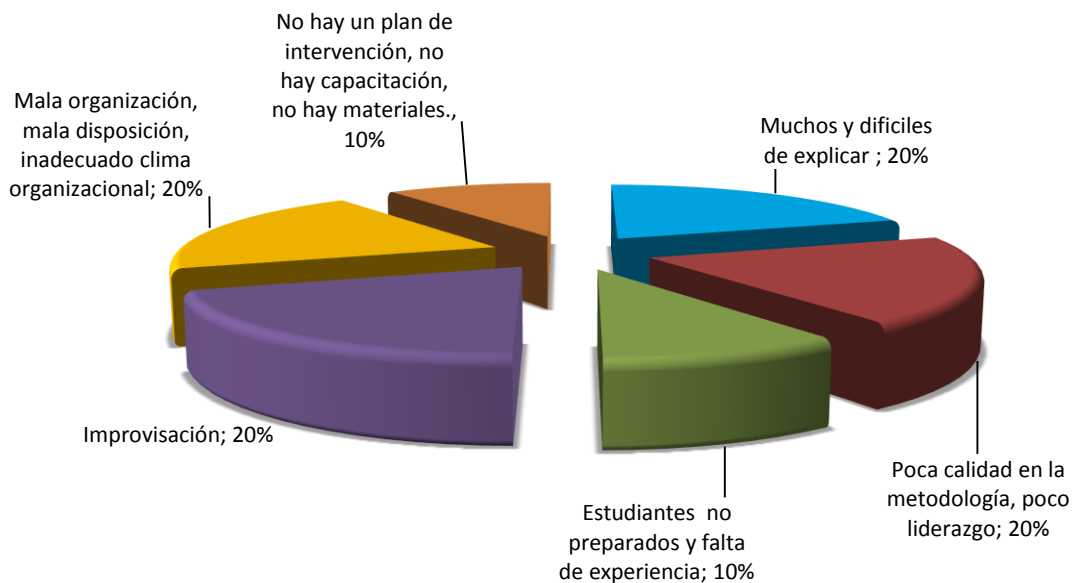


Gráfico 11: Vacíos del Departamento al proporcionar intervención en crisis en situación de desastre según Estudiantes de Psicología.

En cuanto a los vacíos que los estudiantes entrevistados identificaron se obtuvieron respuestas diversas en su mayoría expresando que hay poca calidad en la intervención, ya que suele improvisarse, hay mala organización, mala disposición e inadecuado clima organizacional; en menor porcentaje opinaron que no hay estudiantes preparados y que no hay un plan de intervención en crisis.

Tabla 12: Vacios del Departamento al proporcionar intervención en crisis en situación de desastre según Docentes de psicología.

Respuesta	Docentes de psicología	
	F	%
Falta de organización y coordinación	13	65%
Falta de recursos materiales	7	35%
Total	20	100%

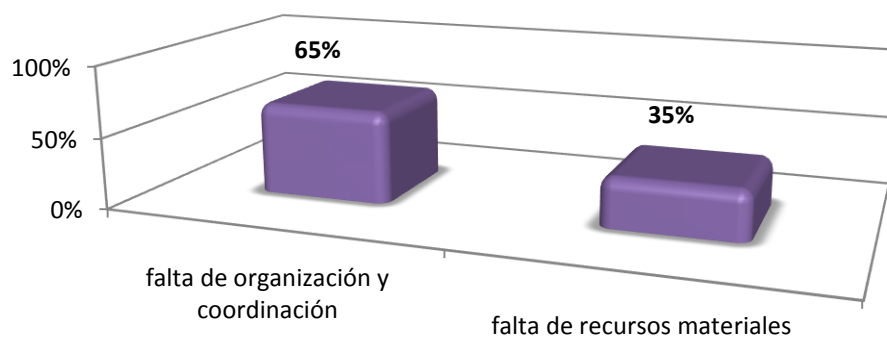


Gráfico 12: Vacios del Departamento al proporcionar intervención en crisis en situación de desastre según Docentes de psicología.

En cuanto a los docentes, el 65% opinó que lo que le hace falta al Departamento es organización y coordinación; mientras que el 35% opinó que se necesitan recursos materiales para la intervención en crisis en situaciones de desastre.

Tabla 13: Áreas psicológicas a abordar en la intervención en crisis en situaciones de desastre según Profesionales de otras instituciones (Desahogo, Afrontamiento, Área emocional, Área cognitiva, Área conductual y Relaciones interpersonales).

Respuesta	Profesionales de otras instituciones	
	F	%
Todas las áreas	4	100%
Total	4	100%

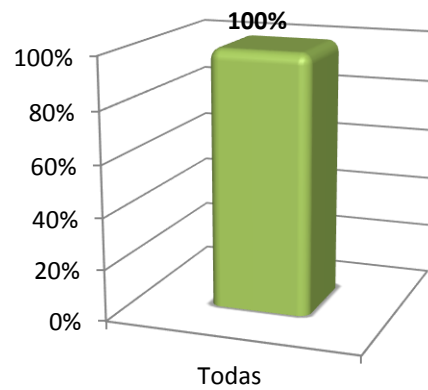


Gráfico 13: Áreas psicológicas a abordar en la intervención en crisis en situaciones de desastre según Profesionales de otras instituciones.

Los profesionales entrevistados de instituciones externas a la UES mencionan que es necesario tratar todas las áreas psicológicas, es decir, el afrontamiento, el desahogo, el área cognitiva, el área emocional, el área conductual y el área de las relaciones interpersonales.

Tabla 14: Áreas psicológicas a abordar en la intervención en crisis en situaciones de desastre según Docentes De Psicología.

Respuesta	Docentes De Psicología	
	F	%
Todas las áreas	12	60%
Depende del tipo de tragedia	1	5%
Depende del diagnóstico	1	5%
Afrontamiento y desahogo	2	10%
Área emocional y cognitiva	1	5%
Área emocional, cognitiva y conductual	1	5%
Desahogo, área conductual y emocional	1	5%
Afrontamiento, desahogo y área emocional	1	5%
Total	20	100%

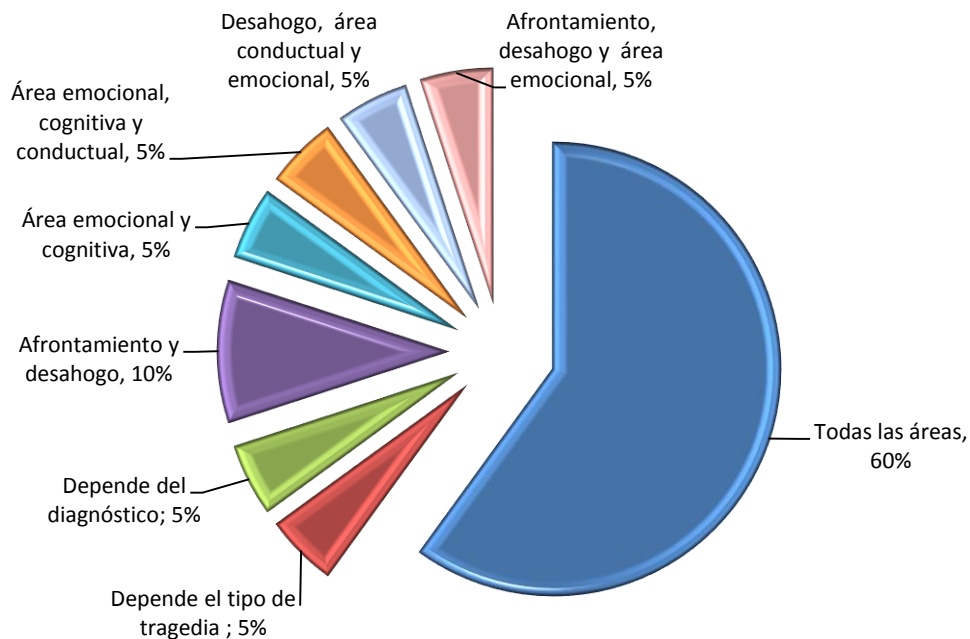


Gráfico 14: Áreas psicológicas a abordar en la intervención en crisis en situaciones de desastre según Docentes De Psicología.

Para la mayoría de los docentes del Departamento de Psicología es necesario que se intervengan todas las áreas psicológicas que se les presentaron en la entrevista, pocos son los que tienen opiniones de que se tienen que trabajar sólo ciertas áreas psicológicas o que se debe tratar según el diagnóstico.

Tabla 15: Áreas psicológicas a abordar en la intervención en crisis en situaciones de desastre según Estudiantes de Psicología.

Respuesta	Estudiantes de Psicología	
	F	%
Todas las áreas.	6	60%
Afrontamiento, desahogo y área emocional.	2	20%
Área cognitiva, emocional y relaciones interpersonales.	1	10%
Desahogo, área emocional y cognitiva.	1	10%
Total	10	100%

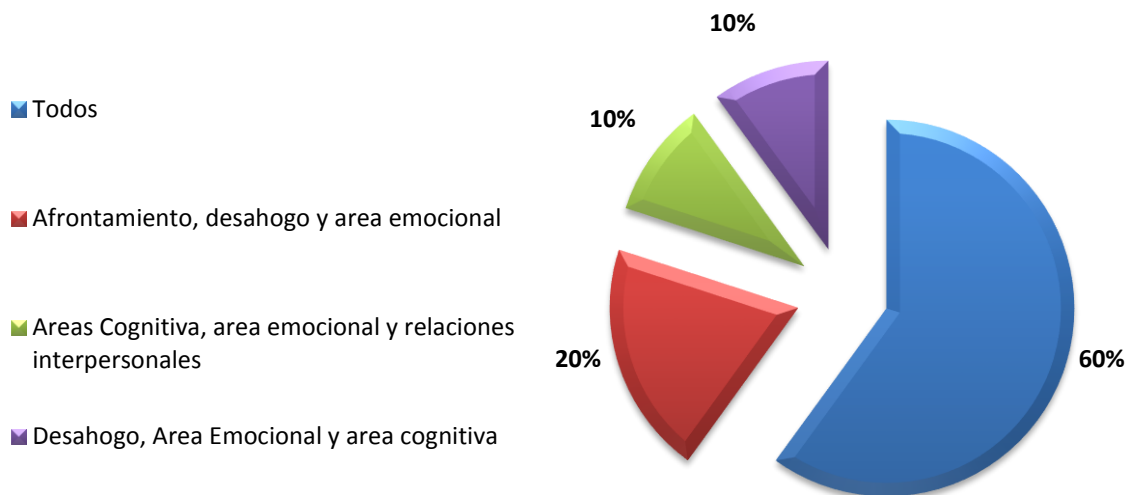


Gráfico 15: Áreas psicológicas a abordar en la intervención en crisis en situaciones de desastre según Estudiantes de Psicología.

En cuanto a los estudiantes de psicología, se tiene que la mayoría consideran que todas las áreas que se les presentaron en la entrevista son importantes en la intervención en crisis, otro pequeño grupo considera que no son importantes todas las áreas sino que sólo se deben de retomar algunas de éstas.

Tabla 16: Áreas a enfatizar en la intervención en crisis en situaciones de desastre según Profesionales de otras instituciones (Desahogo, Afrontamiento, Área emocional, Área cognitiva, Área conductual y Relaciones interpersonales).

Respuesta	Profesionales de otras instituciones	
	F	%
Todas las áreas	1	25%
Dependiendo del diagnóstico	2	50%
Área emocional	1	25%
Total	4	100%

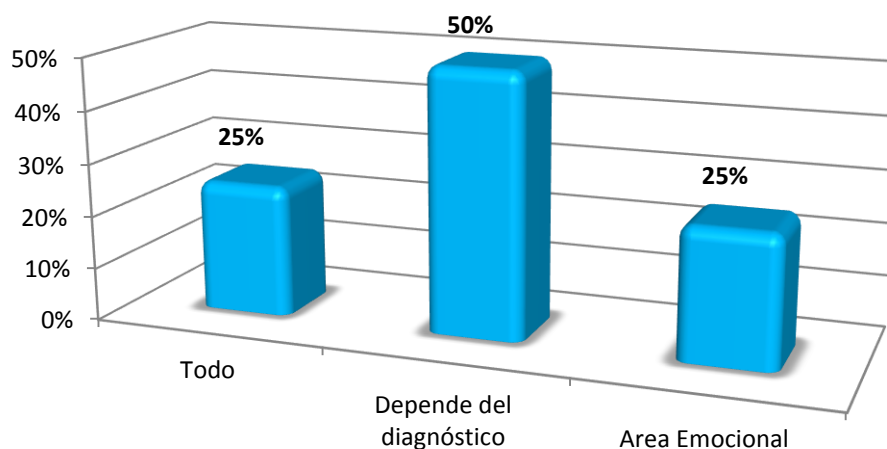


Gráfico 16: Áreas a enfatizar en la intervención en crisis en situaciones de desastre según Profesionales de otras instituciones.

La mayoría de los profesionales de otras instituciones consideran que se deben enfocar las áreas dependiendo del diagnóstico que se les haga en un principio a las personas afectadas, otros consideran que se deben de enfocar todas las áreas por igual y un similar porcentaje cree que debe enfocarse el área emocional.

Tabla 17: Áreas a enfatizar en la intervención en crisis en situaciones de desastre según Docentes De Psicología.

Respuesta	Docentes De Psicología	
	F	%
Desahogo y afrontamiento	3	15%
Área emocional	1	5%
Estrés postrauma	1	5%
Área emocional y cognitiva	2	10%
Área cognitiva, emocional y conductual	1	5%
Depende del tipo de tragedia	4	20%
Todas las áreas	6	30%
No contestó	2	10%
Total	20	100%

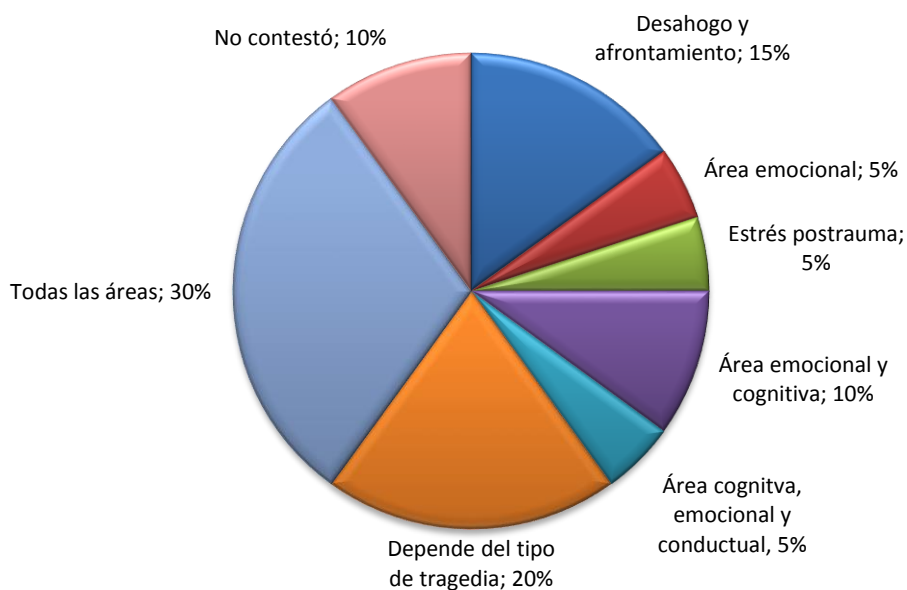


Gráfico 17: Áreas a enfatizar en la intervención en crisis en situaciones de desastre según Docentes De Psicología.

En cuanto a los docentes del Departamento, una tercera parte del grupo total considera que se deben enfocar todas las áreas por igual, en menor cantidad se considera que dependerá del tipo de tragedia que vivan las personas afectadas y en menores cantidades están aquellos que creen que se deben enfocar ciertas áreas, sobretudo el área cognitiva y emocional.

Tabla 18: Áreas a enfatizar en la intervención en crisis en situaciones de desastre según Estudiantes de Psicología.

Respuesta	Estudiantes de Psicología	
	F	%
Área emocional y cognitiva	2	20%
Área cognitiva	1	10%
Área conductual	1	10%
Área emocional	3	30%
Relaciones interpersonales, organización para trabajar	1	10%
desahogo	1	10%
Área cognitiva, emocional, y conductual	1	10%
Total	10	100%

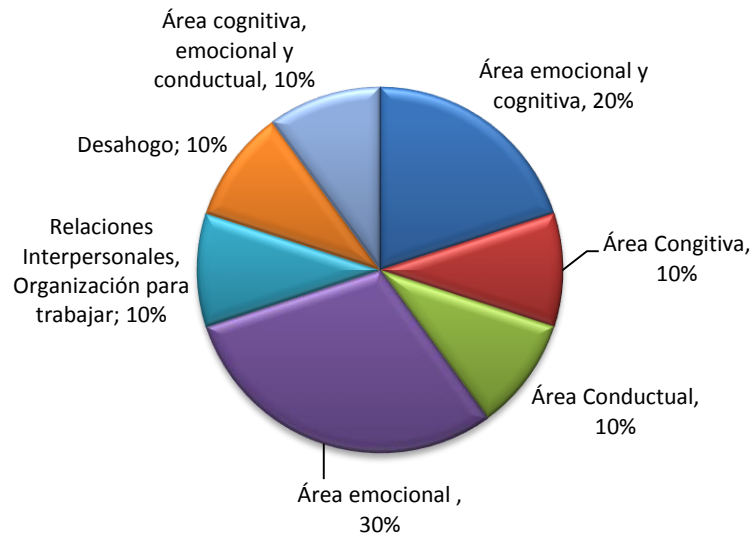


Gráfico 18: Áreas a enfatizar en la intervención en crisis en situaciones de desastre según Estudiantes de Psicología.

En relación al mismo tema, de las áreas que se deben enfocar en la intervención en crisis, los estudiantes en su mayoría consideran que debe enfocarse el área emocional, seguido por aquellos que consideran que debe enfocarse el área emocional y también la cognitiva; mientras que en menores cantidades opinaron que deben de tratarse ciertas áreas de las mencionadas, tal como se muestra en la gráfica.

Tabla 19: Tiempo que se debe esperar para dar una intervención adecuada.

Respuestas	Docentes de Psicología		Profesionales de otras instituciones	
	F	%	F	%
Inmediatamente	5	25%	1	25%
1 semana después	5	25%	0	0%
3 semanas después	0	0%	0	0%
15 días después	1	5%	0	0%
1 mes después	3	15%	1	25%
Más de 3 meses después	0	0%	1	25%
Después de cubrir las necesidades básicas	3	15%	0	0%
3 días después	2	10%	0	0%
Depende de las circunstancias	1	5%	1	25%
Total	20	100%	4	100%

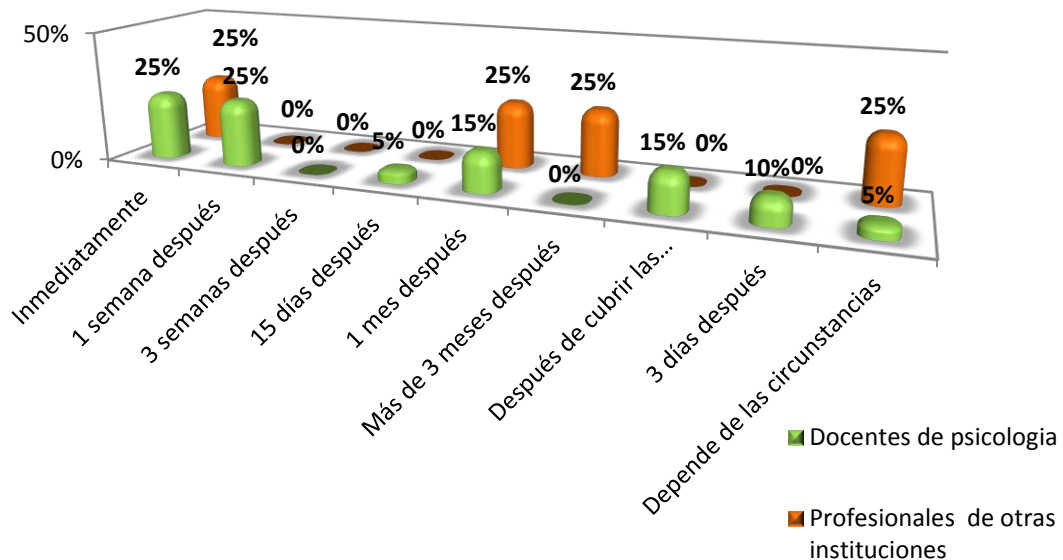


Gráfico 19: Tiempo que se debe esperar para dar una intervención adecuada.

Los resultados en este contexto tuvieron muchas variaciones, entre docentes y profesionales de las otras instituciones. Cada profesional entrevistado de instituciones aparte de la UES tuvo una opinión diferente, desde que la intervención debe ser inmediata hasta que pueden esperarse más de 3 meses o que dependerá de las circunstancias particulares de la situación. La mayoría de docentes, opinó que la intervención debe ser inmediata o una semana después, en menor cantidad opinaron que un mes después del desastre o después de cubrir las necesidades básicas, y otros tuvieron otros puntos de vista.

Tabla 20: Sesiones que puede tener un plan de intervención en crisis en situaciones de desastre según Profesionales de otras instituciones.

Respuesta	Profesionales de otras instituciones	
	F	%
De 6 a 8 sesiones	1	25%
Más de 8 sesiones	1	25%
Indefinido	2	50%
Total	4	100%

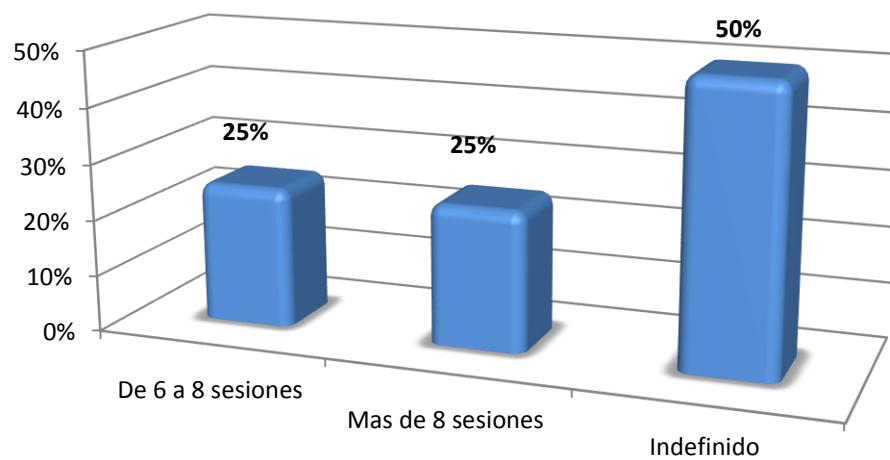


Gráfico 20: Sesiones que puede tener un plan de intervención en crisis en situaciones de desastre

El 50% de profesionales de otras instituciones consideran que no hay un número de sesiones definido para dar la intervención en crisis, sino que hay varios factores que pueden incidir en el tiempo y las sesiones que durará ésta; sin embargo, otros consideran que puede durar de 6 a 8 sesiones o más de 8 sesiones, esto es parte de las experiencias que han vivido en su trabajo en este tipo de situaciones.

Tabla 21: Sesiones que puede tener un plan de intervención en crisis en situaciones de desastre según Docentes De Psicología.

Respuesta	Docentes De Psicología	
	F	%
De 3 a 10 sesiones	7	35%
De 1 a 3 sesiones	1	5%
Depende de cada caso	4	20%
Depende del diagnóstico	2	10%
Número de horas necesario , tiempo que dure la crisis	2	10%
Más de 8 sesiones	2	10%
No contestó	2	10%
Total	20	100%



Gráfico 21: Sesiones que puede tener un plan de intervención en crisis en situaciones de desastre

Un tercio del total de docentes del Departamento está de acuerdo en que la intervención en crisis puede realizarse en un número de sesiones desde 3 a 10, otros comentan que el número de sesiones dependerá del caso particular, y en menores porcentajes están aquellos que consideran que dependerá del diagnóstico o del número de horas necesarias y los que opinan que deben ser más de ocho sesiones las que debe durar la intervención en crisis.

Tabla 22: Duración del tratamiento según Docentes de Psicología.

Respuesta	Docentes de Psicología	
	F	%
De 3 a 5 días	1	5%
1 mes	2	10%
De 2 a 3 meses	4	20%
Más de tres meses	1	5%
Depende de las circunstancias	9	45%
No especificó	1	5%
No contestó	2	10%
Total	20	100%

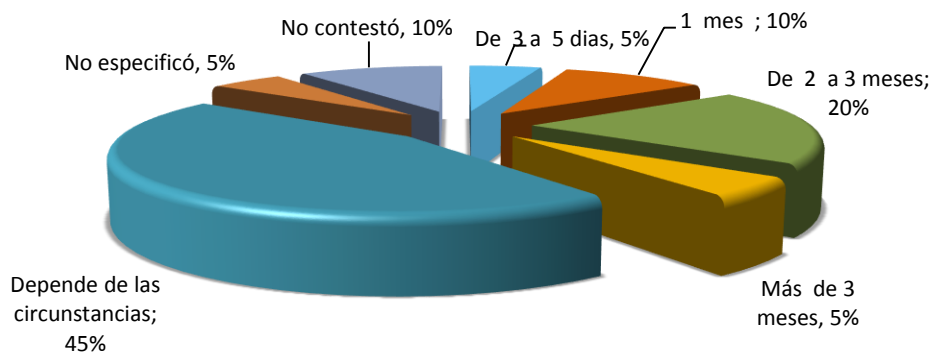


Gráfico 22: Duración del tratamiento según Docentes de Psicología.

El 45% de los docentes considera que el tiempo que puede durar el tratamiento dependerá de las circunstancias del desastre (tipo de emergencia, diagnóstico, tiempo que dure la crisis, necesidad de la víctima de acuerdo al impacto, etc.), el 20% considera que puede durar de 2 a 3 meses, el 10% opinó que puede durar un mes. Otros consideran que puede durar de 3 a 5 días o más de 3 meses. Mientras tanto el 10% no contestó y un 5% no especificó su respuesta.

3.2 ANÁLISIS DE RESULTADOS DE ENTREVISTAS

3.2.1 ANÁLISIS DE RESULTADOS DE ENTREVISTAS A DOCENTES DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

Con el fin de obtener información relacionada con la intervención en crisis en situaciones de desastre en el país y conocer la participación que el Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador ha tenido en estas situaciones se entrevistó a 20 docentes del Departamento de Psicología. Los resultados que se obtuvieron fueron de gran importancia y abundantes en aportes para la realización del manual que se plantea en este trabajo de tesis.

El 90% de docentes coincide en que si conocen manuales de intervención en crisis implementados por el Departamento de Psicología, que fueron aplicados para los terremotos de 1986 y de 2001 y para las tormentas tropicales Stan e Ida; una minoría (10%) reconoce que no conocen un plan de intervención en crisis implementado por el Departamento, ya que no hay un plan específico sino que después de que ocurre el desastre se coordinan y algunos docentes retoman diversas técnicas y actividades de intervención de los planes o manuales de otras instituciones y diseñan una guía para dar intervención en crisis.

En relación a lo anterior un 60% de docentes piensan que el Departamento no está adecuadamente preparado para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre, algunos argumentos que exponen son que no cuentan con herramientas, no hay muchos docentes y estudiantes capacitados (aunque según un docente la mayoría está acreditado como socorrista por la Cruz Roja Internacional), creen que hay falta de interés, iniciativa, organización y recursos económicos; mientras que un 40% opina que el Departamento si está preparado debido a que se han tenido varias experiencias de esa naturaleza y existen profesionales dentro del Departamento muy capacitados en este tema que dominan la teoría y la práctica.

En la misma línea, el 100% de docentes entrevistados considera que es necesario que el Departamento de Psicología tenga un plan de intervención en crisis para implementarlo en situaciones de desastres, de este 100% la cuarta parte considera que debería retomarse la intervención en crisis como una asignatura dentro del plan educativo de la carrera de Psicología.

Los docentes opinan que el Manual podría contener: un instrumento de evaluación a las personas a quienes se atenderá, competencias necesarias del interventor, formación de brigadas, el proceso para hacer las

intervenciones con cada persona (de forma grupal e individual), marco conceptual, manifestaciones producidas por las situaciones de desastre, planificaciones de las actividades que se realizarán (las cuales pueden incluir objetivos, áreas, técnicas, recursos, procedimientos, tiempo de cada actividad), organización comunitaria y autocuidado psicológico para los interventores. Estos elementos serán de gran utilidad en la elaboración del manual de intervención en crisis en situaciones de desastre y ayudarán como una guía para construirlo adecuadamente.

Actualmente el 40% de los docentes entrevistados opinan que el Departamento se encuentra preparado por docentes y estudiantes capacitados, el 10% opina que se cuenta sólo con disposición y respuesta voluntaria, mientras que un 15% cree que está preparado mínimamente, otro 5% opina que el tema no se aborda y un 30% considera que no está preparado y que generalmente improvisan al brindar intervención en crisis en situaciones de desastre. Como se observa los puntos de vista difieren mucho en cuanto a este cuestionamiento.

Siguiendo en la misma línea, el 65% de los docentes entrevistados juzga que lo que le falta al Departamento para brindar una mejor intervención es organización y coordinación, dentro del Departamento mismo y también con el área de Proyección Social y otras dependencias de la Universidad, ya que en las ocasiones en las que se ha proporcionado intervención en crisis en situaciones de desastre, la coordinación ha sido uno de los elementos que ha hecho falta en gran medida para que la intervención se hubiese llevado a cabo de una mejor manera; un 35% considera que lo que más hace falta son los recursos materiales, ya que son de gran importancia para la ejecución de las actividades y sin ellos la disposición e interés de ayudar difícilmente pueden llevarse a la práctica; otras opiniones expresadas por los docentes son que no existe un manual de intervención estructurado, hay poca o nula capacitación para estudiantes, no hay sistematización de las experiencias, faltan brigadas de estudiantes, falta fuerza institucional, falta tiempo, entre otras.

En cuanto a los principales obstáculos que existen dentro del Departamento al brindar intervención en crisis, se obtuvo que un 35% considera que faltan recursos, por otro lado un 25% considera que obstaculizan tanto el no contar con un manual o plan de intervención en crisis, no tener tiempo para intervenir, no tener recursos y que no hay personas capacitadas; mientras que el 15% opina que no se cuenta con un manual de intervención en crisis pero tampoco con los recursos; de igual manera otro 15% coincide en que no existe un manual de intervención en crisis pero tampoco hay personas capacitadas y un bajo porcentaje considera que es una situación institucional (5%) y que lo que falta es un manual de intervención en crisis, faltan recursos y tiempo (5%). Entonces, se puede observar que dentro de todos los factores los más

frecuentemente mencionados por los docentes entrevistados son los recursos (mencionado por el 80% de los docentes) y el manual de intervención en crisis (mencionado por el 60% de los docentes).

En tanto a la cuestión de capacitar a los estudiantes en intervención en crisis, el 100% de los docentes entrevistados opinaron que están de acuerdo en que se capacite a los estudiantes, puesto que con ello se evitarían improvisaciones y se estaría más actualizado en la forma de intervenir, algunos sugirieron que puede ser una capacitación por mes o cada 3 meses (sólo un docente hizo esta sugerencia), puede tomarse una semana de interciclo para realizar la capacitación (sugerido por dos docentes), la cual debe ser constante, o puede realizarse en la semana de la salud mental que se celebra en el mes de octubre de cada año (sugerido por un docente).

Además, algunos sugieren que son los estudiantes de 4º y 5º año quienes deben proporcionar intervención en crisis y los de primeros años pueden colaborar en otras actividades (sugerido por dos docentes), esto a causa de que los estudiantes de los primeros años no se encuentran debidamente preparados y podrían ser un obstáculo para realizar una adecuada intervención.

También consideran que las brigadas deben ser permanentes (sugerido por 5 docentes entrevistados) y los brigadistas deben comprometerse por escrito al cumplir con ciertos requisitos (sugerido por un docente), como ser una persona comprometida socialmente y con la profesión y disponer de tiempo necesario, entre otros. Esta última sugerencia sería muy oportuna de manera que en experiencias anteriores algunos estudiantes se enlistan para participar en las brigadas de intervención pero al momento de visitar la comunidad afectada no se encuentran en disposición, lo cual conlleva a tener menos personas para la intervención y por lo tanto dar cobertura a menos población.

Al respecto de lo anterior, los docentes consideran que la persona que implementa la intervención en crisis debe poseer características como: temperamento fuerte, ecuánime, conocimientos sobre intervención en crisis, voluntad de participación, solidario, capacidad proactiva y propositiva, disponibilidad de tiempo, interés genuino por sus semejantes, estabilidad emocional, empatía, capacidad para escuchar, sencillez, accesibilidad con la gente, humildad, discernimiento emocional (que pueda procesar sus emociones para que pueda ayudar a que los demás lo hagan), capacidad de expresión, autocontrol, capaz de adaptarse a situaciones adversas, creativo, con iniciativa, habilidad para improvisar planificadamente, responsable, crítico, habilidades en las relaciones humanas, que no sea conflictivo, cooperador y capaz de trabajar en

grupos coordinados, autoreflexivo, autosuficiente e independiente, facilidades en el manejo de grupo, entre otros.

Según el 60% de los docentes entrevistados, durante la intervención en crisis en situaciones de desastre se deben de tratar las áreas emocional, cognitiva, conductual, el desahogo, el afrontamiento y las relaciones interpersonales; un 10% considera que es necesario tratar solamente afrontamiento y desahogo; otros tienen opiniones muy diferentes en cuanto a la combinación de áreas a tratar en la intervención en crisis, un 5% consideró que debe de tratarse la crisis dependiendo del tipo de tragedia; otro 5% expresa que depende del tipo de diagnóstico; de igual manera otro 5% opina que debe tratarse el área emocional y cognitiva (considerando también que dentro del área emocional se trata el desahogo y dentro del área cognitiva se trata el afrontamiento); otro 5% piensa que se debe tratar nada más las áreas cognitiva, conductual y emocional; igual porcentaje(5%) considera que debe tratarse el desahogo, área conductual y emocional; y finalmente, con el mismo porcentaje también, considera que debe tratarse el afrontamiento, el desahogo y el área emocional.

En cuanto a esto, las opiniones de los docentes se encuentran divididas al cuestionarles qué áreas deben enfocarse en la intervención en crisis en situaciones de desastre, el mayor porcentaje (30%) se obtuvo en que deben enfocarse todas las áreas (afrontamiento, desahogo, área cognitiva, área conductual, área emocional, relaciones interpersonales), un 20% opina que se deben de enfocar las áreas dependiendo del tipo de tragedia o del momento de la crisis que atraviesen las personas a la hora de intervenir; un 15% opina que puede enfocarse en el desahogo y el afrontamiento; mientras que un 10% considera que debe enfocarse en el área emocional y cognitiva; un 5% expresa que debe enfocarse solamente el área emocional; otro 5% opina debe enfocarse el área cognitiva, conductual y emocional; igual porcentaje (5%) considera que debe enfocarse en el estrés postraumático. Finalmente, cabe señalar que un 10% no contestó a esta pregunta.

Las opiniones en la cuestión anterior fueron muy diferentes, pero da una guía de que finalmente todas las áreas son importantes y más importante es ayudarles a las personas en los efectos psicológicos que sufren tras el desastre.

De acuerdo a los “efectos psicológicos que surgen en las crisis en situaciones de desastre” los cuales se les presentaron en la entrevista, la mayoría de docentes (80%) consideran que deberían retomarse todos o algunos de ellos durante la intervención en crisis en situaciones de desastre, los cuales se encuentran en las

categorías cognitiva, emocional y conductual, como ansiedad, temor, agresividad, llanto, ideas irracionales, etc. Un 10% afirmó que dependerá del tipo de sujeto a quien se intervenga, un 5% considera que dependerá del tipo de tragedia y otro 5% cree que dependerá del diagnóstico. Sin embargo, según la literatura muchos de los efectos son bastante generales a los diferentes tipos de tragedias que ocurren, aunque si puede cambiar el diagnóstico ya que cada persona es única y por ende cada comunidad también. Por lo tanto, las personas que apliquen el tratamiento que se plantea en esta tesis pueden retomar las actividades que contrarresten los efectos que más frecuentes que se presenten en las víctimas de desastres de la comunidad que se intervenga.

Al cuestionar cuántas sesiones debería tener un plan de intervención en crisis en situación de desastre los docentes tuvieron criterios muy distintos, sin embargo la mayoría (35%) opinó que tendría que durar entre 3 y 10 sesiones, un 20% dijo que esto dependería del caso que se tratase, un 10% considera que dependerá del diagnóstico, de igual manera otros consideran que dependerá del tiempo que dure la crisis (10%), mientras que otros docentes creen que debería durar más de 8 sesiones o de 1 a 3 sesiones (10% y 5% respectivamente). Pese a esto, un 10% no contestó a la pregunta.

Respecto al cuestionamiento anterior, también se pidió el criterio de los docentes acerca del tiempo que debe durar el tratamiento, la mayoría (45%) opina que depende de ciertas circunstancias como el tipo de emergencia, el diagnóstico, el tiempo que dure la crisis y la necesidad de la víctima de acuerdo al impacto del desastre; mientras que el 20% dijo que podría durar de 2 a 3 meses, un 10% cree que 1 mes es apropiado para intervenir, un 5% considera que podría durar más de 3 meses y de igual manera otro 5% considera que puede durar de 3 a 5 días (sin especificar detalles acerca del periodo de separación de cada día). Por otra parte, un 10% no contestó a la pregunta y un 5% no especificó el tiempo que puede durar la intervención. De cualquier manera, el tiempo que dure la intervención estará atado a elementos externos que estén, de una u otra manera, relacionados a ésta.

En cuanto al tiempo que hay que esperar para intervenir a las personas afectadas por una situación de desastre la mayoría de docentes comentó que debiese ser inmediatamente o una semana después (con 25% cada una), mientras que otros creen que debe intervenir después que los afectados tengan cubiertas sus necesidades básicas o un mes después (con 15% cada uno), un pequeño grupo (10%) considera que puede intervenir 3 días después del desastre y, finalmente, la minoría considera que puede intervenir 15 días después del desastre (5%) o dependiendo de las circunstancias (5%).

A pesar de cada respuesta, es importante tomar en cuenta las características propias del desastre, la capacidad del Departamento para responder oportunamente y los recursos que sean necesarios, entre otros elementos importantes que surjan durante la situación de desastre.

Finalmente, los docentes hicieron muchas recomendaciones muy importantes las cuales se retomarán en la medida que estén al alcance, como tomar en cuenta la experiencia de todas las organizaciones que han intervenido en estos desastres sociales ya que cada uno tiene diferencias específicas, incluyendo también a los docentes y estudiantes del Departamento de Psicología; tener listo el material a utilizar en la intervención (gafetes, crayolas, lápices, etc.); explorar las necesidades de las personas que se van a atender; que se retomen en el tratamiento áreas de recreación, de distensión, áreas que les permitan sonreír a las personas en su dolor, que el interventor se reúna con la familia para ayudarles a la crisis a los grupos familiares y que construyan su proyecto de vida como familia.

Otras recomendaciones que los docentes propusieron es que el plan de intervención en crisis para situaciones de desastre sea realista a las condiciones del Departamento, en cuanto a la cantidad que podría cubrirse, a cuántas personas se podría capacitar, al tipo de desastres y a las características de la población; también que se especifique la logística y el recurso económico en el plan y que se logre un financiamiento; que contenga planes de trabajo claros en la metodología y metas alcanzables; que en el tratamiento se tome en cuenta orientar a las personas que viven el desastre a “labores de gestión” para que logren independencia e iniciativa en la satisfacción de sus necesidades; además se recomienda gestionar por las autoridades la aprobación a la reforma del plan de estudio, el cual ya se realizó, para la aprobación de la asignatura de Psicología del Desastre.

En conclusión, los docentes del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador están de acuerdo en que se elabore un Manual de intervención en crisis para el uso del Departamento, que se capacite a los estudiantes frecuentemente y se tenga mayor organización en el Departamento en cuanto a la intervención en crisis. De esta manera se irá teniendo poco a poco los recursos necesarios para que se brinde una intervención con mayor calidad y con más alcance hacia la población salvadoreña.

3.2.2 ANÁLISIS DE RESULTADOS DE ENTREVISTAS A ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR QUE HAN PARTICIPADO EN INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRE

De la misma manera que se tomó en cuenta a los docentes del Departamento de Psicología también se tomó a bien involucrar en esta investigación a los estudiantes del Departamento de Psicología que han participado en intervención en crisis en situaciones de desastre en el país, para lo cual se tomó una muestra de 10 estudiantes, de distintas edades y distinto sexo, de los niveles de segundo a cuarto año y egresados, el único requisito es que hubiesen participado en al menos una intervención en crisis en situaciones de desastre en el país.

La opinión de los estudiantes es de gran importancia para esta investigación ya que de esta manera se pueden conocer sus puntos de vista o criterios, los cuales abonarán al diagnóstico grandes aportes que serán a su vez combinados con los aportes de los demás sujetos que participaron en esta investigación.

Los datos arrojados por las entrevistas indican que el 60% de estudiantes entrevistados sí conocen un plan de intervención en crisis que haya sido implementado por el Departamento de Psicología, pero opinan que sólo se les dieron capacitaciones para asistir al lugar del desastre a dar intervención en crisis, entregándoles un documento para guiarse cuando fueran a dar la intervención psicológica a las personas afectadas por el huracán Ida, comentan que en dicho documento se planteaban aspectos generales y específicos para la intervención en crisis y que solamente contenía una planificación de intervención individual y una de intervención grupal. Los estudiantes remarcaron el hecho de que estas capacitaciones y documentos se hicieron de manera espontánea y situacional. Por otra parte, el 40% dijo no conocer un plan de intervención implementado por el Departamento.

En relación a lo anterior, el 60% de estudiantes entrevistados consideran que las formas en cómo el Departamento ha intervenido en situaciones de desastre no ha ayudado a disminuir o eliminar los efectos psicológicos de éstas, ellos opinan que sólo se hace una *“intervención paliativa, improvisada y de corto tiempo”*, lo cual también se ve afectada por el hecho de que no se les capacita adecuadamente a los estudiantes y que finalmente no logran saber si su intervención ha tenido algún efecto porque no hay un seguimiento al respecto. Sin embargo, el 40% de estudiantes entrevistados opina que si se ha logrado un buen resultado de las intervenciones en crisis en situaciones de desastre realizadas en el Departamento, puesto que ellos recibieron los agradecimientos de las personas afectadas que intervinieron ya que lograron hacer catarsis durante la intervención.

Este último punto es importante, puesto que los estudiantes consideran necesarias la formación de brigadas capacitadas porque lo que han llegado hacer posiblemente no les ayuda realmente a las necesidades psicológicas de las personas, aunque con el hecho de escuchar se ayuda un poco pero no lo suficientes comentan que sería mejor tener algo específico qué hacer para disminuir las problemáticas que presentan las personas después de un desastre.

Con respecto a la necesidad de elaborar un manual o plan de intervención en crisis en situaciones de desastre para el Departamento de Psicología, el 100% de los estudiantes entrevistados estuvieron de acuerdo en que se elabore un plan para evitar improvisaciones puesto que por la falta de este plan es probable que no se haya dado una adecuada intervención en crisis en situaciones de desastre.

Según estudiantes entrevistados, el Manual debería de contener aspectos que ayuden a la comunidad a largo plazo y no sólo en el momento, así como también diversidad de técnicas que se puedan adecuar a diversas situaciones, debe ser metodológico y logístico, debe ser presentado a todo el Departamento, que se pueda aplicar en forma individual y grupal, debe tener una buena organización y sustento teórico.

Así mismo el 100% de los estudiantes creen que hay que capacitar al personal y estuvieron de acuerdo con que se capacite periódicamente a todo el personal que asistirá a dar la intervención ya que en nuestro país puede suceder un desastre en cualquier momento y estando preparados se brinda un mejor servicio y de buena calidad.

Otro aspecto importante que el 100% de estudiantes entrevistados no conocen cómo está preparado el Departamento para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre, sin embargo el 80% de estudiantes consideran que esta instancia no está preparada ni capacitada adecuadamente para dar intervención en crisis, creen que “se hace lo que se puede”, mientras un 20% opina que el Departamento si se encuentra preparado para dar intervención en crisis. Los estudiantes que opinan que no está preparado creen que esto se debe a que no se tienen los recursos necesarios, no existe el suficiente apoyo de parte de las autoridades de la Universidad, muchos docentes que no tienen el verdadero compromiso de colaborar, opinan que entre ellos existen diferencias ya que cada quien tiene su propio criterio lo cual dificulta la coordinación de las actividades durante la intervención, y no hay un plan de intervención en crisis en el cual apoyarse.

Por otra parte, también mencionan que la responsabilidad de proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre no debe ser otorgada a cualquier persona, por lo tanto dan a conocer las cualidades que debe tener la persona que proporcione la intervención en crisis, a saber: empatía, responsabilidad, ética, autocontrol, capacidad de escuchar, respeto hacia las demás personas, manejo de técnicas apropiadas, estar capacitados, tener buenas relaciones interpersonales, habilidad de poner en práctica los conocimientos, habilidades de comunicación, espontaneidad, seguridad, entre otras.

Todo esto demuestra que en el Departamento existen varios vacíos: el 20% de los estudiantes mencionó que eran muchos y difíciles de explicar, otro 20% opinó que había poca calidad metodológica y poco liderazgo, un 10% dijo que no están preparados, hay poco conocimiento práctico y falta de experiencia, mientras que otro 20% mencionó que hay improvisación por parte de los docentes a la hora de dar la capacitación para la intervención, otro 20% mencionó que hay mala organización, mala disposición e inadecuado clima organizacional, y el último 10% mencionó que no hay un plan de intervención, no hay capacitación y no hay materiales, esto implica que no existe una cultura de prevención.

Además los estudiantes entrevistados mencionan que a la hora de dar la intervención en crisis se presentan diferentes obstáculos, un 20% considera que no hay tiempo ni recursos, otro 20% cree que no hay manual, tiempo ni recursos, un 10% opina que no hay manual, recursos ni personas capacitadas y un 50% considera que todos los anteriores hacen falta para proporcionar una adecuada intervención, es decir, que consideran que no existe un manual que sirva de guía, no hay personal capacitado, no hay tiempo para intervenir, no hay recursos y son pocos los docentes que se disponen para colaborar.

Tomando en cuenta las intervenciones que se han dado anteriormente se pueden detectar diferentes áreas que se cree que son importantes para poder abordar en la intervención en crisis en situaciones de desastre y así poder dar un buen tratamiento, de estas áreas los estudiantes expresaron: un 20% expresó que las principales áreas a abordar son la emocional y la cognitiva, un 10% mencionó que el área que más importa es el área cognitiva, mientras que otro 10% opinó que es el área conductual, no obstante un 30% opina que el área emocional es el área más importante para trabajar después de una situación de desastre y el último 30% se dividió, 10% para relaciones interpersonales, otro 10% mencionó que el desahogo era importante trabajarlo y el 10% final dijo que se tiene que abordar el área cognitiva, emocional y conductual.

Los estudiantes entrevistados mencionaron que dentro de estas áreas unas son más importantes que otras, y un 10% opinó que se debe dar énfasis al desahogo, área emocional y cognitiva, otro 10% opina que es

necesario enfatizar el área cognitiva, emocional y relaciones interpersonales, un 20% mencionó que se debe dar énfasis al afrontamiento, desahogo y área emocional; mientras que el 60% concluyó con que todas estas áreas son importantes de enfatizar para poder dar una buena intervención en crisis en situación de desastre.

Para mejorar todas estas áreas y elaborar un buen plan de intervención se dan las siguientes recomendaciones por parte de los estudiantes del Departamento de Psicología: que el plan contenga aspectos en materia de organización y logística, capacitar a la gente para dar una buena intervención, que se tome en cuenta las características reales de la población a intervenir, que las técnicas a utilizar surtan efectos efectivos y eficaces, realizarlo bajo una visión objetiva y apegada a la realidad y cultura salvadoreña, que tenga diversidad de técnicas apropiadas para trabajar en poco tiempo y que den resultados, que sea breve y fácil de comprender y aplicar, que los docentes y estudiantes deben hacer tiempo para poder aplicarlo y así poder obtener resultados positivos, y además mencionan que sería muy bueno que la población a intervenir quede satisfecha.

Por estas razones, a partir de lo expuesto por los estudiantes del Departamento de Psicología, es necesario que se diseñe un Manual de intervención en crisis de primera y segunda instancia para evitar todos los inconvenientes antes mencionados y se pueda dar intervención en crisis en situaciones de desastre de manera adecuada.

3.2.3 ANÁLISIS DE RESULTADOS DE ENTREVISTAS A PROFESIONALES DE CRUZ ROJA DE EL SALVADOR, ASOCIACIÓN DE CAPACITACIÓN E INVESTIGACIÓN PARA LA SALUD MENTAL (ACISAM) Y DIRECCIÓN GENERAL DE PROTECCIÓN CIVIL.

El punto de vista de las instituciones que trabajan con la intervención en crisis en situaciones de desastres es muy importante en la formación de esta tesis. Por lo cual, se entrevistó a cuatro profesionales que de una u otra manera han trabajado con las crisis en situaciones de desastre. De ellos, tres desconocen si el Departamento de Psicología ha implementado planes de intervención en crisis en situaciones de desastre, solamente el profesional que trabaja en Cruz Roja aseguró que se trabajó en colaboración con la Universidad de El Salvador en los terremotos de 2001, todos ellos desconocen el alcance que ha tenido el Departamento en cuanto a la disminución de efectos psicológicos de las crisis durante sus intervenciones.

Además el total de profesionales coinciden en que el Departamento debe tener un manual o plan de intervención en crisis pero también debe realizar esfuerzos para que no sea algo esporádico sino algo permanente, realizando capacitaciones continuas e incluir la “intervención en crisis” como una materia dentro del plan de estudio de la carrera de Psicología, lo cual permitiría que los estudiantes se encuentren mejor preparados para cualquier situación de desastre.

Según los profesionales el Manual de intervención en crisis debería contener, en primer lugar, un proceso de acompañamiento, el cual consiste en un acercamiento con las personas sin proporcionar intervención psicológica directa sino cumpliendo un papel de ayuda y colaboración, lo cual permite conocerlos mejor y tener un adecuado rapport, se sugiere que este proceso podría llevarse a cabo en 15 días. En el proceso de acompañamiento también se puede empezar a formar un diagnóstico de necesidades de las personas, de manera tacita en el diario vivir con ellas. Además tiene que enfocarse posteriormente el concepto de desastre y enfocarse también en el área social comunitaria, tratando de contemplar que las personas deben cubrir sus necesidades básicas para después empezar a cubrir las demás necesidades tal como las necesidades psicológicas. Uno de los profesionales también recomendó realizar un análisis de riesgos que permita descubrir las causas, amenazas, daños y consecuencias que ha implicado el desastre, el análisis de riesgos es parecido a la detención de necesidades pero más amplio.

De acuerdo a los profesionales, dentro de las características que debe tener la persona que implementa intervención en crisis están: compromiso pro social, poseer conocimientos sobre la crisis, el manejo y transformación de conflictos, poseer espíritu de trabajo en equipo, tener capacidad de escucha activa, ser empático, tener estabilidad emocional, tener apertura hacia nuevos conocimientos, ser analítico y tener capacidad de organización.

Las áreas psicológicas que deben ser abordadas según el total de profesionales son: el afrontamiento, el desahogo, el área cognitiva, el área conductual, el área emocional y el área de relaciones interpersonales, las cuales deben ser abordadas según el diagnóstico que se realice con anterioridad o sino como un “enfoque macro” que permita abarcar todas las áreas. Sin embargo, unos consideran que es importante destacar la intervención en el desahogo emocional de los afectados, lo cual se debe hacer a partir de la primera visita.

En cuanto a los efectos que se tiene que tomar en cuenta en la intervención coinciden en que deben ser: tristeza, miedo, enojo, ansiedad, baja autoestima, culpa, impulsividad, ideas irracionales, dificultad para

decidir, pensamiento suicida, desconcentración, preocupación, llanto, conducta errática, vigilancia extrema, inquietud, agresividad y conflictos en las relaciones. No obstante, uno de los profesionales menciona que debe enfocarse según el diagnóstico que se elabore al iniciar el contacto con las personas de la comunidad, ya que dependiendo de las necesidades psicológicas que se presenten se debe enfocar la intervención.

Por otra parte todos difieren en el tiempo que hay que esperar para dar intervención en crisis después del desastre, las consideraciones son que debe hacerse inmediatamente o después de un mes y dos de los profesionales creen que se debe actuar dependiendo el tipo de desastre, de población afectada y de acuerdo a la organización de las comunidades.

Finalmente es necesario mencionar que los profesionales entrevistados recomiendan que se revisen planes de intervención en crisis anteriores, sobre todo aquellos elaborados en países afectados, realizar un análisis del contexto social para que el manual de intervención sea adecuado al contexto salvadoreño, realizar análisis de riesgos en las comunidades que se visiten en un futuro para la implementación del manual, además algo muy importante que los profesionales recomiendan es que se busque fortalecer a las personas, es decir no aliviarles un momento sino enseñarles las herramientas propicias para que por sí mismos puedan resolver posteriormente otros conflictos emocionales y tengan mejores respuestas ante las crisis.

CAPÍTULO 4. DIAGNÓSTICO DE LA INVESTIGACIÓN

El presente diagnóstico está elaborado a partir del análisis de los resultados de las entrevistas realizadas a profesionales pertenecientes de Cruz Roja de El Salvador, Asociación de Capacitación e Investigación para la Salud Mental (ACISAM), Dirección General de Protección Civil, Docentes del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador y estudiantes del Departamento de Psicología de la misma institución que participaron en Intervención en Crisis en Situaciones de Desastres.

El objetivo de este diagnóstico es la *creación de un Manual Intervención en Crisis en Situaciones de Desastres para el Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador*, para lo cual fue necesario contar con la opinión de personas expertas de otras instituciones que han tenido experiencias en brindar intervención en crisis o en elaborar o ejecutar un Manual de Intervención en Crisis en Situaciones de Desastres, también se hizo necesario contar con la experiencia y conocimiento de los Docentes y Estudiantes del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador, quienes abonaran su criterio el respecto del tema de investigación.

De los resultados se obtuvo que el 75% de los profesionales de instituciones externas a la Universidad de El Salvador y el 40% de los estudiantes de la Universidad de El Salvador del Departamento de Psicología expresaron que no conocen un plan de Intervención en Crisis en Situaciones de Desastres determinado o ya establecido propio del Departamento de Psicología, el cual se utilice para brindar Intervención en Crisis en Situaciones de Desastre (ver gráfico 1, Pág. 36), una expresión destacable de los entrevistados es que *“existe improvisación en la realización de actividades para brindar atención en Intervención en Crisis en Situaciones de Desastres”*, además se encuentran deficientes *“la parte de la administración, metodología adecuada, falta de capacitaciones, disposición de docentes y estudiantes”* en fin, destacan la no existencia de un plan por medio del cual se pueda regir la Intervención en Crisis en Situaciones de Desastres.

Por el contrario el 90% de los docentes y el 60% de alumnos expusieron que *“sí existe un manual de Intervención en Crisis en Situaciones de Desastres”* y que se ha aplicado en diferentes desastres como terremotos, tormentas tropicales y huracanes, pero dicho manual *“no es específico, no es un documento físico elaborado y evaluado profesionalmente”* sino que *“a la hora de cubrir un desastre algunos docentes toman diversas técnicas y actividades”* para regir y diseñar una guía para brindar Intervención en Crisis en Situaciones de Desastres (ver gráfico 1, Pág. 36).

En cuanto a la preparación que posee el Departamento para brindar intervención en crisis en situaciones de desastre, el 100% de los profesionales entrevistados de instituciones externas a la Universidad comentan que el Departamento si *debería* estar preparado para brindar intervención en crisis en situaciones de desastre puesto que es una institución pública que forma profesionales los cuales deben prestar en algún momento un servicio a la comunidad, sin embargo se puede observar que la realidad del Departamento es otra a la que se esperaría que fuera, puesto que el 60% de docentes y el 80% de estudiantes del Departamento de Psicología, consideran que *el Departamento no está adecuadamente preparado para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre*, los docentes consideran que esto se debe a que no se cuentan con herramientas de trabajo, no hay muchos docentes y estudiantes capacitados, lo cual genera improvisación; hace falta mucha iniciativa e interés, es necesario tener mayor organización y contar con mayores recursos económicos (ver gráfico 6, Pág. 43; ver gráfico 7, Pág. 44), estas opiniones de docentes son apoyadas por estudiantes de Psicología ya que ellos a partir de experiencias obtenidas en la participación a intervenciones en crisis en situaciones de desastre han podido observar algunos de los aspectos expuestos por los docentes, sin embargo todos los estudiantes entrevistados comentan no conocer en realidad como se encuentra preparado el Departamento de Psicología (ver gráfico 8, Pág. 45).

En relación a la forma de cómo se ayuda cuando se da intervención en crisis por parte del Departamento, el 75% de profesionales de instituciones externas a la Universidad (Cruz Roja de El Salvador, ACISAM y Dirección General de Protección Civil) expresaron que no conocen realmente si la forma de dar intervención en crisis en el Departamento ayuda a disminuir o eliminar los efectos que causan los desastres, mientras que el 25% considera que si han ayudado las intervenciones proporcionadas por el Departamento (ver gráfico 2, Pág. 38).

En esta misma línea 60% de los estudiantes entrevistados opinaron que la intervención brindada no ayuda a disminuir o eliminar los efectos secundarios de ésta, ya que sólo se hace una intervención en crisis "*paliativa e improvisada*" "*de corto tiempo*" lo cual lleva como consecuencia brindar una intervención en crisis de poca calidad y baja metodología. Por el contrario el 70% de docentes expresan que la intervención en crisis que proporciona el Departamento si ayuda a la a disminuir o eliminar efectos psicológicos, ya que la gente puede lograr hacer catarsis y hacer efectivo el desahogo de sus sentimientos o emociones (ver gráfico 2, Pág. 38).

Entre los obstáculos primordiales que se conciben en el Departamento de Psicología para brindar intervención en crisis se obtuvo que, el 35% de los docentes consideran sobre todo que no existen los

recursos económicos y materiales necesarios para brindar la intervención y además el 15% piensa que tampoco existe un *Manual de intervención en crisis* para el Departamento (ver gráfico 10, Pág. 47); mientras que el 50% de los estudiantes consideran, en su mayoría, que no existen recursos, tiempo, docentes y estudiantes capacitados, ni un manual de intervención en crisis (ver gráfico 9, Pág. 46). Ambos grupos difieren un poco en sus criterios pero finalmente expresan sus necesidades, lo cual denota sobre todo la falta de *recursos económicos, recursos materiales y la falta de un manual de intervención en crisis para el Departamento* y la respectiva capacitación sobre este *manual*.

También se investigó sobre los principales vacíos que observan estudiantes y docentes del Departamento en cuanto a la intervención en crisis en situaciones de desastre, en lo cual se obtuvo que 65% de docentes consideran que lo que le hace falta al Departamento es *“organización y coordinación en los procesos metodológicos”*, puesto que debido a que hasta momentos después del desastre se empiezan a tomar acciones encaminadas a la intervención no se logra una coordinación de éstas, ya que no es una actividad que involucre solamente al Departamento sino que también involucra a otras dependencias de la Universidad para coordinación de transporte, ubicación a las comunidades afectadas, entre otras (ver gráfico 12, Pág. 49).

Además se ve como un vacío por el 35% de los docentes, la *“falta de recursos materiales”*, la cual no es considerada por la mayoría de estudiantes, sino que un 20% de éstos se inclinan también hacia la *“falta de organización y de disposición”* lo cual consideran que genera improvisación, además consideran que *“las metodologías que se utilizan son de poca calidad y no hay un adecuado clima organizacional”* puesto que observan que los docentes no coordinan las actividades bajo una sola línea sino que lo hacen siguiendo *“criterios personales”*, esta es la percepción que dejan algunos docentes en algunos estudiantes (ver gráfico 11, Pág. 48).

Por lo tanto se obtuvo que, un 75% de los profesionales de instituciones externas a la Universidad (Cruz Roja de El Salvador, ACISAM y Dirección General de Protección Civil), 100% de estudiantes y 100% de docentes del Departamento de Psicología están completamente *de acuerdo en que se elabore un manual de intervención en crisis en situaciones de desastre para el Departamento de Psicología* y que en dicho manual se tomen en cuenta metodología, capacitaciones, aspectos de organización comunitaria y organización del Departamento, de tal manera que este ayude a proporcionar una mejor intervención en crisis en situaciones de desastre (ver gráfico 3, Pág. 40).

De igual manera, el 100% de todos los sujetos entrevistados en esta investigación (excepto un docente quien no aclaró su respuesta) coinciden en que *es necesario que se capacite a los estudiantes de psicología antes de que la situación de desastre se manifieste* (ver gráfico 4, Pág. 41). Algunos hacen sugerencias acerca de cómo se podrían ejecutar las capacitaciones, por ejemplo, unos docentes afirmaban que *“sería mejor capacitar a los estudiantes de 4to y 5to nivel de la carrera”* ya que consideran que *“los estudiantes de primeros años no se encuentran adecuadamente preparados”*, sin embargo el grupo investigador considera que sería adecuado capacitar desde 2do nivel, puesto que de esta manera se les estaría preparando desde un principio en actividades que incluso a veces son realizadas por personas no profesionales, es decir, que ellos al igual que otras personas son capaces también de apoyar en este tipo de actividades, siempre y cuando se les capacite, además capacitar a los estudiantes ayudaría a aumentar su conocimiento y a prepararlos para dar una intervención de mayor calidad en futuras situaciones de desastre que se presenten en posteriores años de la carrera.

Además, 100% de todos los sujetos entrevistados (docentes, estudiantes y los profesionales de las otras instituciones) mencionaban que es necesario que la *capacitación sea constante* para que se mantengan a los estudiantes en continua preparación. Incluso docentes, mencionaban que *“es importante formar brigadas con anticipación y que sean permanentes”*, pero también *“hacer que los estudiantes brigadistas se comprometan con esa labor”*, es decir que lo tomen con la seriedad que amerita, para esto se sugería por un docente *“realizar un convenio o contrato con los estudiantes que se enlisten en la formación de brigadas”* de tal manera que haya un documento que los comprometa y también que los ampare al momento de tener que brindar intervención y no puedan presentarse a clases o a otras actividades académicas (ver gráfico 5, Pág. 42).

Ante esta situación, también se considera que las autoridades del Departamento de Psicología deberían proporcionar las facilidades para que los estudiantes puedan asistir a las brigadas, ya que hasta la fecha muchos no han asistido debido a que si lo hacen perderían clases, entrega de informes de trabajo y otras actividades evaluadas, entonces significa que asistir a las brigadas les perjudica su actividad académica por ende no lo hacen. La sugerencia en este sentido es que se les permita participar la intervención y que a los docentes se les dé tiempo también para entregar sus informes de notas u otra actividad de manera que todos se sientan cómodos para poder participar en la intervención en crisis.

Con respecto a las características debe tener la persona que dará intervención en crisis profesionales de instituciones externas a la Universidad (Cruz Roja de El Salvador, ACISAM y Dirección General de Protección

Civil) expusieron lo siguiente: debe ser una persona que adquiera compromisos pro social, que posea conocimientos sobre la crisis y su manejo, poseer espíritu de trabajo en equipo, tener capacidad de escucha activa, ser empático, tener estabilidad emocional, ser analítico y tener capacidad de organización. Uno de los profesionales también expuso que *“cualquier persona puede brindar intervención en crisis”*, un ejemplo de esto es que en Cruz Roja de El Salvador en programas desarrollados con anterioridad las personas que han brindado la intervención en crisis no tienen un grado de especialización, sino que son voluntarios o personas líderes y colaboradoras de las comunidades.

De igual manera los estudiantes también mencionaron algunas características puede tener la persona que dará intervención en crisis, éstas son las siguientes: ser empática, ser responsable, ser ética, tener autocontrol, poseer capacidad de escuchar, tener respeto hacia las demás personas, manejar técnicas apropiadas, estar capacitado, tener buenas relaciones interpersonales, y tener habilidad de poner en práctica los conocimientos, entre otros. Los estudiantes en caso contrario a lo que afirmaba un profesional entrevistado, mencionaron que quien proporcione la intervención en crisis *“no puede ser cualquier persona”* sino que debe estar preparado adecuadamente.

Por su parte, los docentes manifestaron que la persona que brinde la intervención en crisis debe ser: fuerte, ecuánime, cooperador, crítico, solidario, participativo, proactivo, propositivo, empático, sencillo y humilde, auto reflexivo, accesible con la gente, estable emocionalmente; debe poseer capacidad de: expresión, escucha, autocontrol, adaptación ante situaciones adversas, discernimiento emocional, improvisar planificadamente, trabajar en grupo; debe poseer: conocimientos de intervención en crisis, disponibilidad de tiempo, interés genuino por sus semejantes y habilidades en las relaciones humanas (que no sea conflictivo).

Se tomó a bien cuestionar a docentes y estudiantes del Departamento de Psicología de la Universidad y profesionales de otras instituciones sobre las áreas que se pueden tomar en cuenta en la intervención en crisis, por lo tanto se obtuvo que el 100% de los profesionales entrevistados de otras instituciones y el 60% de los docentes y también el 60% de estudiantes entrevistados del Departamento de Psicología, opinan que es necesario tomar en cuenta *“todas las áreas”* de intervención, esto es: afrontamiento, desahogo, área cognitiva, emocional, conductual y relaciones interpersonales. Otros docentes y estudiantes opinaron, según sus experiencias, que sólo son ciertas áreas las que se deberían de tomar en cuenta, pero también dependerá de la circunstancia de desastre y tras el desastre y dependiendo del diagnóstico que se haga a las personas afectadas (ver gráfico 13, Pág. 50; gráfico 14, Pág. 51; gráfico 15, Pág. 52).

En la misma línea, se investigó sobre las áreas de tratamiento que se podrían enfocar durante la intervención en crisis en situaciones de desastre, según 50% de los profesionales de las instituciones externas a la Universidad el enfoque *dependerá sobre todo del diagnóstico*; mientras que, según la mayoría de docentes se deben enfocar *todas las áreas (30%)* o *dependiendo de las circunstancias de la tragedia (20%)*, otros docentes consideran que pueden ser algunas áreas de las que se presentaron, sobre todo seleccionaron el *área emocional*. Los estudiantes también coinciden en cierta medida con enfocarse en el área emocional e incluyen el área cognitiva, estas son las más frecuentes (ver gráfico 16, Pág. 53; gráfico 17, Pág. 54; gráfico 18, Pág. 55).

Por lo tanto, para esta investigación se planteará un manual de intervención que contenga todas las áreas en cierta medida, de manera que se puedan cubrir todas las perspectivas y tenga un mejor uso, esto significa que los interventores o brigadistas tendrán la opción de omitir cualquiera de las áreas durante la intervención si es necesario, es decir que se elaborará un programa de tratamiento flexible a las circunstancias de la situación de desastre y del Departamento.

En cuanto al tiempo que puede durar el tratamiento se obtuvo que *no hay un tiempo definido para la duración de una terapia de crisis*, ya que en ésta intervienen muchos factores, desde institucionales hasta propios de la comunidad a la que se asista y al desastre, el 45% de docentes mencionan que *“dependerá de la circunstancias”* la duración del tratamiento, sin embargo el 35% de docentes del Departamento considera que el tratamiento puede durar *desde 3 hasta 10 sesiones*, lo cual también será influido por la duración de cada sesión y el intervalo que haya entre cada sesión, aunque lo recomendable es realizar una sesión semanal, con lo cual se abordaría a las personas en un promedio de dos a tres meses, a fin de proporcionar una intervención de calidad buscando los mejores resultados y pretendiendo obtener también una sistematización de datos que permitan evaluar la efectividad de la intervención (ver gráfico 20, Pág. 58; ver gráfico 21, Pág. 59; ver gráfico 22, Pág. 60).

Con respecto al tiempo que se debe esperar después del desastre para brindar la intervención en crisis se obtuvo que, según el 50% de los docentes del Departamento de Psicología la intervención puede brindarse *“inmediatamente sucede el desastre o transcurrida una semana después del desastre”*. Por otro lado los profesionales de instituciones externas a la Universidad manifestaron que la intervención debe brindarse *“inmediatamente ocurre el desastre”*, o *“desde un mes hasta tres meses después”*, además mencionaron que el tiempo se puede determinar *“dependiendo de las circunstancias del desastre” (con 25% cada opción)*

puesto que, tal como ya se mencionó, hay muchos factores que pueden incidir en la intervención en crisis en situaciones de desastre cuando se trabaja con grupos, los cuales muchas veces no se pueden obviar (ver gráfico 19, Pág. 56).

Entre las recomendaciones que dieron las tres instancias entrevistadas están: Que se revisen los planes de intervenciones anteriores, realizar un análisis del contexto social para adaptar otros manuales a uno nuevo, realizar análisis de riesgos en las comunidades y enseñarles herramientas para que ellos puedan defenderse ante estas situaciones, estas sugerencias fueron proporcionadas por las instituciones y para ellos la intervención en crisis es más amplia y va más allá de la terapia involucrando a los interventores activamente, siendo colaboradores, organizadores, gestores para la construcción no sólo de su salud mental sino también para su salud física y sus bienes materiales, convirtiéndose hasta cierto punto en asistencialistas, lo cual para ellos no tiene una connotación negativa ya que estas instituciones están preparadas para este tipo de acciones y esto llega a ser un objetivo para su actividad de intervención.

Por su parte los estudiantes entrevistados plantearon las siguientes recomendaciones: Mejorar aspectos de organización y logística, brindar capacitaciones, que se tomen en cuenta las características reales de la población, que contenga técnicas eficientes y eficaces y que posea diversidad de éstas, y que provoquen los resultados deseados.

Dentro de las recomendaciones del personal docente están: Tomar en cuenta la experiencia de todas las organizaciones que hacen intervención en crisis, explorar las necesidades de las personas que se van a atender a través un instrumento de evaluación para estas situaciones, buscar formar brigadas y que éstas se establezcan para actuar en las situaciones de desastre y estén capacitadas antes de que el fenómeno ocurra, tomar como base la teoría ya existente, formular planificaciones para la ejecución de actividades y técnicas, y plantear una metodología adecuada.

Ante todo lo expuesto se llega a la conclusión de que *es necesario crear un Manual de Intervención en Crisis para situaciones de desastre para el Departamento de Psicología*, puesto que *el Departamento no posee un plan actualmente, sino que generalmente se acude a la elaboración de una guía de intervención después de que ocurre un desastre*, es decir, que con la elaboración del manual *se evitarían improvisaciones a nivel docente, estudiantil y metodológico, permitiría brindar una intervención de mejor calidad, más organizada, más coordinada y más específica en cuanto a lo que se realizará en la comunidad o albergue*. Por estas razones como parte de la presente investigación se elaboró un **Manual de intervención en crisis en**

situaciones de desastre para grupos de niños/as, adolescentes y adultos (una adaptación para el Departamento de Psicología) el cual se presenta como anexo 7 en esta investigación.

Además, se cree necesario que el Departamento realice capacitaciones constantes para que los estudiantes y docentes se encuentren mejor preparados a la hora de presentarse una situación de desastre, de manera que las actividades que se planteen en el manual sean ejecutadas con efectividad.

CAPÍTULO 5. VALIDEZ DE PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

El instrumento de validación basado en el método de Lawshe, el cual fue aplicado a 8 Psicólogos con el fin de que brindaran su aporte en la validación de las actividades planteadas para el Manual de Intervención en crisis propuesto en esta investigación, dio como resultados lo siguiente:

En cuanto a las **actividades dirigidas a niños y niñas**, las cuales son 37 actividades, 18 de estas tuvieron una razón de validez de contenido (CVR) de 1.00 sobrepasando el valor mínimo de validez (en este caso por tratarse de 8 jueces el valor mínimo es 0.75, para mayor detalle vea la pág. 35 del Capítulo 4: Metodología), por lo cual se consideran válidas; otro grupo de 18 actividades, obtuvo una CVR de 0.75, igual que el valor mínimo, por lo que también se consideran válidas; no obstante 1 actividad obtuvo una CVR de 0.25, lo que significa que no es válida y probablemente tenga que prescindirse de ella o modificarse.

Respecto a las **actividades dirigidas a adolescentes**, cuyo número total es 44, se obtuvo que 35 actividades alcanzaron una CVR de 1.00 sobrepasando el valor mínimo y otras 9 actividades lograron un 0.75 de razón de validez por lo cual las 44 actividades resultan válidas para el manual de intervención en crisis.

Referente a las **actividades dirigidas a adultos** (44 actividades), 34 actividades resultaron con una CVR de 1.00, mientras que 6 obtuvieron una CVR de 0.75, lo cual significa que estas 40 actividades son válidas para continuar dentro del manual de intervención. Por otro lado, 4 actividades obtuvieron una razón de validez de contenido de 0.50, estas fueron las actividades 3 y 5 de la sesión 1, la actividad 5 de la sesión 2 y la 2 de la sesión 3, es decir que no son válidas para formar parte del plan que se plantea en la presente investigación.

Por lo tanto, de 125 actividades evaluadas por los jueces, 120 actividades son válidas para formar parte del manual de intervención mientras que solamente 5 actividades resultaron no válidas, lo cual implica que se debe prescindir de ellas según el método de Lawshe. Sin embargo tres de estas actividades son dinámicas de integración o de animación, es decir que pueden utilizarse otras de las que se proponen en el manual de intervención, en la parte de anexos, de la misma manera las otras dos son actividades de relajación y pueden utilizarse otras de las que se plantean en el mismo apartado, dentro del manual de intervención en crisis que se elaboró en esta investigación (anexo # 7). En conclusión el 96% de actividades fueron validadas según el método Lawshe, es decir que el manual que se presenta es válido para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre tanto a niños, adolescentes y adultos.

CAPÍTULO 6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES

- ☞ El país es sumamente vulnerable a todo tipo de desastres y es necesario estar preparado para ayudar a la gente que sufre esta situación, puesto que no sólo necesitan que se les auxilie en sus necesidades básicas sino también necesitan ayuda psicológica, apoyo emocional, hacer catarsis, etc. A pesar de esto el Departamento de Psicología no se encuentra totalmente preparado para dar intervención en crisis y por ser una institución pública debería estarlo, puesto que carece de recursos materiales, una adecuada organización, pocas oportunidades de capacitación a docentes y estudiantes, y no posee un manual de intervención en crisis en situaciones de desastre, es por eso que en la presente investigación se tomó a bien la elaboración de un manual de este tipo para el Departamento de Psicología, para que el esta instancia ofrezca un mejor servicio de la población salvadoreña, evitando la improvisación y proporcionando una intervención en crisis con mayor calidad para la obtención de mejores resultados, evitando con esto, en alguna medida, que en las personas afectadas por el desastre se desarrollen dificultades psicológicas graves.
- ☞ La prevención, la organización y la capacitación de los estudiantes son los mejores elementos para poder brindar una intervención en crisis en situaciones de desastre de una manera satisfactoria. A partir de que se capacite a los estudiantes se irá fomentando una mayor organización en posteriores intervenciones y mayor participación de los estudiantes, puesto que actualmente muchos estudiantes que han participado en intervención en crisis tienen una opinión negativa de la organización y preparación del Departamento de Psicología, por lo cual esta instancia debe hacer algo al respecto.
- ☞ El reconocimiento de los síntomas al prestar la ayuda inmediata es esencial para poder orientar la intervención en crisis en situaciones de desastre, pero también es importante para comparar los resultados finales con los iniciales y así conocer la eficacia de la intervención prestada, esto ayudará a mejorar la aplicación de la intervención en posteriores situaciones. Además para efectos de mejorar la calidad de aplicación y que haya actualización en la implementación de la intervención en crisis, es necesario dividirla en dos fases, la primera llamada primeros auxilios psicológicos o intervención en crisis de primera instancia, y la siguiente fase llamada terapia de

crisis o intervención en crisis de segunda instancia, aplicando de esta manera la intervención en crisis se busca mejorar la calidad y la obtención de mejores resultados.

- ☞ El Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador posee los recursos humanos para poder brindar una intervención en crisis en situaciones de desastre de calidad a la población víctima del desastre, sin embargo los recursos materiales y los procesos logísticos de la Universidad y del Departamento causan deficiencia en actuar con rapidez y eficacia, por lo que esta dificultad llega a ser de tipo institucional y por lo tanto debe ser solucionada por las instancias correspondientes, de manera que la Universidad juegue un papel importante al ocurrir situaciones de desastre en el país.
- ☞ Para los profesionales entrevistados de las instituciones externas a la universidad es importante proporcionar un “acompañamiento” a las personas afectadas por el desastre como primer paso de la intervención en crisis, sin embargo para los profesionales del Departamento de Psicología es muy diferente debido a que no se cuenta con los recursos y tiempo necesarios para brindar una intervención de este tipo. No obstante el Departamento hace un esfuerzo para proporcionar la intervención en crisis en situaciones de desastre, y en cierta manera se ayuda por lo menos a que las personas hagan catarsis, sin embargo lo más importante de brindar intervención en crisis es ayudar a las personas a ayudarse a sí mismas a que lleve un proceso de desahogo y afrontamiento que le permita seguir con su futuro, es decir, darles solamente las herramientas para que salgan adelante y no ser asistencialistas, puesto que el asistencialismo puede generar dependencia y no permite que las personas crezcan por sí solas.

5.2 RECOMENDACIONES

- ☞ Es necesario que el Departamento de Psicología utilice el Manual de intervención en crisis que se elaboró en esta investigación, puesto que hasta el momento en el Departamento solamente se han realizado esfuerzos hasta que los desastres ocurren y no se contaba con un manual específico de intervención en crisis, no obstante el manual queda a criterio de modificaciones siempre y cuando se tengan razones específicas para su modificación. Por lo tanto queda a responsabilidad del Departamento el uso del Manual de intervención que se presenta en esta investigación.
- ☞ El Departamento de Psicología debe participar activamente en la asistencia a las personas que sufren una situación de desastre, mas para proporcionar una intervención adecuada y de calidad con el fin de obtener resultados favorables que permitan el crecimiento del Departamento en este sentido y su contribución a la sociedad, es necesario que el Departamento se organice buscando la coordinación con la Universidad y sus dependencias (como la Unidad de Proyección Social), para coordinar los asuntos de logística como las condiciones de traslado y protección a las brigadas, de igual manera busque obtener los recursos materiales que se disponen a ocupar en la intervención, entre otros aspectos importantes y necesarios para el Departamento.
- ☞ Es necesario capacitar a todos los estudiantes de manera constante (por lo menos una vez cada ciclo) bajo la dirección del manual que se presenta en esta investigación y enseñarles a trabajar con todos los tipos de población, es decir niños/as, adolescentes y adultos, puesto que las situaciones de desastre son inesperadas y no se puede predecir el número de niños/as, adolescentes y adultos que habrán en el lugar de intervención, por lo tanto es necesario contar con personas que tengan conocimientos para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre para cualquier grupo de población. Es importante entender que la capacitación a estudiantes debe de proporcionarse sin necesidad de que exista la situación de desastre presente sino en búsqueda de la formación del conocimiento en los mismos, y de este modo se puedan mejorar los modos de respuesta cuando se vea la necesidad de proporcionar intervención en crisis. Cabe aclarar que las capacitaciones pueden ser coordinadas y ejecutadas por docentes y por estudiantes, y quienes reciban la capacitación deben estar preparados para llevar a cabo capacitaciones sobre el mismo tema.

- ☞ Se considera que las autoridades del Departamento de Psicología deberían proporcionar las facilidades para que los estudiantes puedan asistir a las brigadas, ya que muchos no han asistido debido a que si lo hacen perderían actividades evaluadas, lo cual perjudica su actividad académica. La sugerencia en este sentido es que se les permita participar la intervención y que a los docentes se les dé tiempo también para entregar sus informes de notas u otra actividad de manera que todos se sientan cómodos para poder participar en la intervención en crisis.

- ☞ Es necesario que al asistir a una intervención en crisis en situaciones de desastre se tome en cuenta la evaluación de las personas que recibirán la intervención puesto que esto ayudará a conocer los efectos de la intervención que se proporcione, por lo tanto la evaluación debe realizarse al inicio y al final de la intervención (cuando se lleven a cabo más de una sesión), también es necesario que no se proporcione solamente la intervención en crisis de primera instancia (primeros auxilios psicológicos) sino también buscar proporcionar la intervención de segunda instancia (terapia de crisis), puesto que muchas personas no alcanzan a desahogarse solamente en una sesión sino que necesitan más tiempo y una ayuda más completa. Además es importante que se les ayude a alcanzar por si mismos los logros proporcionándoles solamente, a través de la intervención en crisis, herramientas necesarias para salir adelante emocional y cognitivamente.

- ☞ Es importante que el Manual de intervención en crisis en situaciones de desastre que se presenta en esta investigación sea retomado en una cátedra impartida en el Departamento de Psicología, o por lo menos que en una de las cátedras de de énfasis al tema de intervención en crisis en situaciones de desastre, puesto que el país es vulnerable y es necesario contar con estudiantes preparados para proporcionar intervención en crisis.

- ☞ Después de brindar intervención en crisis en situaciones de desastre, es adecuado que el personal que la proporcionó reciba una sesión de autocuidado profesional en la cual pueda expresar sus emociones, sentimientos y pensamientos generados por la intervención que ha brindado, asimismo comparta su experiencia y se enriquezca con las experiencias de los demás, incluso si es necesario se recomienda que se practiquen actividades distractoras y recreativas para el autocuidado de estos. Sin embargo, esta sesión de autocuidado puede ser dirigida por docentes o estudiantes que no participaron en la intervención en crisis, no por personas que participaron puesto que esta persona no recibiría los beneficios de tal sesión de autocuidado.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS Y ELECTRÓNICAS

LIBROS

- ☞ Asociación de Capacitación e Investigación para la Salud Mental (ACISAM). Manual de intervención en crisis en situaciones de desastre (Documento 3). El Salvador 2001.

- ☞ Asociación de Capacitación e Investigación para la Salud Mental (ACISAM). Manual de intervención en crisis para niños y niñas en situaciones de desastre Doc. 4. El Salvador.

- ☞ Asociación de Capacitación e Investigación para la Salud Mental (ACISAM). Programa educativo y metodología para la intervención comunitaria en las comunidades afectadas por desastres (Documento 2). El Salvador.

- ☞ Asociación Equipo Maíz. Vamos a jugar de nuevo (juegos y dinámicas para la educación No 3.). El Salvador 2004.

- ☞ Asociación Psicológica a Víctimas de Desastres Naturales. Capacitación a estudiantes en tareas de Salud Mental. Octubre 2005.

- ☞ Centro de Investigaciones del Desarrollo Psiconeurológico (CIDEP). Manual de intervención psicosocial en situaciones de desastre. Argentina.

- ☞ Clemencia Navarro y Shirley Reñazco. Manual para intervención psicológica con niños víctimas de desastres. México 2001.

- ☞ Galo Guerra V. La Intervención Para Personas En Crisis. 1996.

- ☞ Juan Carlos García Ramos. Primeros Auxilios Psicológicos, Modelo para Intervenir en Crisis, Enfoque Terapéutico de Urgencia y Breve.

- ☞ Ministerio de Educación. Vamos, decime, contame: Manual de intervención psicosocial en situaciones de desastres.

- ☞ Mariela Velasco de Avalos. Programa de intervención psicológica a personas afectadas por el huracán Ida. El Salvador 2009.
- ☞ Organización Panamericana de la Salud. Salud Mental y Desastres, Intervención en Crisis. Bolivia 2007.
- ☞ Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud. Guía Práctica De Salud Mental en Situaciones en Desastres, Serie de Manuales y Guías sobre Desastres. Washington D.C. 2006.
- ☞ UNICEF El Salvador. Modelo de intervención en crisis para niños y niñas en situación de desastres (Guía Metodológica). 3ª Edición. El Salvador 2001.

REVISTAS

- ☞ Revista Nº 1/2001, Avance, Asociación de Capacitación e Investigación para la Salud Mental.

PÁGINAS DE INTERNET

- ☞ <http://es.wikipedia.org>
- ☞ http://es.wikipedia.org/wiki/Historia_de_la_sismolog
- ☞ <http://www.monografias.com>
- ☞ <http://kik3.wordpress.com/ensayos/intervencion-en-crisis/>
- ☞ www.uch.edu.ar/rrhh
- ☞ <http://www.scribd.com/doc/4002952/100-dinamicas-para-adultos>

ANEXOS

INDICE DE ANEXOS

- ANEXO # 1 DATOS GENERALES DE SUJETOS ENTREVISTADOS.
- ANEXO # 2 GUIAS DE ENTREVISTAS.
- ANEXO # 3 INSTRUMENTO DE VALIDACIÓN DE PROPUESTA DE TRATAMIENTO.
- ANEXO # 4 HOJAS DE VALIDACIÓN DE PROFESIONALES (JUECES DE LA PROPUESTA DE TRATAMIENTO).
- ANEXO # 5 MATRIZ DE RESULTADOS DE LA RAZÓN DE VALIDEZ DE CONTENIDO.
- ANEXO # 6 CUADROS DE VACIADO DE DATOS DE ENTREVISTAS.
- ANEXO # 7 MANUAL DE INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRE DIRIGIDO A GRUPOS DE NIÑOS/AS, ADOLESCENTES Y ADULTOS (UNA ADAPTACIÓN PARA EL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA).

ANEXO #1

DATOS GENERALES DE SUJETOS ENTREVISTADOS

DATOS GENERALES DE SUJETOS ENTREVISTADOS

SUJETOS: DOCENTES DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR.

SUJETO	GÉNERO	EDAD	TIEMPO DE LABORAR EN LA INSTITUCIÓN
1	Femenino	47 años	16 años
2	Masculino	55 años	26 años
3	Masculino	53 años	30 años
4	Masculino	60 años	36 años
5	Masculino	47 años	15 años
6	Masculino	40 años	17 años
7	Masculino	39 años	18 años
8	Masculino	50 años	13 años
9	Masculino	50 años	25 años
10	Femenino	31 años	4 años
11	Masculino	55 años	20 años
12	Masculino	50 años	30 años
13	Femenino	----	5 años
14	Femenino	40 años	16 años
15	Femenino	----	15 años
16	Masculino	46 años	26 años
17	Masculino	63 años	20 años
18	Masculino	----	27 años
19	Masculino	----	26 años
20	Femenino	----	16 años

SUJETOS: ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR QUE PARTICIPARON EN INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRES.

SUJETO	GÉNERO	EDAD	NIVEL ACADÉMICO	DESASTRE EN EL QUE INTERVINO
1	Femenino	24 años	4º año	Deslave en Verapaz
2	Femenino	21 años	4º año	Tormenta Ida
3	Masculino	32 años	Egresado	Tormenta Ida
4	Masculino	40 años	4º año	Tormenta Stan
5	Masculino	30 años	4º año	Tormenta Stan e Ida
6	Masculino	23 años	4º año	Tormenta Ida
7	Femenino	24 años	Egresada	Tormenta Stan
8	Femenino	24 años	5º año	Tormenta Ida
9	Femenino	23 años	4º año	Tormenta Ida
10	Masculino	23 años	4º año	Tormenta Ida

SUJETOS: PROFESIONALES DE INSTITUCIONES QUE TRABAJAN LA INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRES

SUJETO	NOMBRE	EDAD	GÉNERO	INSTITUCIÓN	TIEMPO DE LABORAR EN LA INSTITUCIÓN	CARGO
1	Fermín Alberto Pérez	42 años	Masculino	Dirección De Protección Civil	12 años	Jefe De Formación Y Capacitación
2	Irma Patricia Canjura Morales	28 años	Femenino	Asociación De Capacitación e Investigación Para La Salud Mental (ACISAM)	5 años	Psicóloga Facilitadora
3	Elena Freedman	44 años	Femenino	Asociación De Capacitación e Investigación Para La Salud Mental (ACISAM)	10 años	Coordinadora De Proyecto
4	Mario De León Pérez	40 años	Masculino	Cruz Roja Salvadoreña	12 años	Técnico De Apoyo Psicosocial

ANEXO #2

GUIAS DE ENTREVISTAS

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA**

**GUÍA DE ENTREVISTA DIRIGIDA A ESTUDIANTES DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA DE LA
UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR QUE HAN PARTICIPADO EN INTERVENCIONES EN CRISIS EN SITUACION DE
DESASTRE.**

OBJETIVO: obtener información relacionada con la intervención de crisis en situaciones de desastre en nuestro país y la participación del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador.

DATOS GENERALES:

Edad: _____ Género: M __ F __ Nivel Académico: _____

Desastre en el que intervino: _____

1. ¿Conoce usted algún plan de intervención en crisis que se haya implementado en el Departamento de Psicología? Si _____ No _____
Cual _____
2. ¿Considera que en el Departamento las formas de cómo se ha intervenido en situaciones de desastre han ayudado a disminuir o eliminar los efectos psicológicos que causan éstas?
Si _____ No _____
Porque _____
3. ¿Cree que es necesario que el Departamento tenga un manual de Intervención en Crisis completo para poder implementar en situaciones de desastre? Si _____ No _____
Porque _____
4. ¿Qué aspectos debería retomar o contener ese plan de intervención en crisis?

5. ¿Cree usted que hay que capacitar al personal que dará la intervención antes de que el hecho ocurra, y por cuánto tiempo se tiene que capacitar? Si _____ No _____
Porque _____
6. ¿Qué piensa usted de que se capacite a los estudiantes periódicamente para poder estar preparados a la hora de cualquier situación de desastre?

7. ¿Qué características debe tener la persona que implementa la intervención en crisis?

8. ¿Cree que el Departamento está capacitado adecuadamente para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre? Si _____ No _____

Porque _____

9. ¿Sabe usted cómo se encuentra preparado el Departamento para dar intervención psicológica en una situación de desastre? Si _____ No _____

10. De acuerdo a sus experiencias ¿Cuáles son los vacíos que usted ha identificado cuando el Departamento ha proporcionado Intervención en Crisis en situación de desastre?

11. De los siguientes ¿Cuáles son los principales obstáculos que usted ha identificado en la intervención en Crisis que el Departamento ha proporcionado en Situaciones de desastre?

- No se cuenta con un manual de intervención
- No hay personas capacitadas
- No hay tiempo para intervenir
- No se tienen los recursos
- Todas las anteriores

12. De las siguientes ¿Cuáles cree usted que son las áreas psicológicas que se deben abordar en la intervención en crisis?

- Afrontamiento
- Desahogo
- Área cognitiva
- Área conductual
- Área emocional
- Relaciones interpersonales

13. Según su criterio ¿En cuál de las áreas anteriores se debería hacer énfasis en la intervención?

14. ¿Qué recomendaciones podría brindar para la elaboración de un plan de intervención en crisis?

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA**

**GUÍA DE ENTREVISTA DIRIGIDA A DOCENTES DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD
DE EL SALVADOR.**

OBJETIVO: obtener información relacionada con la intervención de crisis en situaciones de desastre en nuestro país y la participación del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador.

DATOS GENERALES:

Edad: _____ Género: M ___ F ___ Institución de trabajo: _____

Tiempo de laborar en la institución: _____

1. ¿Conoce usted algún plan de intervención en crisis que se haya implementado en el Departamento de Psicología? Si _____ No _____
Cual _____

2. ¿Considera que en el Departamento las formas de cómo se ha intervenido en situaciones de desastre han ayudado a disminuir o eliminar los efectos psicológicos que causan éstas?
Si _____ No _____
Porque _____

3. ¿Cree que es necesario que el Departamento tenga un manual de Intervención en Crisis completo para poder implementar en situaciones de desastre? Si _____ No _____
Porque _____

4. ¿Qué aspectos debería retomar o contener ese plan de intervención en crisis?

5. ¿Cree usted que hay que capacitar al personal que dará la intervención antes de que el hecho ocurra, y por cuánto tiempo se tiene que capacitar? Si _____ No _____
Porque _____

6. ¿Qué piensa usted de que se capacite a los estudiantes periódicamente para poder estar preparados a la hora de cualquier situación de desastre?

7. ¿Qué características debe tener la persona que implementa la intervención en crisis?

8. ¿Cree que el Departamento está capacitado adecuadamente para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre? Si _____ No _____
Porque _____

9. ¿Cómo se encuentra preparado el Departamento para dar intervención psicológica en una situación de desastre?

10. De acuerdo a sus experiencias ¿Cuáles son los vacíos que usted ha identificado cuando el Departamento ha proporcionado Intervención en Crisis en situación de desastre?

11. De los siguientes ¿Cuáles son los principales obstáculos que usted ha identificado en la intervención en Crisis que el Departamento ha proporcionado en Situaciones de desastre?

- ✓ No se cuenta con un manual de intervención
- ✓ No hay personas capacitadas
- ✓ No hay tiempo para intervenir
- ✓ No se tienen los recursos
- ✓ Todas las anteriores

12. De las siguientes ¿Cuáles cree usted que son las áreas psicológicas que se deben abordar en la intervención en crisis?

- ✓ Afrontamiento
- ✓ Desahogo
- ✓ Área cognitiva
- ✓ Área conductual
- ✓ Área emocional
- ✓ Relaciones interpersonales

13. Según su criterio ¿En cuál de las áreas anteriores se debería hacer énfasis en la intervención?

14. Según su experiencia ¿en qué efectos psicológicos debería enfocarse la intervención?

- | | | |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Tristeza | <input type="checkbox"/> Impulsividad | <input type="checkbox"/> Miedo |
| <input type="checkbox"/> Ideas irracionales | <input type="checkbox"/> Enojo | <input type="checkbox"/> Pensamiento suicida |
| <input type="checkbox"/> Ansiedad | <input type="checkbox"/> Culpa | <input type="checkbox"/> Desconcentración |
| <input type="checkbox"/> Preocupación | <input type="checkbox"/> Vigilancia extrema | <input type="checkbox"/> Conflictos en las relaciones |
| <input type="checkbox"/> Dificultad para decidir | <input type="checkbox"/> Baja autoestima | <input type="checkbox"/> Llanto |
| <input type="checkbox"/> Conducta errática Inquietud | <input type="checkbox"/> Agresividad | |

15. ¿De acuerdo a su experiencia de cuántas sesiones debería contar un plan de intervención en crisis y cuánto tiempo debería durar cada sesión?

Número de sesiones

Tiempo

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 1 a 3 sesiones | <input type="checkbox"/> 1 semana |
| <input type="checkbox"/> 3 a 5 sesiones | <input type="checkbox"/> 2 o 3 semanas |
| <input type="checkbox"/> 6 a 8 sesiones | <input type="checkbox"/> 1 mes |
| <input type="checkbox"/> Más de 8 sesiones | <input type="checkbox"/> 2 a 3 meses |
| | <input type="checkbox"/> Más de 3 meses |

16. ¿Cuánto tiempo después del desastre hay que esperar para dar una intervención adecuada?

- Inmediatamente ocurre el desastre
- Una semana después del desastre
- Tres semanas después del desastre
- Un mes después del desastre
- Más de dos meses después del desastre

17. ¿Qué recomendaciones podría brindar para la elaboración de un plan de intervención en crisis?

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA**

**GUÍA DE ENTREVISTA DIRIGIDA A PERSONAS QUE TRABAJAN EN INSTITUCIONES QUE HAN PARTICIPADO
EN INTERVENCIONES EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRE.**

OBJETIVO: obtener información relacionada con la intervención de crisis en situaciones de desastre en nuestro país y la participación del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador.

DATOS GENERALES:

Nombre: _____ Firma y sello: _____
Edad: _____ Género: M __ F __ Institución de trabajo: _____
Cargo: _____ Tiempo de laborar en la institución: _____

1. ¿Conoce usted algún plan de intervención en crisis que se haya implementado por el Departamento de Psicología? Si _____ No _____
En que circunstancia _____

2. ¿Considera que en el Departamento las formas de cómo se ha intervenido en situaciones de desastre han ayudado a disminuir o eliminar los efectos psicológicos que causan éstas?
Si _____ No _____ Desconoce la intervención _____
Porque _____

3. ¿Cree que es necesario que el Departamento tenga un manual de Intervención en Crisis completo para poder implementar en situaciones de desastre? Si _____ No _____
Porque _____

4. ¿Qué aspectos debería retomar o contener un plan de intervención en crisis?

5. ¿Cree usted que hay que capacitar al personal que dará la intervención antes de que el hecho ocurra, y por cuánto tiempo se tiene que capacitar? Si _____ No _____
Porque _____

6. ¿Qué piensa usted de que se capacite a los estudiantes periódicamente para poder estar preparados a la hora de cualquier situación de desastre?

7. ¿Qué características debe tener la persona que implementa la intervención en crisis?

8. ¿Debería el Departamento estar capacitado adecuadamente para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre? Si _____ No _____

Porque _____

9. De las siguientes ¿Cuáles cree usted que son las áreas psicológicas que se deben abordar una la intervención en crisis?

- ✓ Afrontamiento
- ✓ Desahogo
- ✓ Área cognitiva
- ✓ Área conductual
- ✓ Área emocional
- ✓ Relaciones interpersonales

10. Según su criterio ¿En cuál de las áreas anteriores se debería hacer énfasis en la intervención?

11. Según su experiencia ¿en qué efectos psicológicos debería enfocarse la intervención?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Tristeza | <input type="checkbox"/> Desconcentración |
| <input type="checkbox"/> Miedo | <input type="checkbox"/> Preocupación |
| <input type="checkbox"/> Enojo | <input type="checkbox"/> Llanto |
| <input type="checkbox"/> Ansiedad | <input type="checkbox"/> Conducta errática |
| <input type="checkbox"/> Baja autoestima | <input type="checkbox"/> Vigilancia extrema |
| <input type="checkbox"/> Culpa | <input type="checkbox"/> Inquietud |
| <input type="checkbox"/> Impulsividad | <input type="checkbox"/> Agresividad |
| <input type="checkbox"/> Ideas irracionales | <input type="checkbox"/> Conflictos en las relaciones |
| <input type="checkbox"/> Dificultad para decidir | |
| <input type="checkbox"/> Pensamiento suicida | |

12. ¿De acuerdo a su experiencia de cuántas sesiones debería contar un plan de intervención en crisis y cuánto tiempo debería durar cada sesión?

Número de sesiones

Tiempo

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 1 a 3 sesiones | <input type="checkbox"/> 1 semana |
| <input type="checkbox"/> 3 a 5 sesiones | <input type="checkbox"/> 2 o 3 semanas |
| <input type="checkbox"/> 6 a 8 sesiones | <input type="checkbox"/> 1 mes |
| <input type="checkbox"/> Más de 8 sesiones | <input type="checkbox"/> 2 a 3 meses |
| | <input type="checkbox"/> Más de 3 meses |

13. ¿Cuánto tiempo después del desastre hay que esperar para dar una intervención adecuada?

- Inmediatamente ocurre el desastre
- Una semana después del desastre
- Tres semanas después del desastre
- Un mes después del desastre
- Más de dos meses después del desastre

14. ¿Qué recomendaciones podría brindar para la elaboración de un plan de intervención en crisis?

ANEXO #3

INSTRUMENTO DE VALIDACIÓN DE PROPUESTA DE TRATAMIENTO

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA**

**Instrumento de validación DE LAS ACTIVIDADES DE INTERVENCION PROPUESTAS
EN EL tema de investigación:**

**“MANUAL DE INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE
DESASTRE DIRIGIDO A GRUPOS DE NIÑOS/AS, ADOLESCENTES Y
ADULTOS (NUEVA ADAPTACIÓN PARA EL DEPARTAMENTO DE
PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR)”.**

PRESENTADO POR:

**GONZÁLEZ PÉREZ, MERCEDES DE LOS ANGELES
REYES ELIAS, ANA MARCELA
REYES ELIAS, EDWIN MAURICIO**

DOCENTE DIRECTOR:

LIC. BARTOLO ATILIO CASTELLANOS

COORDINADOR GENERAL DEL PROCESO DE GRADO:

LIC. MAURICIO EVARISTO MORALES

JULIO 2010

CIUDAD UNIVERSITARIA, SAN SALVADOR, EL SALVADOR

PRESENTACIÓN DEL TEMA DE INVESTIGACIÓN

El Salvador es considerado un país vulnerable a los desastres, debido a que se encuentra sobre un sistema de placas tectónicas que generan enjambres sísmicos y también por las precipitaciones lluviosas que poco a poco han ido dejando más y más víctimas; sumado a estos fenómenos se encuentra el deterioro de la infraestructura de muchas de los edificios, la pobreza de muchas personas que los obliga a edificar su vivienda en zonas de alto riesgo, como laderas de ríos, y también por la irresponsabilidad de constructoras de crear colonias de viviendas en las faldas de montañas o en zonas con relleno mal forjado, lo cual permite el derrumbe o hundimiento con la influencia de los fenómenos naturales que en uno u otro momento azotan al país.

Esta situación genera que las familias salvadoreñas se encuentren en vulnerabilidad de enfrentarse a una crisis debido a los desastres que se pueden producir y por ende necesiten ayuda psicológica, pero aunque muchas entidades están preparadas para dar intervención psicológica ante este tipo de circunstancias, otras no se encuentran en la misma situación, como es el caso del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador, el cual en varias ocasiones ha dado una respuesta favorable al pueblo salvadoreño ante una situación de desastre con la intervención psicológica de algunos de los docentes y estudiantes pero no poseen una guía directa o formal acerca de lo que se debe hacer al tener contacto con las personas, sino que se utilizan las herramientas que se encuentren al alcance en el momento y no se prepara oportunamente a los jóvenes estudiantes para la intervención.

Es por tales razones que se pretende la elaboración del presente proyecto, ya que con este se intentará beneficiar al Departamento de Psicología, el cual no posee un Manual de Intervención en crisis en situaciones de desastre, y como ya se planteó es necesario que esta instancia posea un documento de este tipo puesto que además es una instancia pública que debe prestar un servicio social a la comunidad salvadoreña.

OBJETIVOS DEL TEMA DE INVESTIGACIÓN

GENERAL:

- ☞ Formular un Manual de intervención en crisis en situaciones de desastres, dirigido a grupos de niños/as, adolescentes y adultos (nueva adaptación para el Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador).

ESPECIFICOS:

- ☞ Reconocer antecedentes de los desastres que han generado crisis en el país y como han afectado a la sociedad salvadoreña.
- ☞ Indagar sobre los diferentes componentes de las crisis en situaciones de desastre y conocer la forma en que afecta tanto a niños/as, adolescentes y adultos.
- ☞ Conocer los elementos más importantes que componen la intervención en crisis en situaciones de desastre para tener una mejor perspectiva de lo que implica este tipo de intervención psicológica.
- ☞ Confirmar la necesidad del Departamento de Psicología de poseer un Plan de Intervención en crisis en situaciones de desastre, a través de la realización de un diagnóstico partiendo de las opiniones de docentes y estudiantes del Departamento de Psicología y profesionales de otras instituciones que trabajen con este fenómeno.
- ☞ Formular un Manual de intervención en crisis en situaciones de desastre para grupos de niños/as, adolescentes y adultos, para que sea utilizado por el Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador.

DEFINICIONES BÁSICAS DEL TEMA DE INVESTIGACIÓN

Para tener una idea clara y precisa de lo que es una **crisis**, se distinguirá como *“un estado temporal de desequilibrio y desorganización”*, se considera como un estado temporal porque suele durar corto tiempo y se considera como un estado de desorganización porque generalmente la persona que lo presenta se muestra confundida, su mente está tan impactada que no puede organizar su pensamiento ni su conducta, estas son controladas por sus emociones originadas por el suceso traumático.

ELEMENTOS IMPORTANTES DE LAS CRISIS

- h. Hay un suceso precipitante que causa la crisis.
- i. Es una situación en ocasiones imprevista y en otras puede tenerse la idea de que se atravesará por ella.
- j. Hay pérdida del equilibrio emocional (de la forma usual de sentir y expresarse), cognitivo y conductual.
- k. Causa sufrimiento (tristeza, dolor, ira, etc.).
- l. Genera cambios ya sean positivos o negativos, es decir que puede generar desde enfermedades hasta oportunidades para crecer y aprender.
- m. Es temporal, ya que las personas recuperan nuevamente el equilibrio.
- n. Las formas en que las personas suelen resolver sus problemas no funcionan en esta situación.

La **intervención en crisis** es el *“proceso de ayuda dirigida a una persona o familia a soportar un hecho traumático, de modo que la probabilidad de consecuencias poco saludables o de desorden se aminore y la probabilidad de crecimiento se incremente”*.

Lo que se trata de hacer al dar intervención en crisis es empoderar a las personas para que puedan enfrentarse a la situación de la menor manera y puedan obtener el mejor beneficio de esa situación, a través de la escucha activa, generando la catarsis y expresión emocional, fomentando la expresión de pensamientos acerca de la situación que originó la crisis, entre otras actividades. En esta como en las demás terapias es importante la calidad de intervención que dé el psicólogo (u otro personal de salud mental) y también la voluntad y colaboración que presenten las personas a quienes se interviene.

TIPOS DE INTERVENCIÓN EN CRISIS

Intervención en crisis de Primera instancia: es mejor conocida como *Primeros Auxilios Psicológicos*, y se trata de la atención psicológica para una persona que está pasando por una crisis, sólo tiene una sesión de duración y se enfoca a aliviar las necesidades psicológicas primordiales de la persona en el momento de la intervención, logrando que la persona exprese sus emociones, sentimientos y pensamientos a través de la catarsis y pueda tener comprensión de la situación de desastre a través del conocimiento sobre la misma, para dar pasos concretos hacia el afrontamiento con la crisis, esto incluye el control de los sentimientos o los componentes subjetivos de la situación y comenzar el proceso de solución del problema. Las metas son *proporcionar apoyo, reducir el peligro de muerte y enlazar a la persona en crisis con los recursos de ayuda*. Esta intervención puede ser brindada por cualquier persona que esté proporcionando auxilio en el lugar del desastre, como paramédicos, socorristas, etc. Ya que es necesario que se proporcione de inmediato.

Intervención en crisis de Segunda instancia: también es llamada *terapia de crisis*, esta intervención es *“proceso terapéutico breve que va más allá de la restauración del enfrentamiento inmediato y, en cambio, se encamina a la resolución de la crisis de manera que el incidente respectivo se integre a la trama de la vida”*, lo que se espera es que la persona esté mejor preparada para hacerle frente a su futuro, esta terapia breve dura más de una sesión dependiendo de las circunstancias del desastre e individuales de las personas que se estén atendiendo (si se hace individual o grupal). Esta intervención debe ser proporcionada por psicólogos o cualquier otro profesional de la salud mental que tengan conocimiento de técnicas de evaluación y tratamiento.

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

INTRUMENTO BASADO EN EL MÉTODO DE LAWSHE PARA LA VALIDACIÓN DEL CONTENIDO DEL “MANUAL DE INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE DEASTRE DIRIGIDO A GRUPOS DE NIÑOS/AS, ADOLESCENTES Y ADULTOS (NUEVA ADAPTACIÓN PARA EL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR)”.

OBJETIVO:

VALIDAR A TRAVÉS DEL SISTEMA DE JUECES, LAS ACTIVIDADES QUE CONTIENE EL “MANUAL DE INTERVECIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRES DIRIGIDO A GRUPOS DE NIÑOS/AS, ADOLESCENTES Y ADULTOS (NUEVA ADAPTACIÓN PARA EL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR)”.

DATOS GENERALES DEL EVALUADOR

NOMBRE: _____

OCUPACIÓN: _____

INSTITUCION EN LA QUE LABORA: _____

AÑOS DE EJERCER LA PROFESIÓN: _____

INDICACIONES:

MARQUE CON UNA “X” CUALQUIERA DE LAS SIGUIENTES TRES OPCIONES EN CADA UNA DE LAS ACTIVIDADES, EN DONDE:

3 = ESCENCIAL

2 = ÚTIL PERO NO ESCENCIAL

1 = NO ESCENCIAL.

Instrumento de Validación del Manual de Intervención en crisis en situaciones de desastre para el Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador (SESIONES DIRIGIDAS A NIÑOS Y NIÑAS)						
Niveles	Sesiones	Objetivos	Actividades	3	2	1
Primeros Auxilios Psicológicos dirigido a Niños y Niñas	1	Propiciar un acercamiento con los niños/as afectadas y generar confianza.	Acercamiento (rapport): Saludo, agradecimiento por la asistencia y colaboración			
		Desarrollar el proceso de desmitificación en relación al psicólogo en situaciones de desastre.	Presentación de estudiantes y Desmitificación de la profesión del psicólogo. Presentación de interventores, institución de la que provenimos (quiénes somos), qué actividades se pretenden realizar (qué hacemos), el objetivo de la visita (para qué estamos en ese lugar). Enfatizar que jugando es como los ayudaremos.			
		Conocer a cada uno de los miembros del grupo de intervención.	Dinámica de presentación: Me pica aquí. Indicar que todos se colocan en un círculo. El interventor comienza diciendo “Me llamo _____ y me pica aquí” (mostrando o tocándose una parte del cuerpo). La persona que está a la par dice “Ella/él se llama _____ y le pica. Y yo me llamo _____ y me pica aquí” y así sucesivamente con las demás niños/as.			
		Establece en conjunto con los niños/as las reglas grupales que permitan trabajar en armonía	Exposición de reglas del grupo. El interventor indicará a los niños/as lo siguiente: “Para jugar y ayudarlos es necesario que cumplamos con algunas reglas para jugar en orden, ahora les mencionaremos y dibujaremos las reglas en un papel que nosotros traemos para tener una convivencia armoniosa”.			
		Evaluar los síntomas que presentan los niños/as tras el desastre	Identificación de síntomas: Guía para evaluación de síntomas tras un desastre dirigida a niños/a Se les explicará la actividad y se aplicará el instrumento de evaluación grupal.			
		Ayudar a las niños/as a que entiendan el fenómeno que ha sucedido para que logren sentirse más tranquilos	Explicación del fenómeno. A través de una actividad lúdica con títeres se les explicará a los niños/as los elementos de la situación que han vivido (dependiendo del tipo de desastre), permitiendo que despejen sus dudas y logren sentirse más tranquilos al conocer mejor la situación, al saber cómo que se dio, cuánto duro o durará, y entiendan que ante esas situaciones las reacciones son comunes y normales ante una situación anormal.			
		Facilitar la expresión emocional y cognitiva de los niños(as) afectadas de manera que hagan catarsis y logren sentirse mejor.	Momento de desahogo: expresión metafórica. Los Niños(as) expresan a través de la elaboración del dibujo. <i>Expresión metafórica y verbal: a cada niño se le entregará una hoja de papel bond y materiales, para que plasmen un dibujo en el cual expresen primero lo que pasó en el desastre, terminado con este dibujo que continúen después como se sintieron después de que éste pasó y como quisieran estar después.</i> Luego cada niño(a) explicará su dibujo y expresarán lo que sintieron en cada momento del dibujo.			

Terapia de Crisis dirigida a niños y niñas		<p>Propiciar a los niños (as) un momento de relajación para que puedan tranquilizarse después de haber expresado sus emociones y sentimientos acerca del desastre.</p>	<p>Relajación: tensión y distensión. Sentar a los niños en piso o sillas y dar la consigna siguiente: Estirar los brazos y recogerlos cinco veces apuñalar fuertemente la mano y soltarla suavemente lo más lenta posible cinco veces, tensionar los músculos de la cara como haciendo muecas cinco veces, estirar todo el cuerpo lo más que se pueda y encogerlo lo más lentamente posible cinco veces. Ahora y cierren sus ojos. Respiren lentamente poco a poco, y saquen el aire lentamente. Vayan escuchando su respiración sin pensar nada, sientan su cuerpo muy pesado empezando por los dedos de los pies, empezarán a sentirse pesados hasta llegar a la cabeza (se mencionan algunas partes del cuerpo para facilitar la relajación), ahora empiecen a sentir su cuerpo poco a poco liviano, no pesa nada desde la cabeza hasta los pies, y cuando se sientan muy livianos abren los ojos poco a poco.</p>			
		<p>Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los niños/as durante las actividades.</p>	<p>Resumen de sesión, evaluación y cierre. Un facilitador hará un resumen de la sesión e instará a los niños/as a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo y para llevar un registro de evaluación.</p>			
	1	<p>Lograr iniciar de manera sistemática la sesión expresando reglas, y actividades</p>	<p>Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo. Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.</p>			
		<p>Establecer un ambiente de confianza y armonía para el desarrollo de la jornada.</p>	<p>Dinámica de presentación: El nudo. Indicar a los niños que se ubiquen en medio del salón y se tomen de las manos por ejemplo: con su mano derecha tomara la mano de alguien que tiene enfrente y con la mano izquierda tomara la mano de otra persona. Indicarles que No pueden tomar las manos de las personas que están a la par. De esta forma se habrá formado un nudo, cuando todos hayan unidos sus manos a alguien más tendrán que deshacer el nudo sin soltarse las manos. Si después de varios intentos no logran deshacer el nudo, una persona se suelta y lo intenta de nuevo. Luego se hacen las siguientes preguntas: ¿se logro deshacer el nudo? ¿por qué? ¿Cómo te sentiste?.</p>			
		<p>Estimular a que los/as niños/as a la liberación de energías para que se permitan sacar todas las emociones y sentimientos tras</p>	<p>Desahogo: La almohada. Indicar lo siguiente: Explicarles brevemente que se colgará una almohada y ellos/as tendrán que imaginar que en esa almohada está lo que causó la tragedia. Luego se les indicará que pasarán uno a uno a golpear la almohada como si fuera una piñata, e indicarles que piensen en ese momento que están atacando al desastre que se llevó sus</p>			

Terapia de Crisis dirigida a niños y niñas		la situación de desastre.	pertenencias materiales, sus animales o seres queridos. Preguntar cómo se sintieron mientras golpeaban la almohada, qué imaginaron al pegarle a la almohada, cómo se sienten ahora.			
		Disminuir la tensión provocada por la actividad anterior.	Relajación: “Como un globo” Se les dan las siguientes indicaciones: Vamos a imaginar que somos como un globo. ¿Qué necesitan los globos para inflarse? Incitar a que respondan. Entonces vamos a tomar aire por la nariz muy lentamente, vamos dejando que entre el aire por nuestros pulmones y nuestro abdomen señalando donde se encuentra el abdomen (respiración diafragmática). El abdomen se va a ir convirtiendo en un globo que se va hinchando a un ritmo lento, después vamos a ir dejando escapar el aire y sintiendo como el globo se va desinflando poco a poco hasta quedar vacío. Esto se repite varias veces hasta que se logre la relajación.			
		Establecer un estado de relajación en los/as niños/as para disminuir los estados de ansiedad o estrés presentados después del desastre.	Relajación: “Tortuga que se esconde” (Relajación muscular progresiva). Indicarles lo siguiente: Ahora imaginaremos que somos unas tortugas y estamos descansando en un lugar muy bonito. Nos acostamos boca abajo en el piso, vamos a esconder nuestra cabeza y también las patas, hasta que sólo se vea el caparazón. El niño debe haber encogido y tensado los músculos de los brazos, piernas y cuello. Ahora sale el sol y las tortuguitas volvemos a asomar muy despacio la cabeza, al mismo tiempo que vamos estirando las extremidades, dejándolas distendidas y relajadas.			
		Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los niños y niñas durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre. Hacer un resumen de la sesión e instar a los niños y niñas a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que respondan a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo. Nota: esta actividad tiene que ser dirigida de forma agradable e interesante para los niños/as, usando tonos de voz y teniendo una actitud que sea motivadora para ellos/ellas.			
	2	Lograr iniciar de manera sistemática la sesión expresando reglas, y actividades.	Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.			
	Establecer un ambiente de confianza para desarrollar las actividades	Dinámica de presentación: “La chancleta” La chancleta Se hacen dos filas de gentes, numerándose de uno a dos, se coloca una fila frente a la otra, luego el interventor tirara al aire una chancleta, si la chancleta cae boca arriba los de la fila 1 se ríen y los de la fila dos se				

Terapia de Crisis dirigida a niños y niñas		posteriores.	quedará serio Si la chancleta cae boca abajo , los de la fila uno se quedan serios y los de la s fila dos se ríen. Y así sucesivamente se pueden agregar actividades en vez de reír como muecas, gestos ruidos. Etc.			
		Estimular a que los/as niños/as al desahogo para que se permitan sacar todas las emociones y sentimientos.	<p>Desahogo: Rasgado.</p> <p>Se colocan hojas de periódico en toda el área en la que se hará la actividad.</p> <p>Se les pregunta a los niños cómo fue el desastre, qué sintieron, estaban enojados, tristes, asustados, etc. Se les explica brevemente que estas situaciones generan que las personas nos sintamos débiles, sin fuerzas para enfrentarnos a ella, pero que muchas veces no podemos dar a conocer todo lo que sentimos y eso es muy necesario para luego sentirnos bien.</p> <p>Se les indica a los niños y niñas que estas hojas están ahí para que ellos expresen como se sintieron durante el desastre y como se sienten ahora, para ello tendrán que rasgarlas (se les muestra como lo harán).</p> <p>Además se les dice que cuando estén rompiendo el papel deben hacerlo con fuerza y con toda su energía pensando en el desastre y en cómo se sienten por haber sufrido esta situación. Ahora comiencen a rasgar el papel, siempre cuidando no lastimar a los demás. (Permitir de 5 a 8 minutos de rasgado).</p> <p>Ahora que ya sacaron su energía vamos a expresar con este papel lo que sentimos por el desastre, vamos a formar una figura que represente ese sentimiento que tenemos (permitir de 10 a 15 minutos y facilitar ayuda si es necesario).</p> <p>Ya hechos las figuras indicar que expongan voluntariamente lo que representa (hacer preguntas como: ¿Qué significa la figura? ¿Por qué te sentías así? ¿Cómo te sientes ahora?, etc.)</p> <p>Al momento de la expresión oral los interventores deberán estar pendientes de los niños y niñas por si es necesario dar apoyo emocional.</p> <p>Hacer una reflexión final sobre la actividad.</p>			
		Propiciar a los niños (as) un momento de relajación para que puedan tranquilizarse después de haber expresado sus emociones y sentimientos acerca del desastre.	<p>Relajación: “Tensión y distención”.</p> <p>Sentar a los niños en piso o sillas y dar la consigna siguiente:</p> <p>Estirar los brazos y recogerlos cinco veces apuñalar fuertemente la mano y soltarla suavemente lo más lenta posible cinco veces, tensionar los músculos de la cara como haciendo muecas cinco veces, estirar todo el cuerpo lo más que se pueda y encogerlo lo más lentamente posible cinco veces.</p> <p>Ahora y cierran sus ojos.</p> <p>Respiren lentamente poco a poco, y saquen el aire lentamente. Vayan escuchando su respiración sin pensar nada, sientan su cuerpo muy pesado empezando por los dedos de los pies, empezarán a sentirse pesados hasta llegar a la cabeza (se mencionan algunas partes del cuerpo para facilitar la relajación), ahora empiecen a sentir su cuerpo poco a poco liviano, no pesa nada desde la cabeza hasta los pies, y cuando se sientan muy livianos abren los ojos poco a poco.</p>			
	Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos	<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.</p> <p>Hacer un resumen de la sesión e instar a los niños y niñas a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las</p>				

Terapia de Crisis dirigida a niños y niñas		importantes para los niños y niñas durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	siguientes preguntas para que respondan a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo. Nota: esta actividad tiene que ser dirigida de forma agradable e interesante para los niños/as, usando tonos de voz y teniendo una actitud que sea motivadora para ellos/ellas.			
	3	Lograr iniciar de manera sistemática la sesión expresando reglas, y actividades.	Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.			
		Fomentar un ambiente de confianza para llevar a cabo las actividades posteriores.	Dinámica de animación: “La ardilla sin casa”. Dividir a los niños en grupos de 3, dos de los 3 se tomarán de las manos y el otro quedará en el centro. El niño del centro será la ardilla. Y aparte de los tríos tiene que haber un niño que haga de ardilla sin casa y otro que haga de lobo. Se indicará que cuando el interventor hace sonar el pito el lobo comienza a perseguir a la ardilla. Cuando esta se sienta en peligro, se refugia en una casa, y al niño que estaba en esa casa le toca salir corriendo. Cuando suena dos veces el pito todas las ardillas cambian de casa. Si el lobo atrapa a una ardilla se invierten los papeles y al lobo le toca hacer de ardilla sin casa.			
		Propiciar un espacio para que los/las niños/niñas puedan evaluar lo que perdieron y puedan despedirse de ello.	Evaluando mis pérdidas. Los niños dibujan las pérdidas que tuvieron durante el desastre. Hacer una breve reflexión sobre las pérdidas que ha tenido la comunidad y las pérdidas individuales, mientras se proporciona a cada niño/a una hoja de papel y colores (crayolas, temperas, plumones, otros). Indicarles que dibujen con ese material alguien o algo que perdieron durante el desastre (es importante mencionar que este “algo” pueden ser animales, cosas materiales, estados físicos o emocionales, personas, etc.). Cada niño/a presenta su dibujo a los demás y menciona qué le agradaba o gustaba del ser u objeto que representa su dibujo. En este momento los facilitadores deben estar atentos para brindar apoyo emocional si es necesario. Proporcionarles a los/las niños/as las siguientes ideas de lo que pueden hacer con sus dibujos: Enviarlos al cielo en forma de humo quemando los dibujos, como un ritual de esperanza (si se hace esto se debe tener cuidado la forma de cómo se quemarán). Romperlos y enterrarlos en un lugar cercano, si es posible cerca de árboles o plantas y mencionar que se puede pensar que la energía de ese “algo” florecerá en la vida de esas plantas.			
		Lograr que cada niño y niña identifique las personas y objetos con los que cuentan después	Evaluando mis recursos (humanos y materiales). Dibujar las cosas y personas con las que cuenta Reflexionar brevemente sobre la actividad anterior: “hemos recordado lo que perdimos durante el desastre, lo cual nos puso tristes, ahora vamos a evaluar con qué cosas materiales, personas, objetos, estados físicos o emocionales, podemos			

Terapia de Crisis dirigida a niños y niñas		de la tragedia.	<p>contar”.</p> <p>Indicarles que harán un dibujo de las cosas, seres o estados con los que cuentan actualmente. Entregarles papel y material para dibujar.</p> <p>Cada participante expondrá a los demás su trabajo y expresará sus emociones y pensamientos.</p> <p>Reflexionar sobre la actividad y sobre los estados emocionales actuales.</p>			
		Facilitar la manifestación de las emociones de forma corporal (a nivel individual y colectivo).	<p>Terapia de movimiento Realizar ejercicios de calentamiento:</p> <p>Pedirle a todos que empiecen a caminar por en el espacio en que se realiza la actividad y que poco a poco comiencen a mover las partes de su cuerpo para calentar los músculos. El coordinador de la actividad puede modelar algunos movimientos para que los demás lo hagan, luego toca en el hombro a alguien y este niño o niña tendrá que seguir modelando algún movimiento a los demás, luego ella o él podrá tocar a alguien más para que siga con la actividad.</p> <p>Luego después de unos minutos se les indica que realicen los movimientos que deseen y que traten de expresar sus emociones y sentimientos del momento. En esta etapa se les proporcionan algunos materiales como: pelotas suaves, vejigas, piezas de tela elástica, para que entren en interacción entre ellos/ellas.</p> <p>Pedirles que se dividan en grupos pequeños y que cada grupo elija un sentimiento que quiera representar con movimientos. Se observa si el grupo se apoya mutuamente o son individualistas.</p> <p>Finalmente se sientan todos en círculo para compartir sobre la experiencia.</p>			
		Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los niños y niñas durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.</p> <p>Hacer un resumen de la sesión e instar a los niños y niñas a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que respondan a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron?</p> <p>Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p> <p>Nota: esta actividad tiene que ser dirigida de forma agradable e interesante para los niños/as, usando tonos de voz y teniendo una actitud que sea motivadora para ellos/ellas.</p>			
	4	Lograr iniciar de manera sistemática la sesión expresando reglas, y actividades.	<p>Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo.</p> <p>Saludo y bienvenida.</p> <p>Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días.</p> <p>Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad.</p> <p>Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.</p>			
		Fomentar un ambiente de confianza para llevar a cabo las actividades posteriores.	<p>Dinámica de animación: “Yo fui a San Miguel”.</p> <p>Colocar a los niños/as en un círculo.</p> <p>Indicar que el facilitador dirá “yo fui a San Miguel de compras” y los niños tiene que responder “¿y que compró?” el facilitador responderá “compré una tijera (un perro, un gato, un mono, etc.)” a continuación los niños tendrán que imitar el sonido del</p>			

Terapia de Crisis dirigida a niños y niñas			<p>objeto o animal que mencione el interventor. Así sucesivamente el interventor seguirá diciendo que compró algo y los niños contestarán, y luego imitarán el sonido y movimiento. También se pueden cambiar de roles entre el interventor y los niños.</p>			
		Fortalecer la autoestima y la seguridad personal	<p>Contando historias Se les cuenta una historia acerca de un niño que vivió una situación similar a la que ellos vivieron, la cual lleva elementos de autoestima y fortalecimiento de seguridad personal. Después se les indica que se dibujen a sí mismos y coloquen sus fortalezas (explicar que las fortalezas pueden ser aquellas actividades en las que sobresalen, en la que son fuertes, o sus características positivas). Cada niño/a expondrá su dibujo y los demás podrán abonar a él otras características positivas que no haya tomado en cuenta. Reflexionar acerca de la importancia de valorarse a sí mismos y reforzar las fortalezas las cuales les ayudaran a salir adelante en su futuro y son valiosas para que su familia salga adelante.</p>			
		Recobrar la seguridad personal y relajarse.	<p>Reconociendo mi lugar seguro. Visualización de lugares seguros. Indicarles a los/as niños/as que tomen asiento y proporcionar las siguientes indicaciones: Cierren sus ojos, sientan su respiración y escuchen la música. Imagínense un lugar seguro y agradable para ustedes. Vean como es ese lugar, qué colores ven, cómo es el medio ambiente que lo rodea. Explicarles que en ese lugar pueden hacer cosas que no hacen comúnmente, ni se atreven a realizar en otros lugares, como por ejemplo, volar, nadar, saltar más alto que las estrellas, etc. Respiren profundamente y dejen salir el aire suavemente (realizar esta acción 3 veces), ahora abran con lentitud sus ojos. Ya con esos pensamientos, invitarles a que expresen gráficamente en una hoja de papel ese lugar seguro evocado.</p>			
		Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los niños y niñas durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre. Hacer un resumen de la sesión e instar a los niños y niñas a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que respondan a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo. Nota: esta actividad tiene que ser dirigida de forma agradable e interesante para los niños/as, usando tonos de voz y teniendo una actitud que sea motivadora para ellos/ellas.</p>			
	5	Lograr iniciar de manera sistemática la sesión expresando reglas, y actividades.	<p>Bienvenida e introducción a la sesión de trabajo. Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.</p>			

Terapia de Crisis dirigida a niños y niñas	<p>Establecer un ambiente de confianza y armonía para el desarrollo de la jornada.</p>	<p>Dinámica de animación: “Las vejigas bailarinas”. Entregar a cada niño o niña una vejiga y una pita. Cada uno debe inflar la vejiga y amarrársela en el pie. Se indica que con el sonido de la música bailarían y tratarán de reventar con el pie las vejigas de otras personas, indicar como regla que solo se pueden usar los pies para reventar la vejiga. A quienes les revienten la vejiga salen de la pista de baile. Cuando solo quede una persona con su vejiga inflada en la pista, termina el juego. Nota: en caso de no tener música para ejecutar se puede cantar una canción.</p>			
	<p>Originar en los niños un sentimiento de seguridad acerca de su futuro en su vida cotidiana</p>	<p>Pensando en el futuro. Entregarles materiales para que escriban o dibujen las actividades que harán desde ese día en adelante. Dejar por lo menos 15 minutos para que terminen esta actividad. Reflexionar acerca de la importancia de empezar a ver el futuro.</p>			
	<p>Evaluar los síntomas que presentan los niños/as tras el desastre.</p>	<p>Identificación de síntomas: Guía para evaluación de síntomas dirigida a niños. Se les explicará la actividad y se aplicará el instrumento de evaluación grupal “Guía para evaluación de síntomas dirigida a niños”.</p>			
	<p>Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los durante las actividades.</p>	<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias. Hacer un resumen de la sesión e instar a los/las niños/as a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo. Después de esto los interventores compartirán sus emociones, sentimientos y pensamientos acerca de toda la actividad de terapia de crisis.</p>			
	<p>Culminar con las actividades de manera grata para todos los participantes.</p>	<p>Convivio de despedida y cierre. Se compartirá un refrigerio entre los/las niños/as de la comunidad o albergue e interventores.</p>			

Instrumento de Validación del Manual de Intervención en crisis en situaciones de desastre para el Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador (SESIONES DIRIGIDAS A ADOLESCENTES)						
Niveles	Sesiones	Objetivos	Actividades	3	2	1
Primeros Auxilios Psicológicos dirigido a adolescentes	1	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	Acercamiento (rapport) Saludo y agradecimiento por la asistencia y colaboración.			
		Desarrollar el proceso de desmitificación en relación al psicólogo en situaciones de desastre.	Presentación de estudiantes y Desmitificación de la profesión del psicólogo. Presentación de facilitadores, institución de la que provenimos (quiénes somos), qué actividades se pretenden realizar (qué hacemos), el objetivo de la visita (para qué estamos en ese lugar). Por ej. "Mi nombre es Juan, soy estudiante de Psicología de la Universidad Nacional, nosotros venimos acá para darles atención psicológica, esto quiere decir que los queremos escuchar, que nos cuenten cómo se sienten por lo que ha sucedido, queremos ayudarles a que se sientan mejor, para lo cual haremos muchas actividades".			
		Conocer a cada uno de los miembros del grupo de intervención.	Dinámica de presentación: la selva. La selva: se entregarán papelitos con nombres o figuras de animales a los participantes y se les explicará que cada uno debe hacer el sonido que hace el animal que le ha tocado todos al mismo tiempo cuando el interventor de la señal, para tratar de encontrar al grupo al que pertenece. Se sentaran formando un circulo luego se presentarán entre sí se dirán su nombre, su edad y una característica entre ellos conversarán un momento, finalmente cada miembro de cada grupo debe presentar a la persona que tiene a su derecha a los demás grupos en general, hasta terminar las presentaciones.			
		Presentar a las personas afectadas los objetivos de nuestra presencia en el albergue.	Exposición de objetivos y reglas del grupo. Se les explicará brevemente lo que se pretende con el grupo, como "queremos ayudarles a estar mejor y a sentirse bien, si muchos ahora se sientes desanimados, esperamos poder ayudarles. Para ayudarlos es necesario que cumplamos con algunas reglas que harán para tener una mejor relación, ahora les mencionaremos las reglas que nosotros traemos para tener una convivencia armoniosa y luego el interventor y preguntara a los participantes si tienen alguna conferencia para arreglarlo podemos opinar todos que cosas podemos hacer para que todo marche bien en esta reunión".			
		Ayudar a las personas a que entiendan el fenómeno que ha sucedido para que logren sentirse más tranquilos.	Explicación del fenómeno. Se les explicará los elementos de la situación que han vivido (dependiendo del tipo de desastre), permitiendo que despejen sus dudas y logren sentirse más tranquilos al conocer mejor la situación, al saber cómo que se dio, cuanto duro o durara, y entiendan que ante esas situaciones las reacciones son comunes y normales ante una situación anormal.			
		Evaluar los síntomas que presentan las	Identificación de síntomas: Guía de evaluación de síntomas tras una situación de desastre dirigida a adultos.			

		personas tras el desastre.	Se les explicará la actividad y se aplicará el instrumento de evaluación grupal.			
		Facilitar la expresión emocional y cognitiva de las personas afectadas de manera que hagan catarsis y logren sentirse mejor.	Momento de desahogo: expresión metafórica. <i>Expresión metafórica y verbal:</i> se formarán grupos de 3 o 4 personas y se les entregará un papelógrafo y material para plasmar un dibujo grupal en el cual expresen lo que pasó en el desastre, después de que éste pasó y lo que están viviendo actualmente. Luego cada grupo explicará su dibujo y expresarán lo que sintieron en cada momento del dibujo.			
		Propiciar a los participantes un momento de relajación para que puedan tranquilizarse después de haber expresado sus emociones y sentimientos acerca del desastre.	Relajación: relajación progresiva (se sugiere que sea ejecutada por una persona que tenga práctica y dominio de esta técnica). Se enseñará la actividad de relajación progresiva en la cual: Se les dirá que se sienten cómodamente y cierran sus ojos. Respiren lentamente poco a poco. Vayan escuchando su respiración sin pensar nada, sientan su cuerpo muy pesado empezando por los dedos de los pies, empezarán a sentirse pesados hasta llegar a la cabeza (se mencionan algunas partes del cuerpo para facilitar la relajación), ahora empiecen a sentir su cuerpo poco a poco liviano, no pesa nada desde la cabeza hasta los pies, y cuando se sientan muy livianos abren los ojos poco a poco.			
		Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	Resumen de sesión, evaluación y cierre. Un facilitador hará un resumen de la sesión e instará a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.			
Terapia de Crisis dirigida a adolescentes	1	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas por el desastre y generar confianza.	Bienvenida Saludo, agradecimiento por la asistencia y colaboración. Además se hará un breve recordatorio acerca de quiénes somos, qué hacemos y para qué estamos en la comunidad o albergue.			
		Recordar y reformular las normas de convivencia planteadas en la sesión anterior.	Normas de convivencia Se instará a los participantes a mencionar las normas de convivencia que se establecieron en la sesión anterior (sesión de intervención en crisis de primera instancia) son el fin de que las recuerden y las apliquen, se explicará que podrán incluir otras normas ya que se trabajará por un periodo más largo, lo cual puede requerir otras formas de convivencia, por ejemplo, llegar puntual, avisar si faltarán a la sesión, reflexionar en cada sesión de trabajo, etc.			
		Animar a los participantes para que se sientan cómodos en el resto de la actividad.	Dinámica de animación: “Déjate ver el nombre”. Los interventores darán las siguientes instrucciones a los participantes: Les entregaremos a cada uno una hoja donde colocarán su nombre y se la pegarán en la espalda, cuando el interventor diga trueno todos buscan escribirle			

Terapia de Crisis dirigida a adolescentes		<p>tantas características como puedan a una persona, cuando vuelva a decir trueno todos buscaran una nueva pareja y le escribirán las características también, así sucesivamente hasta que todos tengan características en sus hojas.</p> <p>Luego formarán un círculo y se le indicará a uno que lea el nombre y las características de la persona que tiene a su derecha, luego seguirán los demás haciendo la misma acción hasta que todos hayan descubierto las características escritas por sus compañeros.</p>			
	<p>Comparar la situación antes y después del desastre para que las personas evidencien los cambios obtenidos en todo nivel (tener en cuenta si ha habido muchos estragos y si esto es temporal o afectará por largo tiempo a las personas).</p>	<p>El ayer, el ahora y el después.</p> <p>El interventor exponer brevemente que el desastre que vivieron ha cambiado el panorama local y nacional, ha cambiado la vida de las familias y de cada una de las personas que vivieron la situación.</p> <p>Luego se forman grupos de 4 a 5 personas a través de una de las técnicas (estas son técnicas para formar grupos y se presentan en anexos del plan de intervención).</p> <p>Luego se les dará una hoja de papel bond a cada uno y colores, temperas, plumones o crayones, y se les indica que cada uno dibujará su forma de ver y sentir ya sea su situación <i>familiar, laboral y/o personal antes del desastre, en la situación actual y como piensan que será después</i> (esta última se explica que es como dar un vistazo al futuro a lo que espera para después). A las personas que no quieran o puedan dibujar se les puede dar plastilina para que formen con ella lo mismo que se pidió en la consigna anterior.</p> <p>Luego se les indica que al terminar todo su dibujo lo expondrá a su grupo y compartirán lo que sienten y piensan sobre su dibujo.</p> <p>Posteriormente se puede compartir entre todos los grupos, es decir que los miembros pueden exponer a los demás sus experiencias y lo que sienten y piensan después de haber compartido con su grupo. Luego el interventor dará mensajes positivos del presente y con respecto al futuro que se está vivo y que se puede luchar para seguir adelante</p>			
	<p>Generar ambiente de seguridad y confianza dentro del grupo.</p>	<p>Abrazo colectivo</p> <p>Se les indica a las personas que se coloquen en círculo y con los brazos extendidos se abrazan unos con otros. Se les induce a tomar conciencia de:</p> <p>La propia respiración.</p> <p>El propio cuerpo.</p> <p>La compañía de quien está a la derecha y quien está a la izquierda.</p> <p>La transmisión de seguridad, paz y solidaridad de cada quien hacia la derecha (dar y recibir).</p> <p>La fuerza grupal.</p>			
	<p>Lograr la relajación de los participantes a través de la focalización de sus problemas y de sus elementos positivos de su vida.</p>	<p>Relajación: Focalización</p> <p>El interventor dará las instrucciones para ejecutar esta técnica comenzará diciendo que busquen una posición cómoda y traten de seguir las instrucciones lo más que se pueda. NOTA: el proceso completo de la técnica se coloca en anexos del plan de intervención.</p>			
	<p>Evaluar la sesión de intervención para</p>	<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.</p>			

Terapia de Crisis dirigida a adolescentes		conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	Un facilitador hará un resumen de la sesión e instará a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.			
	2	Lograr iniciar de manera sistemática la sesión expresando reglas, y actividades.	Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo. Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.			
		Establecer un ambiente de confianza para el desarrollo de las actividades posteriores.	Dinámica de animación: “Las alfombras musicales”. Pedir a los participantes que se pongan de pie, colocar hojas de diario en el suelo. Poner música o cantar, mientras los participantes caminan alrededor de las hojas de papel de diario. Indicar que cuando se detenga la música o se pare de cantar los participantes buscarán quedarse encima de las hojas de diario, y la persona que no quede encima de la hoja de diario saldrá del juego. A medida avance el juego quitar de una en una las hojas de papel, así se seguirá la actividad hasta que queden pocos participantes o quede solamente uno sobre una hoja de papel.			
		Expresar los sentimientos y emociones que no han sido adecuadamente desahogadas. Escuchar y ser escuchado sin interrupciones.	Desahogo a través de técnica: “Cuéntame y te contaré”. Que todos cuenten su experiencia y como la han vivido Formar parejas por afinidad, para facilitar la expresión. Indicarles que se sienten frente a frente y que cada pareja se cuente entre sí lo que les pasó, cómo se sintieron, cómo se sienten actualmente y que es lo que más les afectó de la situación (indicarles que mientras uno habla el otro escucha y luego intercambian papeles). Al final cuando ambos se hayan expresado, se pueden decir alguna palabra de ánimo o las cualidades positivas que notó en él o ella. Luego compartirán con el grupo como se sintieron.			
		Lograr que los participantes expresen sus emociones, sentimientos y pensamientos acerca del desastre y puedan sentirse tranquilos al desahogarse.	Reviviendo el fenómeno por medio de la visualización. Indicar a los participantes que adopten una posición cómoda, y luego que sigan las siguientes indicaciones: Respiren profunda y lentamente por la nariz, dejen salir el aire por la boca. Cierren sus ojos y comiencen a pensar en el momento de la tragedia y piensen en lo que perdieron, lo que sintieron, lo que hicieron, lo que quisieron hacer pero no pudieron. Dejen salir sus más profundos sentimientos y emociones, si desean llorar háganlo, traten de sacar sus emociones, todo eso que se han guardado (dejar que mediten por 10 minutos aproximadamente, mientras se siguen motivando de la misma manera. Los facilitadores que no estén dirigiendo la			

Terapia de Crisis dirigida a adolescentes			<p>actividad deben estar atentos a los cambios de las personas para brindar ayuda oportuna si es necesario).</p> <p>Ahora piensen en lo que sienten por ser sobrevivientes del desastre que sucedió, piensen en las cosas valiosas que tienen ahora y en su nueva forma de ver su vida (dejar que mediten 5 minutos aproximadamente mientras se siguen dando instrucciones en cuanto a los puntos en los que deben pensar).</p> <p>Ahora, respiren profunda y lentamente y dejen salir el aire suavemente (repetir esta indicación 3 veces).</p>			
		Proporcionar armonía personal y grupal a los participantes.	<p>Visualización de colores</p> <p>Formar un círculo entre todos los participantes e interventores tomándose de las manos y cerrando los ojos. El interventor que dirige la actividad indica lo siguiente: vamos a imaginar que un color plateado nos baña el cuerpo desde la cabeza hasta los pies como si fuera una cascada de agua fresca.</p> <p>Ahora imaginaremos que una cascada de agua azul nos transmite la tranquilidad.</p> <p>Ahora un color dorado se introduce en todo nuestro cuerpo como los rayos del sol y nos llenan de vitalidad seguridad y energía.</p> <p>Ahora pueden abrir los ojos lentamente.</p>			
		Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los niños y niñas durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.</p> <p>Hacer un resumen de la sesión e instar a los niños y niñas a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que respondan a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p> <p>Nota: esta actividad tiene que ser dirigida de forma agradable e interesante para los niños/as, usando tonos de voz y teniendo una actitud que sea motivadora para ellos/ellas.</p>			
	3	Lograr iniciar de manera sistemática la sesión expresando reglas, y actividades.	<p>Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo.</p> <p>Saludo y bienvenida.</p> <p>Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días.</p> <p>Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad.</p> <p>Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.</p>			
		Establecer un ambiente de confianza para el desarrollo de las actividades posteriores.	<p>Dinámica de animación: “Los trenes ciegos”.</p> <p>Indicar a las personas:</p> <p>Colóquense en varias filas iguales (con el mismo número de integrantes cada una).</p> <p>Tómense de los hombros sin soltarse, para este juego cada fila es un tren. Se les vendarán los ojos a las dos primeras personas de cada tren y se les indica que los demás miembros de las filas tendrán que orientar a la que tiene los ojos vendados para que crucen el camino con obstáculos</p>			

Terapia de Crisis dirigida a adolescentes			<p>hacia la meta (que será colocada con anticipación a un extremo del espacio utilizado para la actividad).</p> <p>Si los trenes chocan entre si ambos deben regresar al punto de partida y comenzar de nuevo, si un tren choca con un obstáculo debe cumplir lo que dice el cartel que está en el obstáculo, cuando todos los trenes hayan llegado a la meta se reflexiona a partir de estas preguntas: ¿Cómo se sintieron?¿Que aprendemos de esta dinámica?¿Que debemos hacer para coordinar mejor? Nota: los carteles que son los obstáculos pueden llevar penitencias como: cantar, regresar al punto de salida, stop, llantas pinchadas un minuto etc.</p>			
		Ayudar a las personas a desahogar sus necesidades y a identificar posibles redes de apoyo que puedan ayudarles a solventar su situación.	<p>Identificación de redes de apoyo. Se les dará información a las personas sobre las redes de apoyo, por ejemplo “qué son, quiénes las conforman, para qué sirven”, entre otros. Luego se les instará a que identifiquen cuáles son las redes de apoyo dentro de su comunidad y las redes de apoyo individuales, estas se colocarán en papelógrafos. Así mismo se les instará a que identifiquen los problemas y necesidades comunitarias y que los vinculen con las áreas que pueden ayudarles a solventarlos. Además, se les puede motivar a la organización comunal para que puedan hacer frente en conjunto a las dificultades que viven y así pueden presentar sus necesidades a las instituciones sociales. Sobre todo que como jóvenes pueden ejercer un papel primordial dentro de la comunidad para ayudar a todos en general en diferentes actividades. Nota: se pueden formar grupos por afinidad para que hablen sobre una problemática de la comunidad y busquen soluciones alternativas que ellos mismos puedan llevar a cabo.</p>			
		Lograr expresar sentimientos, pensamientos y emociones	<p>Carta a un/a amigo/a Se invita a las personas a que escriban una carta a su mejor amigo/a contándole como se sienten con la situación que están viviendo al finalizar la escritura se les pide que le hagan llegar la carta a la persona destinada.</p>			
		Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre. Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p>			
	4	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	<p>Bienvenida (Acercamiento/rapport) Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.</p>			

Terapia de Crisis dirigida a adolescentes	<p>Generar un ambiente cálido para la jornada de actividades.</p>	<p>Dinámica de animación: “el rompecabezas” Dar las siguientes instrucciones: Formar tres equipos con igual número de integrantes, 2 interventores fungirán como jueces. Entregarle a cada equipo un sobre, el cual contendrá un rompecabezas. En cada sobre se deben incluir dos piezas que no corresponden a las figuras pero su diseño es muy parecido. Indicar a los grupos de que deben armar el rompecabezas en un promedio de 10 minutos. Cuando los equipos terminen y el tiempo se agote, se le pide la opinión a los jueces que les dirán que el rompecabezas no está completo, luego se pide a los tres grupos que analicen lo que han hecho hasta ahora. Se les da un tiempo más para terminar la tarea. La dinámica concluye cuando los tres grupos terminan de armar el rompecabezas correctamente, al terminar se reflexiona como se sintieron con la dinámica y la utilidad del trabajo en equipo y otras experiencias vividas con la actividad.</p>			
	<p>Propiciar un espacio para que los participantes puedan evaluar y despedirse de lo que perdieron.</p>	<p>Evaluando mis pérdidas. Ya con todos los participantes en un determinado grupo, hacer una breve reflexión sobre las pérdidas que ha tenido la comunidad, mientras se proporciona a cada participante una hoja de papel y colores (crayolas, temperas, plumones, otros). Indicarles que dibujen con ese material alguien o algo que perdieron durante el desastre (es importante mencionar que este “algo” pueden ser animales, cosas materiales, estados físicos o emocionales, personas, etc.). Cada adulto presenta su dibujo a los demás y menciona qué le agradaba o gustaba del ser u objeto que representa su dibujo. En este momento los facilitadores deben estar atentos para brindar apoyo emocional si es necesario. Proporcionarles a las personas las siguientes ideas de lo que pueden hacer con sus dibujos: Enviarlos al cielo en forma de humo quemando los dibujos, como un ritual de esperanza (si se hace esto se debe tener cuidado la forma de cómo se quemarán). Romperlos y enterrarlos en un lugar cercano, si es posible cerca de árboles o plantas y mencionar que se puede pensar que la energía de ese “algo” florecerá en la vida de esas plantas.</p>			
	<p>Elaborar un listado o un dibujo de personas y objetos con los que cuentan las personas después de la tragedia.</p>	<p>Evaluando mis recursos (humanos y materiales) Reflexionar brevemente sobre la actividad anterior: “hemos recordado lo que perdimos durante el desastre, lo cual nos puso tristes, ahora vamos a evaluar con que cosas materiales, personas, objetos, estados físicos o emocionales, podemos contar”. Indicarles que harán un listado o dibujo de las cosas, seres o estados con los que cuentan actualmente. Entregarles papel y material para dibujar o hacer el listado. Cada participante expondrá a los demás su trabajo y expresará sus emociones y pensamientos. Reflexionar sobre la actividad y sobre los estados</p>			

Terapia de Crisis dirigida a adolescentes			emocionales actuales.			
		Recobrar la seguridad personal y relajarse.	<p>Reconocer el lugar seguro por medio de una visualización. Indicarles a las personas que tomen asiento y proporcionar las siguientes indicaciones: Cierren sus ojos, concentrarse en su respiración y en la música. Sitúense en un lugar seguro y agradable para ustedes. Vean como es ese lugar, qué colores ven, cómo es el medio ambiente que lo rodea. Explicarles que en ese lugar pueden hacer cosas que no hacen comúnmente, ni se atreven a realizar en otros lugares, como por ejemplo, volar, nadar, saltar más alto que las estrellas, etc. Respiren profundamente y dejen salir el aire suavemente (realizar esta acción 3 veces), ahora abran con lentitud sus ojos. Ya con esos pensamientos, invitarles a que expresen gráficamente en una hoja de papel ese lugar seguro evocado y cómo se sienten</p>			
		Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre. Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p>			
	5	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	<p>Bienvenida (Acercamiento/rapport) Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.</p>			
		Generar un ambiente cálido para la jornada de actividades.	<p>Dinámica de animación: “El mensajito”. Formar con todos los jóvenes un círculo (sentados o parados). El interventor escribirá dos mensajes (oraciones) en una hoja que sólo los verá él, estos mensajes tienen que ser algo extensos como: <i>“la vaca se fue a tomar agua cuando el sol brillaba en la mañana mientras el grillo saltaba rápido”.</i> Decir el mensaje en el oído a una de las personas e indicar que este mensaje será comunicado uno por uno en forma circular hasta que llegue a él/ella nuevamente. Finalmente el interventor dirá el mensaje que le llegó y dirá el mensaje que él envió. Posteriormente se hará lo mismo con otro mensaje.</p>			
		Propiciar un espacio para que los participantes puedan encontrarse a si mismos en una	<p>Buscando el sentido de la vida: “Mis tres primeras cosas”. Solicitar a los participantes que recuerden las tres primeras cosas que sacaron de su casa durante el desastre y lo expresen al grupo. Después se les pregunta ¿sacaron lo correcto? y Si volviera a</p>			

Terapia de Crisis dirigida a adolescentes		nueva etapa de sus vidas y motivarlos a salir adelante.	suceder esa situación otra vez ¿Cuáles serían las 3 primeras cosas que le gustaría sacar? Se puede reflexionar acerca de que es importante aceptar que algunas cosas las pudieron sacar pero otras no, es importante valorar la vida como el tesoro más grande que una persona puede tener.			
		Propiciar un espacio para que los participantes puedan encontrarse a sí mismos en una nueva etapa de sus vidas y motivarlos a salir adelante.	Visualización: ¿Por qué estoy vivo/a? Pedirles que se sienten lo más cómodamente en sus sillas, que cierren sus ojos y respiren profundamente 3 veces. Se les dan las siguientes indicaciones. Comiencen a imaginar un viaje en su mente, van caminando por un camino empedrado luego llegan a una parte del camino lleno de polvo, finalmente llegan a una montaña. En esa montaña busquen un lugar agradable para ustedes, donde se sientan cómodos y en bienestar. Siéntense en ese lugar y pregúntense ¿Por qué estoy vivo? (dejar que las personas respondan en su mente esta pregunta en un promedio de 1 minuto). Ahora pregúntense ¿Cuál es mi tarea en la vida? (dejar 1 minuto para que respondan). Piensen en las metas que tienen y obstáculos que han ido enfrentando en su vida y que hasta ahora han superado. Ahora es tiempo de regresar, levántense e inicien su camino de regreso con la seguridad de que cuando se necesiten sentir apoyados pueden regresar a este lugar y estar en comunión con ustedes mismos y sentir la energía que les fortalece para salir adelante. Reflexionar acerca de la actividad, de manera que se logre comprender el objetivo de esta, e identificar sus nuevas expectativas acerca de su futuro.			
		Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre. Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.			
	6	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	Bienvenida (Acercamiento/rapport) Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.			
		Generar un ambiente cálido para la jornada de actividades.	Dinámica de animación: "Ejercicio de gestos". Indicar a los y las jóvenes que caminen por el salón en diferentes direcciones, ellos deben imitar los gestos que hace el interventor, por ejemplo, levanten la pierna izquierda, muevan sus hombros de forma circular, caminen como si van marchando, caminen más lentamente, y poco a poco caminen más rápido, etc. Después de hacer varios ejercicios,			

Terapia de Crisis dirigida a adolescentes			el interventor cambia la dinámica e incluye a alguien de los participantes para que sea quien dirija la actividad, así sucesivamente, esta otra persona le cederá el lugar de coordinador a otra persona, hasta que todos se muestren animados.			
		Facilitar que los participantes identifiquen algunas metas en su vida para que tengan mayor esperanza acerca de su futuro.	<p>Mi mayor deseo. Pedirles a los participantes que se sienten cómodos, respiren suavemente y saquen el aire lentamente. Practicar esto tres veces. Ahora se les dan las siguientes indicaciones: Imagínense a sí mismos en un lugar que les haga sentirse bien, comiencen a pensar en sus deseos, en cada una de las acciones que tienen que realizar para cumplir ese deseo o deseos. Piensen que los logran poco a poco y en lo bien que se sienten al lograrlo. Esto es lo que los mueve hacia su futuro. Ahora gocen un momento de esa alegría y felicidad que les deja lograr ese deseo, empiecen a respirar profunda y lentamente y de igual forma saquen el aire. Repetir esta acción tres veces. Poco a poco comiencen a abrir los ojos. Ahora las metas que pensaron las van a escribir o dibujar en una hoja de papel, desde la que es más fácil de cumplir hasta aquella que costará más, y luego escribirán las acciones que llevarán a cabo para realizar la que escogieron como más fácil y se propondrán realizarlas hasta conseguir su deseo. Así sucesivamente se les sugiere que más adelante pueden pensar y escribir las acciones que van a realizar para cumplir sus otros deseos. Reflexionar acerca de la importancia de tener metas y de cumplirlas.</p>			
		Evaluar los síntomas que presentan las personas tras el desastre.	Identificación de síntomas: Guía de evaluación de síntomas tras una situación de desastre dirigida a adolescentes y adultos. Se les explicará la actividad y se aplicará el instrumento de evaluación grupal.			
		Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades.	Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias. Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo. Después de esto los interventores compartirán sus emociones, sentimientos y pensamientos acerca de toda la actividad de terapia de crisis.			
		Culminar con las actividades de manera grata para todos los participantes.	Convivio de despedida y cierre. Se compartirá un refrigerio entre participantes de la comunidad o albergue e interventores.			

Instrumento de Validación del Manual de Intervención en crisis en situaciones de desastre para el departamento de psicología de la Universidad de El Salvador (SESIONES DIRIGIDAS A ADULTOS)						
Niveles	Sesiones	Objetivos	Actividades	3	2	1
Primeros Auxilios Psicológicos dirigido a Adultos	1	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	Acercamiento (rapport) Saludo, agradecimiento por la asistencia y colaboración.			
		Desarrollar el proceso de desmitificación en relación al psicólogo en situaciones de desastre.	Presentación de estudiantes y Desmitificación de la profesión del psicólogo. Presentación de facilitadores, institución de la que provenimos (quiénes somos), qué actividades se pretenden realizar (qué hacemos), el objetivo de la visita (para qué estamos en ese lugar). Por ej. "Mi nombre es Juan, soy estudiante de Psicología de la Universidad Nacional, nosotros venimos acá para darles atención psicológica, esto quiere decir que los queremos escuchar, que nos cuenten cómo se sienten por lo que ha sucedido, queremos ayudarles a que se sientan mejor, para lo cual haremos muchas actividades". Espacio para preguntas de los participantes.			
		Conocer a cada uno de los miembros del grupo de intervención.	Dinámica de presentación: "La selva" se entregarán papelitos con nombres o figuras de animales a los participantes y se les explicará que cada uno debe hacer el sonido que hace el animal que le ha tocado todos al mismo tiempo cuando el interventor de la señal, para tratar de encontrar al grupo al que pertenece. Se sentaran formando un círculo luego se presentarán entre sí se dirán su nombre, su edad y una característica entre ellos conversarán un momento, finalmente cada miembro de cada grupo debe presentar a la persona que tiene a su derecha a los demás grupos en general, hasta terminar las presentaciones.			
		Presentar a las personas afectadas los objetivos de nuestra presencia en el albergue.	Exposición de objetivos y reglas del grupo. Se les explicará brevemente lo que se pretende con el grupo, como "queremos ayudarles a estar mejor y a sentirse bien, si muchos ahora se sientes desanimados, esperamos poder ayudarles. Para ayudarlos es necesario que cumplamos con algunas reglas que harán para tener una mejor relación, ahora les mencionaremos las reglas que nosotros traemos para tener una convivencia armoniosa y luego el interventor y preguntara a los participantes si tienen alguna conferencia para arreglarlo podemos opinar todos que cosas podemos hacer para que todo marche bien en esta reunión".			
		Ayudar a las personas a que entiendan el fenómeno que ha sucedido para que logren sentirse más tranquilos.	Explicación del fenómeno. Se les explicará los elementos de la situación que han vivido (dependiendo del tipo de desastre), permitiendo que despejen sus dudas y logren sentirse más tranquilos al conocer mejor la situación, al saber cómo que se dio, cuanto duro o durara, y entiendan que ante esas situaciones las reacciones son comunes y normales ante una situación anormal. Nota: pedir datos a Alcaldía de la comunidad visitada o recopilar información dada por Protección Civil para evitar confundir a las personas.			

		<p>Evaluar los síntomas que presentan las personas tras el desastre.</p>	<p>Identificación de síntomas: Guía de evaluación de síntomas tras una situación de desastre dirigida a adultos. Se les explicará la actividad y se aplicará el instrumento de evaluación grupal “Guía de evaluación de síntomas tras una situación de desastre dirigida a adultos”.</p>			
		<p>Facilitar la expresión emocional y cognitiva de las personas afectadas de manera que hagan catarsis y logren sentirse mejor.</p>	<p>Momento de desahogo: expresión metafórica. <i>Expresión metafórica y verbal:</i> se formarán grupos de 3 o 4 personas y se les entregará un papelógrafo y material para plasmar un dibujo grupal en el cual expresen lo que pasó en el desastre, después de que éste pasó y lo que están viviendo actualmente. Luego cada grupo explicará su dibujo y expresarán lo que sintieron en cada momento del dibujo. Nota: si el grupo es pequeño puede realizarse la actividad de forma individual.</p>			
		<p>Propiciar a los participantes un momento de relajación para que puedan tranquilizarse después de haber expresado sus emociones y sentimientos acerca del desastre.</p>	<p>Relajación: relajación progresiva (se sugiera que sea ejecutada por una persona que tenga práctica y dominio de esta técnica). Se enseñará la actividad de relajación progresiva en la cual: Se les dirá que se sienten cómodamente y cierran sus ojos. Respiren lentamente poco a poco. Vayan escuchando su respiración sin pensar nada, sientan su cuerpo muy pesado empezando por los dedos de los pies, empezarán a sentirse pesados hasta llegar a la cabeza (se mencionan algunas partes del cuerpo para facilitar la relajación), ahora empiecen a sentir su cuerpo poco a poco liviano, no pesa nada desde la cabeza hasta los pies, y cuando se sientan muy livianos abren los ojos poco a poco.</p>			
		<p>Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.</p>	<p>Resumen de sesión, evaluación y cierre. Un facilitador hará un resumen de la sesión e instará a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p>			
Terapia de Crisis dirigida a Adultos	1	<p>Propiciar un acercamiento con las personas afectadas por el desastre y generar confianza.</p>	<p>Bienvenida Saludo, agradecimiento por la asistencia y colaboración. Además se hará un breve recordatorio acerca de quiénes somos, qué hacemos y para qué estamos en la comunidad o albergue.</p>			
		<p>Recordar y reformular las normas de convivencia planteadas en la sesión anterior.</p>	<p>Normas de convivencia Se instará a los participantes a mencionar las normas de convivencia que se establecieron en la sesión anterior son el fin de que las recuerden y las apliquen, se explicará que podrán incluir otras normas ya que se trabajará por un periodo más largo, lo cual puede requerir otras formas de convivencia, por ejemplo, llegar puntual, avisar si faltarán a la sesión, reflexionar en cada sesión de trabajo, etc.</p>			

Terapia de Crisis dirigida a Adultos					
	Animar a los participantes para que se sientan cómodos en el resto de la actividad.	Dinámica de animación gavilán los pollitos y las pollitas. Se pueden utilizar las dinámica el gavilán los pollitos y las pollitas, o se pueden utilizar según las circunstancias y el grupo otras técnicas mencionadas en dinámicas de animación (las dinámicas se colocan en anexos en el plan completo)			
	Comparar la situación antes y después del desastre para que las personas evidencien los cambios obtenidos en todo nivel (tener en cuenta si ha existido muchos estragos y si esto es temporal o afectará por largo tiempo a las personas).	El ayer, el ahora y el después. El interventor exponer brevemente que el desastre que vivieron ha cambiado el panorama local y nacional, ha cambiado la vida de las familias y de cada una de las personas que vivieron la situación. Luego se forman grupos de 4 a 5 personas a través de una de las técnicas (las dinámicas se colocan en anexos en el plan completo) Luego se les dará una hoja de papel bond a cada uno y colores, temperas, plumones o crayones, y se les indica que cada uno dibujará su forma de ver y sentir ya sea su situación familiar, laboral y/o personal antes del desastre, en la situación actual y como piensan que será después (esta última se explica que es como dar un vistazo al futuro a lo que espera para después). A las personas que no quieran o puedan dibujar se les puede dar plastilina para que formen con ella lo mismo que se pidió en la consigna anterior. Luego se les indica que al terminar todo su dibujo lo expondrá a su grupo y compartirán lo que sienten y piensan sobre su dibujo. Posteriormente se puede compartir entre todos los grupos, es decir que los miembros pueden exponer a los demás sus experiencias y lo que sienten y piensan después de haber compartido con su grupo. Luego el interventor dará mensajes positivos del presente y con respecto al futuro que se está vivo y que se puede luchar para seguir adelante.			
	Generar ambiente de seguridad y confianza dentro del grupo.	Abrazo colectivo Se les indica a las personas que se coloquen en círculo y con los brazos extendidos se abrazan unos con otros. Se les induce a tomar conciencia de: La propia respiración. El propio cuerpo. La compañía de quien está a la derecha y quien está a la izquierda. La transmisión de seguridad, paz y solidaridad de cada quien hacia la derecha (dar y recibir). La fuerza grupal			
	Lograr la relajación de los participantes a través de la focalización de sus problemas y de sus elementos positivos de su vida.	Relajación: Focalización. El interventor dará las instrucciones para ejecutar esta técnica comenzara diciendo que busquen una posición cómoda y traten de seguir las instrucciones lo mas que se pueda. (las actividad completa se colocan en anexos en el plan completo)			
Evaluar la sesión de intervención	Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.				

Terapia de Crisis dirigida a Adultos		para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	Un facilitador hará un resumen de la sesión e instará a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.			
	2	Lograr iniciar de manera sistemática la sesión expresando reglas, y actividades.	Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo. Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.			
		Establecer un ambiente de confianza para el desarrollo de las actividades posteriores.	Dinámica de animación: Las alfombras musicales Pedir a los participantes que se pongan de pie, colocar hojas de diario en el suelo. Poner música o cantar, mientras los participantes caminan alrededor de las hojas de papel de diario. Indicar que cuando se detenga la música o se pare de cantar los participantes buscarán quedarse encima de las hojas de diario, y la persona que no quede encima de la hoja de diario saldrá del juego. A medida avance el juego quitar de una en una las hojas de papel, así se seguirá la actividad hasta que queden pocos participantes o quede solamente uno sobre una hoja de papel.			
		Expresar los sentimientos y emociones que no han sido adecuadamente desahogadas. Escuchar y ser escuchado sin interrupciones.	Desahogo a través de técnica: cuéntame y te contaré Formar parejas por afinidad, para facilitar la expresión. Indicarles que se sienten frente a frente y que cada pareja se cuente entre sí lo que les pasó, cómo se sintieron, cómo se sienten actualmente y que es lo que más les afectó de la situación (indicarles que mientras uno habla el otro escucha y luego intercambian papeles). Al final cuando ambos se hayan expresado, se pueden decir alguna palabra de ánimo o las cualidades positivas que notó en él o ella. Luego compartirán con el grupo como se sintieron.			
		Lograr que los participantes expresen sus emociones, sentimientos y pensamientos acerca del desastre y puedan sentirse tranquilos al desahogarse.	Reviviendo el fenómeno por medio de la visualización. Indicar a los participantes que adopten una posición cómoda, y luego que sigan las siguientes indicaciones: Respiren profunda y lentamente por la nariz, dejen salir el aire por la boca. Cierren sus ojos y comiencen a pensar en el momento de la tragedia y piensen en lo que perdieron, lo que sintieron, lo que hicieron, lo que quisieron hacer pero no pudieron. Dejen salir sus más profundos sentimientos y emociones, si desean llorar háganlo, traten de sacar sus emociones, todo eso que se han guardado (dejar que mediten por 10 minutos aproximadamente, mientras se siguen motivando de la misma manera. Los facilitadores que no estén dirigiendo la actividad			

Terapia de Crisis dirigida a Adultos			<p>deben estar atentos a los cambios de las personas para brindar ayuda oportuna si es necesario).</p> <p>Ahora piensen en lo que sienten por ser sobrevivientes del desastre que sucedió, piensen en las cosas valiosas que tienen ahora y en su nueva forma de ver su vida (dejar que mediten 5 minutos aproximadamente mientras se siguen dando instrucciones en cuanto a los puntos en los que deben pensar).</p> <p>Ahora, respiren profunda y lentamente y dejen salir el aire suavemente (repetir esta indicación 3 veces).</p> <p>Finalmente se hace una reflexión acerca de la actividad y se pregunta a los participantes sus sentimientos, pensamientos y emociones durante la actividad.</p>		
		Proporcionar armonía personal y grupal a los participantes.	<p>Visualización de colores</p> <p>Formar un círculo entre todos los participantes e interventores tomándose de las manos y cerrando los ojos.</p> <p>El interventor que dirige la actividad indica lo siguiente: vamos a imaginar que un color plateado nos baña el cuerpo desde la cabeza hasta los pies como si fuera una cascada de agua fresca.</p> <p>Ahora imaginaremos que una cascada de agua azul nos transmite la tranquilidad.</p> <p>Ahora un color dorado se introduce en todo nuestro cuerpo como los rayos del sol y nos llenan de vitalidad seguridad y energía.</p> <p>Ahora pueden abrir los ojos lentamente.</p>		
		Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los niños y niñas durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.</p> <p>Hacer un resumen de la sesión e instar a los niños y niñas a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que respondan a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron?</p> <p>Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p> <p>Nota: esta actividad tiene que ser dirigida de forma agradable e interesante para los niños/as, usando tonos de voz y teniendo una actitud que sea motivadora para ellos/ellas.</p>		
	3	Lograr iniciar de manera sistemática la sesión expresando reglas, y actividades.	<p>Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo.</p> <p>Saludo y bienvenida.</p> <p>Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días.</p> <p>Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad.</p> <p>Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.</p>		
		Establecer un ambiente de confianza para el desarrollo de las actividades posteriores.	<p>Dinámica de animación: Cabrita sal de mi huerta</p> <p>Las personas participantes se toman de las manos y forman un círculo. Una persona voluntaria pasa al centro y será la cabrita. El grupo dice “cabrita sal de mi huerta”.</p> <p>Y la cabrita pregunta “¿por dónde si no veo la puerta?”.</p> <p>El grupo al mismo tiempo levanta los brazos y dice “Por aquí”.</p> <p>La cabrita intenta escapar. Quien la deje escapar, pasará a ser la cabrita y sigue el juego.</p>		

Terapia de Crisis dirigida a Adultos			Nota: si es necesario otra variedad de actividades de ambientación ver anexos.			
		Ayudar a los participantes a comprender como vivieron la experiencia sus hijos e incitarlos a que busquen y practiquen las alternativas necesarias para ayudarlos a superar la experiencia de desastre.	<p>Hablemos de nuestros hijos/as</p> <p>Explicar a los participantes el objetivo y proceso de la actividad. Colocar dos papelógrafos en la pared y pedirles a dos voluntarios que dibujen un niño y una niña, uno cada uno en cada papelógrafos.</p> <p>Dividir a los participantes en grupos de 3 o 4 personas (o más si el grupo es demasiado grande) a través de la dinámica de los números, en la cual cada persona debe decir un numero y luego se agrupan de acuerdo al número que les corresponde. Indicarles que piensen y reflexionen acerca de cómo se sintieron sus hijos durante y después del desastre y como los han observado los últimos días, qué pueden estar necesitando ahora, cómo puedo ayudarles a sentirse mejor.</p> <p>Escribirán en grupo las respuestas a estas preguntas, luego cada grupo leerá sus respuestas y el interventor las anotará alrededor de los dibujos de niño y niña que se hicieron al inicio de la actividad.</p> <p>Finalmente, hacer una síntesis de lo expuesto y reflexionar sobre el tema, concientizando a las personas acerca de que es necesario que ellos estén bien física y mentalmente para que sus hijos también lo estén.</p>			
		Ayudar a las personas a desahogar sus necesidades y a identificar posibles redes de apoyo que puedan ayudarles a solventar su situación.	<p>Identificación de redes de apoyo</p> <p>Se les dará información a las personas sobre las redes de apoyo, por ejemplo “qué son, quiénes las conforman, para qué sirven”, entre otros. Luego se les instará a que identifiquen cuáles son las redes de apoyo dentro de su comunidad y las redes de apoyo individuales, estas se colocarán en papelógrafos. Así mismo se les instará a que identifiquen los problemas y necesidades comunitarias y que los vinculen con las áreas que pueden ayudarles a solventarlos. Además, se les puede motivar a la organización comunal para que puedan hacer frente en conjunto a las dificultades que viven y así pueden presentar sus necesidades a las instituciones sociales.</p>			
		Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.</p> <p>Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p>			
	4	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	<p>Bienvenida (Acercamiento/rapport)</p> <p>Saludo y bienvenida.</p> <p>Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días.</p> <p>Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.</p>			

Terapia de Crisis dirigida a Adultos	<p>Generar un ambiente cálido para la jornada de actividades.</p>	<p>Dinámica de animación: tocando colores El interventor les da instrucciones a los participantes que caminen por todo el salón y cuando el interventor mencione un color todos buscaran a la persona que posee ese color en su ropa y la tocan con sus manos, se sigue caminando y se mencionan otros colores (seguir mencionando por un aproximado de 3 minutos). Indicarles que ahora tienen que tocar a alguien que tenga en su ropa el mismo color que ellos andan y harán una cadena hasta que tengan 5 miembros. Esto servirá para formar grupos para la próxima actividad.</p> <p>Nota: se puede alternar con otras técnicas de animación que se encuentran en anexo (las dinámicas se colocan en anexos en el plan completo)</p>			
	<p>Propiciar un espacio para que los participantes puedan evaluar y despedirse de lo que perdieron.</p>	<p>Evaluando mis pérdidas Ya con todos los participantes en un determinado grupo, hacer una breve reflexión sobre las pérdidas que ha tenido la comunidad, mientras se proporciona a cada participante una hoja de papel y colores (crayolas, temperas, plumones, otros). Indicarles que dibujen con ese material alguien o algo que perdieron durante el desastre (es importante mencionar que este “algo” pueden ser animales, cosas materiales, estados físicos o emocionales, personas, etc.). Cada adulto presenta su dibujo a los demás y menciona qué le agradaba o gustaba del ser u objeto que representa su dibujo. En este momento los facilitadores deben estar atentos para brindar apoyo emocional si es necesario. Proporcionarles a las personas las siguientes ideas de lo que pueden hacer con sus dibujos: Enviarlos al cielo en forma de humo quemando los dibujos, como un ritual de esperanza (si se hace esto se debe tener cuidado la forma de cómo se quemarán). Romperlos y enterrarlos en un lugar cercano, si es posible cerca de árboles o plantas y mencionar que se puede pensar que la energía de ese “algo” florecerá en la vida de esas plantas.</p>			
	<p>Elaborar un listado o un dibujo de personas y objetos con los que cuentan las personas después de la tragedia.</p>	<p>Evaluando mis recursos (humanos y materiales) Reflexionar brevemente sobre la actividad anterior: “hemos recordado lo que perdimos durante el desastre, lo cual nos puso tristes, ahora vamos a evaluar con que cosas materiales, personas, objetos, estados físicos o emocionales, podemos contar”. Indicarles que harán un listado o dibujo de las cosas, seres o estados con los que cuentan actualmente. Entregarles papel y material para dibujar o hacer el listado. Cada participante expondrá a los demás su trabajo y expresará sus emociones y pensamientos. Reflexionar sobre la actividad y sobre los estados emocionales actuales.</p>			
	<p>Recobrar la seguridad personal y relajarse.</p>	<p>Reconocer el lugar seguro Indicarles a las personas que tomen asiento y proporcionar las siguientes indicaciones: Cierren sus ojos, concentrarse en su respiración y en la música. Sitúense en un lugar seguro y agradable para ustedes.</p>			

Terapia de Crisis dirigida a Adultos			<p>Veán como es ese lugar, qué colores ven, cómo es el medio ambiente que lo rodea.</p> <p>Explicarles que en ese lugar pueden hacer cosas que no hacen comúnmente, ni se atreven a realizar en otros lugares, como por ejemplo, volar, nadar, saltar más alto que las estrellas, etc. Respiren profundamente y dejen salir el aire suavemente (realizar esta acción 3 veces), ahora abran con lentitud sus ojos. Ya con esos pensamientos, invitarles a que expresen gráficamente en una hoja de papel ese lugar seguro evocado y cómo se sienten.</p>			
		<p>Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.</p>	<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.</p> <p>Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p>			
	5	<p>Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.</p>	<p>Bienvenida (Acercamiento/rapport)</p> <p>Saludo y bienvenida.</p> <p>Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días.</p> <p>Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.</p>			
		<p>Generar un ambiente cálido para la jornada de actividades.</p>	<p>Dinámica de animación: el mundo</p> <p>Todas las personas se sientan en su silla formando un círculo el facilitador lanza una pelota a cualquier persona y al mismo tiempo dice una de estas tres palabras: tierra, mar o aire, la persona que reciba la pelota debe decir un nombre de un animal de tierra de mar o de agua según la palabra que haya dicho el lanzador de la pelota, así sucesivamente se seguirá lanzando al pelota al azar y al lanzar la pelota también se puede decir MUNDO por lo cual toda la gente tendrá que cambiar de silla.</p> <p>Nota: al recibir la pelota no es válido decir nombres genéricos como: mamífero, pez, pájaro.</p> <p>Se debe decir tierra mar o aire al mismo tiempo que se lanza la pelota, y no se debe lanzar a la pelota a las mismas personas.</p>			
		<p>Propiciar un espacio para que los participantes puedan encontrarse a sí mismos en una nueva etapa de sus vidas y motivarlos a salir adelante.</p>	<p>Buscando el sentido de la vida: "mis tres primeras cosas".</p> <p>Solicitar a los participantes que recuerden las tres primeras cosas que sacaron de su casa durante el desastre y lo expresen al grupo.</p> <p>Después se les pregunta ¿sacaron lo correcto? y Si volviera a suceder esa situación otra vez ¿Cuáles serían las 3 primeras cosas que le gustaría sacar?</p> <p>Se puede reflexionar acerca de que es importante aceptar que algunas cosas las pudieron sacar pero otras no, es importante valorar la vida como el tesoro más grande que una persona puede tener.</p>			

Terapia de Crisis dirigida a Adultos		<p>Propiciar un espacio para que los participantes puedan encontrarse a sí mismos en una nueva etapa de sus vidas y motivarlos a salir adelante.</p>	<p>Visualización: ¿por qué estoy vivo/a? Pedirles que se sienten los más cómodamente en sus sillas, que cierren sus ojos y respiren profundamente 3 veces. Se les dan las siguientes indicaciones. Comiencen a imaginar un viaje en su mente, van caminando por un camino empedrado luego llegan a una parte del camino lleno de polvo, finalmente llegan a una montaña. En esa montaña busquen un lugar agradable para ustedes, donde se sientan cómodos y en bienestar. Siéntense en ese lugar y pregúntense ¿Por qué estoy vivo? (dejar que las personas respondan en su mente esta pregunta en un promedio de 1 minuto). Ahora pregúntense ¿Cuál es mi tarea en la vida? (dejar 1 minuto para que respondan). Piensen en las metas que tienen y obstáculos que han ido enfrentando en su vida y que hasta ahora han superado. Ahora es tiempo de regresar, levántense e inicien su camino de regreso con la seguridad de que cuando se necesiten sentir apoyados pueden regresar a este lugar y estar en comunión con ustedes mismos y sentir la energía que les fortalece.</p>			
		<p>Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.</p>	<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre. Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p>			
		<p>Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.</p>	<p>Bienvenida (Acercamiento/rapport) Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.</p>			
	6	<p>Generar un ambiente cálido para la jornada de actividades.</p>	<p>Dinámica de animación: “Conversando con los vecino” Se les indica a los participantes: Caminen por el salón sin platicar, con las manos sueltas, mirándose a la cara. Al toque del silbato deben saludar a la persona que se encuentre en frente, como si ya se conocieran. Luego de sonar el silbato nuevamente siguen caminando y cada vez que suene el silbato deben cambiar de pareja y hablar sobre la pregunta que hará el interventor. Algunas preguntas pueden ser: ¿Cómo se han sentido en todo este tiempo durante las actividades de grupo? ¿Qué es lo que más les gusta de su comunidad? ¿A qué lugar quisieran ir de viaje con su familia? Al final preguntar cómo se han sentido. Reflexionar sobre la importancia de tener confianza en sí</p>			

Terapia de Crisis dirigida a Adultos			mismos y en los demás.			
	Motivar a los participantes a la búsqueda de metas personales.	<p>Identificación de metas y búsqueda de alternativas para alcanzarlas.</p> <p>Se les da una hoja de papel bond a cada participante y se les indica que coloque las metas que tiene para su vida de ahora en adelante. Estas las pueden dividir en metas a corto plazo, a mediano plazo y a largo plazo. Quienes no puedan escribir serán ayudados por los interventores.</p> <p>Incitar a los participantes a exponer algunas de sus metas.</p> <p>Después se reflexiona acerca de la importancia de proponerse metas y de dividir las en las tres partes en que se dividieron, sobre la importancia de proponerse metas en este punto de sus vidas para que encuentren mayor sentido a sus vidas.</p> <p>Finalmente se reflexiona sobre que es momento de continuar con su vida, buscar a personas que les apoyen, buscar un empleo o empezar a levantar nuevamente su negocio. Es tiempo de salir adelante y de sacar a su familia adelante.</p>				
	Evaluar los síntomas que presentan las personas tras la aplicación de la terapia de crisis.	<p>Identificación de síntomas: Guía de evaluación de síntomas tras una situación de desastre dirigida a adolescentes y adultos. Se les explicará la actividad y se aplicará el instrumento de evaluación grupal "Guía de evaluación de síntomas tras una situación de desastre dirigida a adultos".</p>				
	Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades.	<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias.</p> <p>Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p> <p>Después de esto los interventores compartirán sus emociones, sentimientos y pensamientos acerca de toda la actividad de terapia de crisis.</p>				
	Culminar con las actividades de manera grata para todos los participantes.	<p>Convivio de despedida y cierre.</p> <p>Se compartirá un refrigerio entre los/las niños/as de la comunidad o albergue e interventores.</p>				

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA**

YO _____ DOY POR REVISADO Y
ESTOY DE ACUERDO _____ Ó EN DESACUERDO _____ CON EL "MANUAL DE INTERVENCIÓN EN CRISIS EN
SITUACIONES DE DESASTRE DIRIGIDO A NIÑOS/AS, ADOLESCENTES Y ADULTOS (NUEVA ADAPTACIÓN PARA
EL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR)".

SELLO: _____

NOMBRE: _____

FIRMA: _____

SAN SALVADOR, A LOS _____ DIAS DEL MES DE _____ DE 2010.

ANEXO # 4

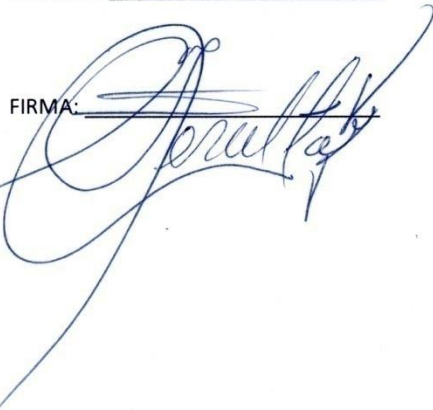
HOJAS DE VALIDACIÓN DE PROFESIONALES (JUECES DE LA PROPUESTA DE TRATAMIENTO)

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

YO Fidel Salomón Peralta Velásquez DOY POR REVISADO Y ESTOY DE ACUERDO
X Ó EN DESACUERDO _____ CON EL "MANUAL DE INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRE DIRIGIDO A
NIÑOS/AS, JOVENES Y ADULTOS (NUEVA ADAPTACIÓN PARA EL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE EL
SALVADOR)".

SELLO: _____

NOMBRE: Fidel Salomón Peralta

FIRMA: 

SAN SALVADOR A LOS 14 DIAS DEL MES DE Julio DE 2010.

Pero, hago OBSERVACIONES.

- 1- Revisen los objetivos específicos
uno sugiero que lo quiten
- Entregar un plan de intervencion

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

YO Jessica de los Angeles Flores Cárdenas ESTOY POR REVISADO Y ESTOY DE ACUERDO
X EN DESACUERDO _____ CON EL "MANUAL DE INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRE DIRIGIDO A
NIÑOS/AS, JOVENES Y ADULTOS (NUEVA ADAPTACIÓN PARA EL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE EL
SALVADOR)".

Licda. Jessica de los Angeles Flores Cárdenas
PSICOLOGA
J.V.P.P. No. 3546
EL SALVADOR, C.A.

SELLO: _____

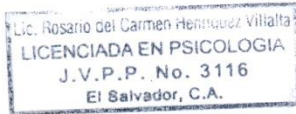
NOMBRE: Jessica de los Angeles Flores Cárdenas

FIRMA: Jessica FC

SAN SALVADOR A LOS 15 DIAS DEL MES DE Julio DE 2010.

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

YO Rosario del Carmen Henriquez Villalta. DOY POR REVISADO Y ESTOY DE ACUERDO
 Ó EN DESACUERDO _____ CON EL "MANUAL DE INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRE DIRIGIDO A
NIÑOS/AS, JOVENES Y ADULTOS (NUEVA ADAPTACIÓN PARA EL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE EL
SALVADOR)".



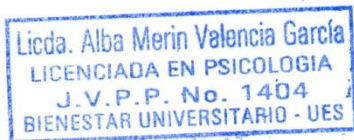
SELLO: _____

NOMBRE: Rosario Henriquez Villalta

FIRMA: 12 del 12/12/20

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

YO Alba Merin Valencia DOY POR REVISADO Y ESTOY DE ACUERDO
X Ó EN DESACUERDO _____ CON EL MANUAL DE INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRE DIRIGIDO A
NIÑOS/AS, JOVENES Y ADULTOS (NUEVA ADAPTACIÓN PARA EL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE EL
SALVADOR)".



SELLO: _____

NOMBRE: Alba Merin Valencia

FIRMA:

SAN SALVADOR A LOS 13 DIAS DEL MES DE 07 DE 2010.

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

YO Amparo Geraldinne Orantes Zaldivia DOY POR REVISADO Y ESTOY DE ACUERDO
 Ó EN DESACUERDO _____ CON EL "MANUAL DE INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRE DIRIGIDO A
NIÑOS/AS, JOVENES Y ADULTOS (NUEVA ADAPTACIÓN PARA EL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE EL
SALVADOR)".

Licda. Amparo Geraldinne Orantes Zaldivia
LICENCIADA EN PSICOLOGIA
J.V.P.P. 2591 El Salvador, C.A.

SELLO:

NOMBRE:

Amparo G. Orantes

FIRMA:



SAN SALVADOR A LOS 15 DIAS DEL MES DE Julio DE 2010.

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

YO Roxana María Galdámez Velásquez DOY POR REVISADO Y ESTOY DE ACUERDO
____ O EN DESACUERDO ____ CON EL PLAN DE INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRE DIRIGIDO A
NIÑOS/AS, JOVENES Y ADULTOS (NUEVA ADAPTACIÓN PARA EL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE EL
SALVADOR)".



SELLO: _____

NOMBRE: Roxana M^g Galdámez

FIRMA:

SAN SALVADOR A LOS 16 DIAS DEL MES DE julio DE 2010.

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

YO Maricela Velasco DOY POR REVISADO Y ESTOY DE ACUERDO
X Ó EN DESACUERDO _____ CON EL "MANUAL DE INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRE DIRIGIDO A NIÑOS/AS, JOVENES Y ADULTOS (NUEVA ADAPTACIÓN PARA EL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR)".

SELLO: _____

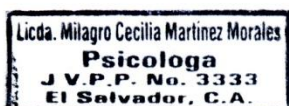
NOMBRE: Maricela Velasco

FIRMA: 

SAN SALVADOR A LOS 14 DIAS DEL MES DE Julio DE 2010.

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

YO Milagro Cecilia Martínez Morales DOY POR REVISADO Y ESTOY DE ACUERDO
X Ó EN DESACUERDO _____ CON EL "MANUAL DE INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRE DIRIGIDO A
NIÑOS/AS, JOVENES Y ADULTOS (NUEVA ADAPTACIÓN PARA EL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE EL
SALVADOR)".



SELLO: _____

NOMBRE: Milagro C. Martínez M.

FIRMA: 

SAN SALVADOR A LOS 16 DIAS DEL MES DE jul. DE 2010.

ANEXO # 5

MATRIZ DE RESULTADOS DE LA RAZÓN DE VALIDEZ DE CONTENIDO

MATRIZ DE RESULTADOS DE LA RAZÓN DE VALIDEZ DE CONTENIDO CVR: LAWSHER (1975)

PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS DIRIGIDOS A NIÑOS Y NIÑAS

Sesiones	Actividad	Esencial	Útil pero no esencial	No esencial	Total	CVR	Valor mínimo	Validez de contenido
Sesión 1	Actividad 1	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 2	7	0	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 3	7	0	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 4	7	0	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 5	7	0	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 6	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 7	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 8	7	1	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 9	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida

TERAPIA DE CRISIS DIRIGIDA A NIÑOS Y NIÑAS

Sesiones	Actividad	Esencial	Útil pero no esencial	No esencial	Total	CVR	Valor mínimo	Validez de contenido
Sesión 1	Actividad 1	7	0	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 2	5	0	0	8	0.25	0.75	No Válida
	Actividad 3	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 4	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 5	7	1	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 6	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
Sesión 2	Actividad 1	7	0	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 2	7	0	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 3	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 4	7	0	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 5	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
Sesión 3	Actividad 1	7	0	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 2	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 3	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 4	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 5	7	0	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 6	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
Sesión 4	Actividad 1	7	0	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 2	7	0	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 3	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 4	7	0	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 5	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
Sesión 5	Actividad 1	7	0	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 2	7	0	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 3	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 4	7	0	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 5	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 6	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida

PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS DIRIGIDOS A ADOLESCENTES								
Sesiones	Actividad	Esencial	Útil pero no esencial	No esencial	Total	CVR	Valor mínimo	Validez de contenido
Sesión 1	Actividad 1	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 2	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 3	7	1	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 4	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 5	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 6	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 7	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 8	7	1	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 9	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
TERAPIA DE CRISIS DIRIGIDA A ADOLESCENTES								
Sesiones	Actividad	Esencial	Útil pero no esencial	No esencial	Total	CVR	Valor mínimo	Validez de contenido
Sesión 1	Actividad 1	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 2	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 3	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 4	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 5	7	1	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 6	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 7	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
Sesión 2	Actividad 1	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 2	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 3	7	1	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 4	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 5	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 6	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
Sesión 3	Actividad 1	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 2	7	1	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 3	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 4	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 5	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
Sesión 4	Actividad 1	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 2	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 3	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 4	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 5	7	1	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 6	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
Sesión 5	Actividad 1	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 2	7	1	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 3	7	1	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 4	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 5	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
Sesión	Actividad 1	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida

6	Actividad 2	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 3	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 4	7	1	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 5	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 6	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS DIRIGIDOS A ADULTOS								
Sesiones	Actividad	Esencial	Útil pero no esencial	No esencial	Total	CVR	Valor mínimo	Validez de contenido
Sesión 1	Actividad 1	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 2	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 3	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 4	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 5	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 6	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 7	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 8	7	1	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 9	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
TERAPIA DE CRISIS DIRIGIDA A ADULTOS								
Sesiones	Actividad	Esencial	Útil pero no esencial	No esencial	Total	CVR	Valor mínimo	Validez de contenido
Sesión 1	Actividad 1	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 2	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 3	6	2	0	8	0.50	0.75	No Válida
	Actividad 4	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 5	6	2	0	8	0.50	0.75	No Válida
	Actividad 6	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 7	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
Sesión 2	Actividad 1	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 2	7	1	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 3	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 4	7	1	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 5	6	2	0	8	0.50	0.75	No Válida
Sesión 3	Actividad 6	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 1	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 2	6	2	0	8	0.50	0.75	No Válida
	Actividad 3	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 4	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
Sesión 4	Actividad 5	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 1	7	1	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 2	7	1	0	8	0.75	0.75	Válida
	Actividad 3	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 4	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 5	7	1	0	8	0.75	0.75	Válida
Sesión 5	Actividad 6	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 1	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
Sesión 5	Actividad 1	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 2	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida

	Actividad 3	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 4	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 5	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
Sesión 6	Actividad 1	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 2	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 3	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 4	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 5	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida
	Actividad 6	8	0	0	8	1.00	0.75	Válida

ANEXO #6

CUADROS DE VACIADO DE DATOS DE ENTREVISTAS

VACIADO DE DATOS DE ENTREVISTAS A PERSONAS DE INSTITUCIONES QUE BRINDAN INTERVENCION EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRE.

PREGUNTAS	RESPUESTAS DE CADASUJETO			
	1	2	3	4
1. ¿Conoce usted algún plan de intervención en crisis que se haya implementado por el Departamento de Psicología?	No	No	Si , en terremoto de 2001	No
2. ¿Considera que en el Departamento las formas de cómo se ha intervenido en situaciones de desastre han ayudado a disminuir o eliminar los efectos psicológicos que causan éstas?	Desconoce la intervención	Desconoce los resultados	Si, pero es necesario un enfoque desde la base educativa permanente en la UES.	Desconoce el trabajo
3. ¿Cree que es necesario que el Departamento tenga un manual de Intervención en Crisis completo para poder implementar en situaciones de desastre?	No, lo más interesante es la estrategia de intervención.	Si, con capacitación y seguimiento.	Si, preferiblemente una asignatura que complete el proceso.	No solamente un manual, sino también una materia.
4. ¿Qué aspectos debería retomar o contener un plan de intervención en crisis?	Emersión comunitaria. Que los interventores tengan relación con la comunidad y conozcan su realidad. Hacer intervención grupal e individual.	Iniciar con un acompañamiento, sin intervención como parte de un diagnóstico de necesidades, por lo menos que dure unos 15 días, esto permite conocerlos y tener un adecuado rapport.	1. Necesidades básicas. 2. Concepto de desastre. 3. Enfoque social comunitario.	1. Atención Psicosocial 2. Análisis de riesgos.
5. ¿Cree usted que hay que capacitar al personal que dará la intervención antes de que el hecho ocurra, y por cuánto tiempo se tiene que capacitar?	Si	Capacitar en metodología, habilidades sociales e individuales, cuidado personal, cuidado del equipo interventor.	Si, debería ser constante como una materia.	Si
6. ¿Qué piensa usted de que se capacite a los estudiantes periódicamente para poder estar preparados a la hora de cualquier situación de desastre?	Bueno	Es bueno, hay que dar seguimiento a la capacitación.	Periódicamente	Es importante
7. ¿Qué características debe tener la persona que implementa la intervención en crisis?	Compromiso con la gente Conocimiento sobre la crisis Espíritu de trabajo en equipo	Capacidad de escucha Conocimiento sobre el manejo y transformación de conflictos Empatía Compromiso social Estabilidad emocional Apertura a nuevos conocimientos	Ser analítico Ser pro social Capacidad de organización	-----
8. ¿Debería el Departamento estar capacitado adecuadamente para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre?	Si	Si, como institución de formación de profesionales para la salud mental debería de contemplar	Si, es parte de la devolución a la sociedad.	-----

		esta necesidad.		
9. De las siguientes ¿Cuáles cree usted que son las áreas psicológicas que se deben abordar una la intervención en crisis? <ul style="list-style-type: none"> • Afrontamiento • Desahogo • Área cognitiva • Área conductual • Área emocional • Relaciones interpersonales 	Todos	Todos	Todos	Todos
10. Según su criterio ¿En cuál de las áreas anteriores se debería hacer énfasis en la intervención?	Según el diagnóstico	Para afectados directos: desahogo emocional.	Todos como enfoque macro.	-----
11. Según su experiencia ¿en qué efectos psicológicos debería enfocarse la intervención? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Opciones:</i> Tristeza, Miedo, Enojo, Ansiedad, Baja autoestima, Culpa, Impulsividad, Ideas irracionales, Dificultad para decidir, Pensamiento suicida, Desconcentración, Preocupación, Llanto, Conducta errática, Vigilancia extrema, Inquietud, Agresividad, Conflictos en las relaciones. 	Según diagnóstico. Se prioriza conflictos en relaciones.	Todos	Todos como personalidad	Todos
12. ¿De acuerdo a su experiencia de cuántas sesiones debería contar un plan de intervención en crisis y cuánto tiempo debería durar cada sesión? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Opciones:</i> <i>Número de sesiones:</i> 1 a 3 sesiones, 3 a 5 sesiones, 6 a 8 sesiones, Más de 8 sesiones. Tiempo: 1 semana, 2 o 3 semanas, 1 mes, Más de 3 meses, 2 a 3 meses.	6 a 8 sesiones, en un mes.	Más de 8 sesiones	Más de 3 meses (2 horas cada sesión) retomando organización, apoyo emocional, redes de comunicación.	Se debe continuar hasta que se reubiquen.
13. ¿Cuánto tiempo después del desastre hay que esperar para dar una intervención adecuada? <ul style="list-style-type: none"> • <i>Opciones:</i> Inmediatamente ocurre el desastre, Una semana después del desastre, Tres semanas después del desastre, Un mes después del desastre, Más de dos meses después del desastre. 	1 mes después	Más de 3 meses (acompañamiento inmediatamente) y dependiendo del tipo de desastre y de población afectada.	Inmediato	Depende de que tan organizadas estén las comunidades, lo primero es cubrir las necesidades básicas.
14. ¿Qué recomendaciones podría brindar para la elaboración de un plan de intervención en crisis?	Revisión de planes de intervención en crisis,	Profundizar sobre intervenciones realizadas en otros países que	Realizar un análisis del contexto social y	Ponerse en coordinación. Hacer análisis de riesgos.

	Buscar fortalecer a las personas.	hayan sido efectivas. Preparar más a los profesionales con vocación de servicio para apoyar en caso de desastre.	vulnerabilidad y reducción de riesgos.	Elaborar plan para UES y para otra institución.
--	-----------------------------------	---	--	---

VACIADO DE DATOS DE ENTREVISTAS A DOCENTES

PREGUNTAS	RESPUESTAS DE CADA SUJETO				
	1	2	3	4	5
1. ¿Conoce usted algún plan de intervención en crisis que se haya implementado en el Departamento de Psicología?	Si, no hay uno específico del Departamento.	Si, se implementó uno en 1986 con la UNICEF.	Si	Si se elaboró uno en 1985 para situaciones de desastre.	No hay uno estructurado.
2. ¿Considera que en el Departamento las formas de cómo se ha intervenido en situaciones de desastre han ayudado a disminuir o eliminar los efectos psicológicos que causan éstas?	Si en alguna medida.	Si, en ese momento si se les ayudó.	No se sabe si funcionó porque no se controla su efecto.	Si en ese tiempo.	Si, pero no con la incidencia que debería tener una universidad estatal.
3. ¿Cree que es necesario que el Departamento tenga un manual de Intervención en Crisis completo para poder implementar en situaciones de desastre?	Si, con características de nuestra realidad.	Si, no solo un manual, sino también con brigadas.	Si, para prevenir en caso de emergencia.	Si porque ayudaría a que cualquier estudiante o docente lo aplicara.	Si, que tenga protocolos de intervención específica.
4. ¿Qué aspectos debería retomar o contener un plan de intervención en crisis?	Clasificarse hacia que población irá dirigido, recursos didácticos, presentación, indicaciones generales, primer acercamiento con las personas, explicación de lo que está pasando, dinámicas, terapia, evaluación y seguimiento.	Disminuir estados de desequilibrio emocional de las personas, ayudarles a disminuir su duelo (personas, objetos, mascotas), proyecto de vida, disminuir miedos, todo lo que implica el estado de crisis, tristeza. En casos severos hacer tratamiento individual.	El área de psicología, todas las manifestaciones producidas por las situaciones de desastre (depresión, alucinación, trabajar la estructura psicosocial, organización, integración familiar, métodos de enseñanza).	Marco conceptual y la manera que ha sido tratada la persona, el impacto en su vida, los efectos. Poner los objetivos, las áreas, las técnicas, recursos, programación de acción con la población.	Evaluar rápidamente las condiciones del lugar y las personas, capacitación y competencias necesarias del interventor, el proceso para hacer las intervenciones con cada persona de forma general y después mas específico, que haya intercambio del grupo interventor, que se les atienda a ellos también. Recomendaciones sobre la vestimenta apropiada.
5. ¿Cree usted que hay que capacitar al personal que dará la intervención antes de que el hecho ocurra, y por cuánto tiempo se tiene que capacitar?	Si, en una semana, pero debería haber una materia.	Es cuestión de políticas institucionales.	Capacitación teórica, ensayo y error.	Si.	Si, para tener una noción general y que los estudiantes y docentes reciban capacitaciones.

6. ¿Qué piensa usted de que se capacite a los estudiantes periódicamente para poder estar preparados a la hora de cualquier situación de desastre?	Si	Si, permanentemente. No ser como bomberos apaga fuegos.	Estoy de acuerdo.	Si debería haber una asignatura, que se dé en los dos primeros años para estar listos.	Si, 1º y 2º años para que ayuden y 4º y 5º años que den intervención.
7. ¿Qué características debe tener la persona que implementa la intervención en crisis?	Temperamento fuerte, ecuánime, conocimientos, voluntad de participación, solidario.	-----	Humanismo, capacidad proactiva y propositiva, disponibilidad de tiempo.	Disposición, preparación mínima, incluso gente que no ha estudiado psicología pero que este entrenado.	Interés genuino por sus semejantes, estabilidad emocional, empatía, capacidad para escuchar, sencilla, accesible con la gente, humilde, discernimiento emocional (que pueda procesar sus emociones para que pueda ayudar a que los demás lo hagan), perfil del psicólogo clínico, trabajo comunitario, que sepa expresarse de acuerdo a la situación, capacidad de sentirse cómodo con el trabajo comunitario, buen humor.
8. ¿Cree que el Departamento está capacitado adecuadamente para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre?	No, no hay iniciativa ni motivación.	No	No, el departamento no pero hay gente que tiene mucha experiencia.	Si, tiene las condiciones solo es de implementarlo.	Sí, pero superficialmente. De forma individual hacen lo conveniente pero falta organización.
9. ¿Sabe cómo se encuentra preparado el Departamento para dar intervención psicológica en una situación de desastre?	Docentes capacitados. No se tiene un impacto fuerte con un día que se va.	No estamos preparados.	No se aborda el tema.	Con algunos docentes y brigadas. A la universidad y al departamento le faltan fuerzas para poder desarrollarse.	Personas capacitadas
10. De acuerdo a sus experiencias ¿Cuáles son los vacíos que usted ha identificado cuando el Departamento ha proporcionado Intervención en Crisis en situación de desastre?	Organización. Tener brigadas preparadas. Hacer simulacros.	No hay políticas, es cuestión de la UES en general, de la unidad de proyección social.	Integración de todos los sectores. Falta de recursos materiales.	Falta de recursos materiales. Falta de fuerza institucional. No se pronuncian los fenómenos.	No se ha logrado estructurar al interior un documento.
11. De los siguientes ¿Cuáles son los principales obstáculos que usted ha identificado en la	No se cuenta con un manual de intervención.	Cuestión institucional.	No se tienen los recursos	No se tienen los recursos	No se cuenta con un manual de intervención.

<p>intervención en Crisis que el Departamento ha proporcionado en Situaciones de desastre?</p> <ul style="list-style-type: none"> •No se cuenta con un manual de intervención •No hay personas capacitadas •No hay tiempo para intervenir •No se tienen los recursos •Todas las anteriores 	<p>No hay tiempo para intervenir. No se tienen los recursos.</p>				<p>No se tienen los recursos.</p>
<p>12. De las siguientes ¿Cuáles cree usted que son las áreas psicológicas que se deben abordar una la intervención en crisis?</p> <ul style="list-style-type: none"> •Afrontamiento •Desahogo •Área cognitiva •Área conductual •Área emocional •Relaciones interpersonales 	<p>Todas.</p>	<p>Todas.</p>	<p>Todas.</p>	<p>Todas</p>	<p>Todas.</p>
<p>13. Según su criterio ¿En cuál de las áreas anteriores se debería hacer énfasis en la intervención?</p>	<p>El desahogo y el afrontamiento son muy importantes.</p>	<p>-----</p>	<p>En todas.</p>	<p>Emocional.</p>	<p>Darle forma de proceso, deben desahogarse y aceptar para realizar una acción, también la misma comunidad debe generar sus propios recursos.</p>
<p>14. Según su experiencia ¿en qué efectos psicológicos debería enfocarse la intervención?</p> <p><i>Opciones:</i> Tristeza, Miedo, Enojo, Ansiedad, Baja autoestima, Culpa, Impulsividad, Ideas irracionales, Dificultad para decidir, Pensamiento suicida, Desconcentración, Preocupación, Llanto, Conducta errática, Vigilancia extrema, Inquietud, Agresividad, Conflictos en las relaciones.</p>	<p>Tristeza, Miedo, Enojo, Ansiedad, Culpa, Ideas irracionales, Pensamiento suicida, Llanto, Agresividad, Conflictos en las relaciones.</p>	<p>-----</p>	<p>En todas.</p>	<p>Tristeza, Miedo, Ansiedad, Baja autoestima, Ideas irracionales, Dificultad para decidir, Pensamiento suicida, Desconcentración, Preocupación, Llanto.</p>	<p>Tristeza, Miedo, Enojo, Ansiedad, Baja autoestima, Culpa, Ideas irracionales, Dificultad para decidir, Pensamiento suicida, Desconcentración, Preocupación, Llanto, Vigilancia extrema, Inquietud, Agresividad, Conflictos en las relaciones.</p>
<p>15. ¿De acuerdo a su experiencia de cuántas sesiones debería contar un plan de intervención en crisis y cuánto tiempo debería durar cada sesión?</p> <p><i>Opciones:</i></p>	<p>Más de 8 sesiones Más de 3 meses.</p>	<p>El tiempo que dure la crisis.</p>	<p>De 3 a 5 sesiones. 1 semana cada mes durante 3 meses para evaluar resultados.</p>	<p>3 días, 2 horas cada día. 5 días el más efectivo.</p>	<p>Si se tuvieran los recursos serian 2 sesiones por semana, depende de la organización de la comunidad, se debe</p>

<p><i>Número de sesiones:</i> 1 a 3 sesiones, 3 a 5 sesiones, 6 a 8 sesiones, Más de 8 sesiones.</p> <p><i>Tiempo:</i> 1 semana, 2 o 3 semanas, 1 mes, Más de 3 meses, 2 a 3 meses.</p>					<p>coordinar con alcaldía y otras entidades como Cruz Roja. Podría ser de 2 a 3 meses pero cambiando de grupo de interventores cada mes.</p>
<p>16. ¿Cuánto tiempo después del desastre hay que esperar para dar una intervención adecuada?</p> <p><i>Opciones:</i> Inmediatamente ocurre el desastre, Una semana después del desastre, Tres semanas después del desastre, Un mes después del desastre, Más de dos meses después del desastre.</p>	<p>Inmediatamente ocurre el desastre.</p>	<p>Inmediatamente ocurre el desastre.</p>	<p>Después de subsanar las necesidades básicas.</p>	<p>3 días después.</p>	<p>15 días después del desastre.</p>
<p>17. ¿Qué recomendaciones podría brindar para la elaboración de un plan de intervención en crisis?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Tener listo el material (gafetes, crayolas, lápices, etc.). - Hacer consulta al personal que debería estar involucrado. - Revisión bibliográfica. - Visitar instituciones que han participado en investigaciones y obtener su experiencia. - Explorar las necesidades de las personas que se van a atender. 	<ul style="list-style-type: none"> - Que no sea sólo para la crisis de desastres, sino también para otras (como muertes inesperadas, accidentes), que sea más integral, que se retomen áreas de recreación, de distensión, áreas que les permitan sonreír a las personas en su dolor. - Que el terapeuta se reúna con la familia para ayudarles a la crisis a los grupos familiares, construir su proyecto de vida como familia. 	<p>Tomar en cuenta la experiencia de todas las organizaciones que han intervenido en estos desastres sociales ya que cada uno tiene diferencias específicas.</p>	<p>Que lo haga gente que tiene experiencia sobre la base de una experiencia en intervención, como los que fueron a Verapaz.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Que sea realista a nuestras condiciones, en cuanto a la cantidad que podría cubrirse, a cuantas personas se podría capacitar. - Que se capacite a las personas en 15 días. - Que lleve la estructura lógica de lo que se debe de hacer.

CONTINUACION...

PREGUNTAS	RESPUESTAS DE CADA SUJETO				
	6	7	8	9	10
1. ¿Conoce usted algún plan de intervención en crisis que se haya implementado en el Departamento de Psicología?	Si hay, pero no hay un manual específico.	Si, en todas las situaciones de terremoto y tormentas desde los 80's.	Si, los implementados para los desastres del país.	Si, cuando se da por emergencias.	Si, recientemente para el huracán Ida se elaboró plan de emergencias pero fue inmediato.
2. ¿Considera que en el Departamento las formas de cómo se ha intervenido en situaciones de desastre han ayudado a disminuir o eliminar los efectos psicológicos que causan éstas?	Si, se va a intervenir cuando la comunidad lo requiere.	Si	Si hemos seguido lo que indican los manuales.	No, no hay seguimiento sistemático.	No, porque se han elaborado sin previa planificación sino en el trascurso que se presenta la emergencia y porque no existe seguimiento ni evaluación.
3. ¿Cree que es necesario que el Departamento tenga un manual de Intervención en Crisis completo para poder implementar en situaciones de desastre?	Si, debería haber una cátedra.	Si	Si, para disponer de un protocolo a seguir.	Si, desde hace rato.	Si, la UES debe estar a la vanguardia en la atención a los más necesitados por ser una universidad pública, por proyección social y por compromiso social.
4. ¿Qué aspectos debería retomar o contener un plan de intervención en crisis?	El momento en que se debe retirar y como vincularse.	Procedimientos y estrategias de intervención.	El entrenamiento que se debe aplicar al personal que hará la intervención. El procedimiento a seguir.	Según el modelo que se siga.	Identificación del tipo de desastre. Etapas del desarrollo: plan de atención para niños/as, adolescentes, adultos y ancianos. Que sea vivencial y práctico. Que sea un proceso de considerada duración. Seguimiento y evaluación.
5. ¿Cree usted que hay que capacitar al personal que dará la intervención antes de que el hecho ocurra, y por cuánto tiempo se tiene que capacitar?	Si, para estar actualizado.	Si, para evitar improvisaciones.	Si, antes y durante.	Si, tiene una capacitación permanente.	Si, la capacitación debe ser constante ya que no sabemos en qué momento puede ocurrir y debemos estar preparados para la atención.
6. ¿Qué piensa usted de que se capacite a los estudiantes periódicamente para poder estar preparados a la hora de cualquier situación de desastre?	Si, capacitar en cada semana de la salud mental.	Es una tarea pendiente que se tiene que hacer.	Si, con brigadas permanentes que estén preparadas.	Se deben formar brigadas de primeros auxilios de forma permanente.	Es adecuado, para que forme parte del compromiso social, para un mejor acercamiento entre docentes y estudiantes.
7. ¿Qué características debe tener la persona que implementa la intervención en crisis?	La mitad de la carrera de psicología, tener	Perfil del psicólogo.	Interés genuino por esa rama de la	Todos los que debe tener un brigadista	Empático, solidario, sin prejuicios, real ayuda a los

	experiencia, disposición, actitud, competencias para que se autocuide.		psicología. Buena salud física y mental.	de primeros auxilios psicológicos según la Cruz Roja Internacional.	demás, dinámica, entusiasta.
8. ¿Cree que el Departamento está capacitado adecuadamente para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre?	No, el Departamento reacciona pero no está sistematizado.	Si, tiene personal con experiencia.	No, carece de actitudes, habilidades y conocimientos necesarios.	No, falta interés.	Sí, hay profesionales que dominan la teoría y práctica, pero no con recurso material y económico.
9. ¿Sabe cómo se encuentra preparado el Departamento para dar intervención psicológica en una situación de desastre?	Docentes y estudiantes	Respuesta voluntaria y siempre ha funcionado.	Sólo hay disposición.	Siempre improvisamos, cada vez que se debe intervenir.	De ninguna manera, solo de buena voluntad y disposición para trabajar.
10. De acuerdo a sus experiencias ¿Cuáles son los vacíos que usted ha identificado cuando el Departamento ha proporcionado Intervención en Crisis en situación de desastre?	No hay adecuada coordinación con autoridades de la UES. No hay formulado un manual. Hay poca o nula capacitación para estudiantes.	Falta de tiempo y falta de apoyo logístico.	Falta de estrategias específicas para la intervención. Falta de recursos.	Organización, planificación, no hay sistematización de las experiencias.	Logística, falta de planificación y económica.
11. De los siguientes ¿Cuáles son los principales obstáculos que usted ha identificado en la intervención en Crisis que el Departamento ha proporcionado en Situaciones de desastre? <ul style="list-style-type: none"> •No se cuenta con un manual de intervención •No hay personas capacitadas •No hay tiempo para intervenir •No se tienen los recursos •Todas las anteriores 	No se cuenta con un manual de intervención No se tienen los recursos	No se tienen los recursos	Todas.	Todas.	No hay manual de intervención. No hay recursos.
12. De las siguientes ¿Cuáles cree usted que son las áreas psicológicas que se deben abordar una la intervención en crisis? <ul style="list-style-type: none"> •Afrontamiento •Desahogo •Área cognitiva •Área conductual •Área emocional •Relaciones interpersonales 	Desahogo. Área conductual Área emocional	Todas.	Todas.	Todas.	Afrontamiento. Desahogo. Área emocional.

13. Según su criterio ¿En cuál de las áreas anteriores se debería hacer énfasis en la intervención?	Afrontamiento y desahogo.	Emocional y cognitivo.	Todos son importantes, pero depende de la fase en que se encuentre la crisis.	En todas.	Todas son importantes, agregaría expectativas de vida y reorganización para el futuro.
14. Según su experiencia ¿en qué efectos psicológicos debería enfocarse la intervención? <i>Opciones:</i> Tristeza, Miedo, Enojo, Ansiedad, Baja autoestima, Culpa, Impulsividad, Ideas irracionales, Dificultad para decidir, Pensamiento suicida, Desconcentración, Preocupación, Llanto, Conducta errática, Vigilancia extrema, Inquietud, Agresividad, Conflictos en las relaciones.	Tristeza, miedo, ansiedad, ideas irracionales, vigilancia extrema.	Miedo, ansiedad, ideas irracionales, pensamiento suicida, preocupación, agresividad, conflictos en las relaciones.	En todas.	En todas.	Tristeza, Miedo, Enojo, Ansiedad, Culpa, Ideas irracionales, Dificultad para decidir, Conducta errática, Vigilancia extrema.
15. ¿De acuerdo a su experiencia de cuántas sesiones debería contar un plan de intervención en crisis y cuánto tiempo debería durar cada sesión? <i>Opciones:</i> <i>Número de sesiones:</i> 1 a 3 sesiones, 3 a 5 sesiones, 6 a 8 sesiones, Más de 8 sesiones. <i>Tiempo:</i> 1 semana, 2 o 3 semanas, 1 mes, Más de 3 meses, 2 a 3 meses.	Va depender de las características de la crisis, la magnitud. Algunos requieren de más sesiones.	De 1 a 3 sesiones.	De 6 a 8 sesiones. 1 mes.	Depende de las circunstancias.	Más de 8 sesiones. De 2 a 3 meses.
16. ¿Cuánto tiempo después del desastre hay que esperar para dar una intervención adecuada? <i>Opciones:</i> Inmediatamente ocurre el desastre, Una semana después del desastre, Tres semanas después del desastre, Un mes después del desastre, Más de dos meses después del desastre.	Pasado dos o tres días. Una semana es muy tarde, primero hay que solventar las condiciones primarias.	Una semana después del desastre.	Un mes después del desastre.	Inmediatamente.	Niños de inmediato. Adultos 1 mes después. Depende de las circunstancias y las personas a quienes vaya dirigido.
17. ¿Qué recomendaciones podría brindar para la elaboración de un plan de intervención en crisis?	Conformación de un equipo con experiencia, la capacitación de estudiantes, el montaje de manuales.	Revisar los planes de la OPS y de la Cruz Roja Internacional.	Debe incluir: - Capacitación para los facilitadores. - Múltiples estrategias para niños y adultos. - Debe ser aplicable a	Las mismas que sugieren los organismos internacionales como la "Cruz Roja Internacional".	- Que el plan sea flexible. - Que se especifique la logística y el recurso económico en el plan que se logre un financiamiento. - Que contenga planes de

			nuestra realidad, al tipo de desastres y a las características de nuestra población.		trabajo claros en la metodología y metas alcanzables. - Que contemple trabajo grupal e individual. - Que la intervención vaya dirigida de acuerdo al nivel de desarrollo, intelectual, económico y sobre la realidad de las personas. - Que se proyecten expectativas hacia la vida en el futuro. - Que orienten a las personas que viven el desastre a "labores de gestión" para que logren independencia e iniciativa en la satisfacción de sus necesidades.
--	--	--	--	--	--

CONTINUACION...

PREGUNTAS	RESPUESTAS DE CADA SUJETO				
	11	12	13	14	15
1. ¿Conoce usted algún plan de intervención en crisis que se haya implementado en el Departamento de Psicología?	Si	Si, los de la Cruz Roja Nacional, ACISAM, etc.	No	Los implementados para la tormenta Stan y el terremoto del 2001, así como el de tormenta ida.	Terremotos del 2001, tormenta Stan.
2. ¿Considera que en el Departamento las formas de cómo se ha intervenido en situaciones de desastre han ayudado a disminuir o eliminar los efectos psicológicos que causan éstas?	Si, toda ayuda psicológica oportuna y adecuada contribuye.	Si, si bien de una manera escasísima se ha intervenido y algo se ha logrado.	Si, básicamente han sido resultados a muy corto plazo hacia la crisis que están presentando en el momento; la fase trabajada ha sido la de impacto y aplicando apoyo psicológico de emergencia.	Si, algo se hace pese a que no es misión de la UES ni del Departamento pues ya existe para ello toda entidad a nivel estatal.	No, ha sido una intervención de emergencia y no se ayuda a dar seguimiento a los casos.
3. ¿Cree que es necesario que el Departamento tenga un manual de Intervención en Crisis completo para poder implementar en situaciones de desastre?	Si, es una institución que puede prestar ayuda social.	Si, muchas veces se acuden a manuales elaborados por otros en donde suelen haber desacuerdos.	Sí, que sea creado por el departamento en base a experiencias pasadas, diagnósticos de la realidad en esos momentos, con un enfoque interdisciplinario, capacitaciones continuas para evitar el activismo.	Si, ya existe uno pero como son tesis sólo sirve de consulta o referencia.	Si, serviría de guía para el personal, que se capacite, en dicha área.
4. ¿Qué aspectos debería retomar o contener un plan de intervención en crisis?	-----	Psicología de emergencia (como manual previo). Manual de intervención en crisis: organización comunitaria, formación de brigadas, comisión de logística, grupo de limpieza para los que intervienen, técnicas a implementar según población (infantil, juvenil, adultos). Ideología del desastre, etc.	Elaboración previa de un diagnóstico de necesidades y efectos psicológicos para tener una base investigativa para elaborar el plan oportuno. Jornalización de capacitaciones continuas, recursos, temporalidad, financiamiento, coordinación con otras instituciones gubernamentales y no gubernamentales, y evaluación.	Protocolos a seguir en casos de situaciones extremas.	Plantearlo a través de formas tal como lo sugiere el Dr. Joseph O. Permittt en su libro primeros auxilios psicológicos.
5. ¿Cree usted que hay que capacitar al	Si, el número de horas	Si, si no se tiene el	Si, es necesario y obvio que	Si, la capacitación es	Porque de esa forma

personal que dará la intervención antes de que el hecho ocurra, y por cuánto tiempo se tiene que capacitar?	pertinentes.	equipo, el tiempo suficiente para adquirir las destrezas psicosociales de emergencia.	antes de ejecutar una acción se planifique y capacite sino se cae en improvisaciones y por ende los objetivos y metas se obtienen mínimamente. Debe ser una capacitación mensual o cada 3 meses.	necesaria pero no se si existe el espacio y el tiempo para dedicarse a ello en el Departamento.	estas situaciones solamente se hace un llamado oficial al personal capacitado docentes y estudiantes, para actuar.
6. ¿Qué piensa usted de que se capacite a los estudiantes periódicamente para poder estar preparados a la hora de cualquier situación de desastre?	Muy buena idea.	Si, debe ser permanente incluso una asignatura que se aborde en el plan de estudio y para todo tipo de desastres.	No se pueden capacitar a todos los estudiantes, se debería seleccionar a los de los niveles intermedios y superiores en la carrera, estudiantes comprometidos socialmente, con la profesión, en tiempo y que sea por escrito, antes de iniciar las capacitaciones.	Está bien, siempre y cuando no sea sólo por políticas de arrastre a organizaciones que no tienen mucho que ofrecer.	Es lo ideal para no perder tiempo en caso de emergencia estar capacitado.
7. ¿Qué características debe tener la persona que implementa la intervención en crisis?	Con el adecuado conocimiento y competencias necesarias de un buen facilitador.	Sensibilidad social, empatía, buen auto control, disponibilidad, actitud pro social.	Consciente y conocedor de la labor que implica esas situaciones, flexible y capaz de adaptarse a situaciones adversas, de 3º o 5º año, a tiempo completo para la labor, creativo, con iniciativa, habilidad para improvisar planificadamente, estabilidad emocional para evitar transferencias, responsable, critico, propositivo, habilidades en las relaciones humanas, que no sea conflictivo, que maneje sus emociones desadaptativas, cooperador y capaz de trabajar en grupos coordinados, autoreflexivo, autosuficiente e independiente, autoestima mínimamente saludable, persona activa no pasiva.	Competente (dominio de teoría y práctica), habilidad para trabajar con grupos, coherente en su práctica y su discurso, sensible.	Capacidad de auto control emocional, disposición de tiempo, haber asistido a las capacitaciones previas, habilidades cognitivas y sociales

<p>8. ¿Cree que el Departamento está capacitado adecuadamente para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre?</p>	<p>No, no cuenta con herramientas.</p>	<p>No, no hay planes para ello y no se aborda la temática.</p>	<p>No, los estudiantes no, los docentes tampoco, ya que no todos han recibido más de una o dos capacitaciones específicas de intervención en crisis antes situaciones de desastre.</p>	<p>Si, la mayor parte de profesores tienen su cartón que los acredita como socorristas en primeros auxilios y extendido por la CRI (americana).</p>	<p>No, se ha dado intervenciones en ocasiones con capacitación previa pero las últimas han sido muy limitadas y se han incorporado personas nuevas.</p>
<p>9. ¿Sabe cómo se encuentra preparado el Departamento para dar intervención psicológica en una situación de desastre?</p>	<p>No esta preparado.</p>	<p>Mínimamente para ser un paliativo.</p>	<p>Se cuenta con conocimientos prácticos básicos, se puede mejorar la preparación específica, disposición y coordinación con entidades de la UES y otras.</p>	<p>Se actúa al momento del desastre pero depende del interés y sensibilidad de la administración en turno.</p>	<p>Muy limitado en capacitaciones, recursos humanos y financieros.</p>
<p>10. De acuerdo a sus experiencias ¿Cuáles son los vacíos que usted ha identificado cuando el Departamento ha proporcionado Intervención en Crisis en situación de desastre?</p>	<p>-----</p>	<p>El aventurismo o inmediatismo.</p>	<p>Falta de coordinación más efectiva entre Proyección social de la UES y el departamento de psicología, transporte, Ministerio de salud, etc. Carencia de un plan de intervención integral y permanente. Carencia de transporte y recursos materiales. Preparación de voluntarios en niveles básicos y su asignación oportuna.</p>	<p>No hay apoyo logístico y el Departamento no cuenta con recursos ni materiales ni económicos, sólo el interés de servir a otros.</p>	<p>Desorganización de parte de proyección social de la UES específicamente en el área de transporte, desorganización logística, se carece de materiales para ejecutar técnicas.</p>
<p>11. De los siguientes ¿Cuáles son los principales obstáculos que usted ha identificado en la intervención en Crisis que el Departamento ha proporcionado en Situaciones de desastre?</p> <ul style="list-style-type: none"> •No se cuenta con un manual de intervención •No hay personas capacitadas •No hay tiempo para intervenir •No se tienen los recursos 	<p>Todas.</p>	<p>No se cuenta con manual de intervención creado por el departamento. No hay personas capacitadas (muy mínimas).</p>	<p>No se cuenta con manual de intervención creado por el departamento. No hay personas capacitadas adecuadas e integralmente (hay muy pocas).</p>	<p>No se tienen los recursos</p>	<p>Todas las anteriores</p>

•Todas las anteriores					
12. De las siguientes ¿Cuáles cree usted que son las áreas psicológicas que se deben abordar una la intervención en crisis? Afrontamiento Desahogo Área cognitiva Área conductual Área emocional Relaciones interpersonales	Todas.	Todas.	Área emocional (desahogo) y área cognitiva (afrontamiento).	Afrontamiento y desahogo	Cognitiva y emocional, parte del área conductual.
13. Según su criterio ¿En cuál de las áreas anteriores se debería hacer énfasis en la intervención?	Me parece que de acuerdo a la situación de intervención así será el área de énfasis.	Todas conforman una unidad.	En todas es importante, la conexión emocional y la cognitiva.	No es terapia es intervención en crisis entra reconocer el problema, se ayuda visualizar una salida retroalimentar y tales minutos de horror.	Cognitiva, conductual y emocional.
14. Según su experiencia ¿en qué efectos psicológicos debería enfocarse la intervención? <i>Opciones:</i> Tristeza, Miedo, Enojo, Ansiedad, Baja autoestima, Culpa, Impulsividad, Ideas irracionales, Dificultad para decidir, Pensamiento suicida, Desconcentración, Preocupación, Llanto, Conducta errática, Vigilancia extrema, Inquietud, Agresividad, Conflictos en las relaciones.	Ansiedad, culpa, ideas irracionales. Pero no todas presentan los mismos efectos, por lo tanto la intervención debe ser de acuerdo a como se presente en el sujeto.	Todas ya que en una emergencia pueden surgir todas.	En todas es necesario, se enfoque la intervención de manera sistemática, no concediendo más valor a una u otra, pero es básico abordar: ansiedad, autoestima, culpa, ideas irracionales, pensamiento suicida, agresividad, enojo, conflictos.	Depende de las experiencias y de los recursos personales de cada sujeto, pueden ser todos o algunos de ellos.	Depende de las situaciones particulares del caso a atender.
15. ¿De acuerdo a su experiencia de cuántas sesiones debería contar un plan de intervención en crisis y cuánto tiempo debería durar la intervención? <i>Opciones:</i> <i>Número de sesiones:</i> 1 a 3 sesiones, 3 a 5 sesiones, 6 a 8 sesiones, Más de 8 sesiones. Tiempo: 1 semana, 2 o 3 semanas, 1 mes, Más de 3 meses, 2 a 3 meses.	El numero de sesiones necesarias para superar el efecto presentado. Con 1 hora de duración cada una.	Las que sean necesarias según el tipo de emergencia (y según el diagnóstico)	6 a 8 sesiones. De acuerdo a personas que lo requieran. 2 a 3 meses. Aunque es un proceso que culmina en el postimpacto.	Definir mejor terapia o intervención en crisis hay que informarse mejor.	El tiempo seria acorde a la necesidad de la víctima en relación al impacto.
16. ¿Cuánto tiempo después del desastre hay	Inmediatamente.	Una semana	Un mes después del	Cuando se tenga	Inmediatamente

<p>que esperar para dar una intervención adecuada?</p> <p><i>Opciones:</i> Inmediatamente ocurre el desastre, Una semana después del desastre, Tres semanas después del desastre, Un mes después del desastre, Más de dos meses después del desastre.</p>		<p>después del desastre, dependerá del tipo de emergencia.</p>	<p>desastre (etapa post impacto).</p>	<p>satisfechas sus necesidades más inmediatas nunca antes.</p>	<p>ocurre el desastre.</p>
<p>17. ¿Qué recomendaciones podría brindar para la elaboración de un plan de intervención en crisis?</p>	<p>Ya existen planes de intervención después de desastres muy buenos y utilizados en el país luego de los terremotos, no se si lo pertinente sería elaborar una adaptación de los mismos.</p>	<p>Todas aquellas que coincidan con las formas en que psíquicamente y conductualmente responde la población afectada y las diferentes crisis.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Tomar en cuenta las valoraciones de estudiantes que han tenido experiencia y la valoración recogida por los docentes. - Experiencias de otras instituciones como Cruz Roja Salvadoreña, Ministerio De Salud, ONG`S. - Revisión teórica de literatura e investigaciones salvadoreñas y de apoyo de otras realizadas en otros países de C.A. - Entrevistar a profesionales especializados en esta área. - Contar con su validación. - Elaborar un plan de intervención basado en los recursos materiales, humanos con los que cuenta el departamento, la UES (siendo realistas). 	<p>Informarse teóricamente, no partir de especulaciones, tener la sana intención de servir al prójimo, después de esto les guardará la satisfacción de haber hecho un aporte.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Que se forme un equipo dentro del grupo de docentes con experiencia previa para el diseño de mismo y ser los(as) responsables de ayudar en situaciones de desastre.

CONTINUACION...

PREGUNTAS	RESPUESTAS DE CADA SUJETO				
	16	17	18	19	20
1. ¿Conoce usted algún plan de intervención en crisis que se haya implementado en el Departamento de Psicología?	Terremotos del 86,2001, depresión tropical Tormenta Ida.	Si, plan de intervención lo elaboraron los compañeros docentes en el 2005 en la tormenta Stan.	Si, Planes contingenciales que se emplean para situaciones de efectos perniciosos de naturaleza.	Si, se han desarrollado programas emergentes ante catástrofes.	Si, para la tormenta tropical Ida.
2. ¿Considera que en el Departamento las formas de cómo se ha intervenido en situaciones de desastre han ayudado a disminuir o eliminar los efectos psicológicos que causan éstas?	Sí, Hay que conocer que no toda la población tiene secuelas.	No, Siempre existe el estrés postraumático el psicólogo logra disminuir, no se pueden eliminar todas las secuelas.	Si, Se ha podido evidenciar en los testimonios que brindan al respecto las comunidades atendidas.	No, no son sostenidos ni planificados.	Si, considero que se ha procurado más el desahogo y el procesamiento de lo que pasó, pero no se llega a nivel de reelaboración del trauma.
3. ¿Cree que es necesario que el Departamento tenga un manual de Intervención en Crisis completo para poder implementar en situaciones de desastre?	Si, No un manual sino una asignatura que no ha sido aprobada en las modificaciones del plan de estudio.	Si	Si, para lograr mayor afectividad en la asistencia en las comunidades que requieren de dicho tratamiento.	Si, dar respuestas planificadas, sostenidas y organizadas.	Si, para no perder tiempo elaborando un plan de lo que se va a ir a hacer y que la respuesta sea más oportuna.
4. ¿Qué aspectos debería retomar o contener un plan de intervención en crisis?	Es todo el desarrollo de un plan de una asignatura pendiente de aprobación "Psicología del desastre".	Atención inmediata, un día después del sucesos y después hay que hacer la intervención post traumática.	Asistencia de niños, jóvenes y personas adultas tardías.	Preparación: capacitación constante en psicología. Practica: aplicación de un programa en simulaciones. Contar con el material para intervenir oportunamente.	Reconocimiento del terreno y de las características de la población, conocimiento de las consecuencias del evento, desahogo, procesamiento, reelaboración del trauma.
5. ¿Cree usted que hay que capacitar al personal que dará la intervención antes de que el hecho ocurra, y por cuánto tiempo se tiene que capacitar?	Si, La capacitación sería comúnmente como la aprobación de la asignatura.	Si debe existir un programa proactivo.	Si, Por que de esta manera se toman las prudencias del caso para valorar los criterios en dicha asistencia psicológica.	Si, no está capacitado.	Si, para que la respuesta sea más inmediata. Se puede capacitar una semana en inter-ciclo.
6. ¿Qué piensa usted de que se capacite a los	Es lo más indicado	Debe de existir una	Estos es muy importante	Tiene que ser constante,	Es necesario hacerlo ya

estudiantes periódicamente para poder estar preparados a la hora de cualquier situación de desastre?	y lógico ya en el transcurso del estudiante	cátedra específica sobre intervención en crisis.	porque lo jóvenes estudiantes tienen la oportunidad de llevar a la práctica los contenidos teóricos recibidos en cada ciclo.	sostenido y con el presupuesto adecuado.	que nuestro país es muy vulnerable a las situaciones de desastre.
7. ¿Qué características debe tener la persona que implementa la intervención en crisis?	Las mismas del perfil del estudiante de psicología.	Depende de los rasgos de personalidad en desastres naturales, se corre riesgos.	Una persona responsable con gran sensibilidad social.	Salud mental, características de personalidad adecuadas, interés.	Manejo de grupos, empática, experiencia en ese tipo de trabajo, responsable, consecuente (que practique lo que dice).
8. ¿Cree que el Departamento está capacitado adecuadamente para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre?	Ya hay varias experiencias de esa naturaleza.	Si, fundamentalmente todo lo relacionado a la intervención en crisis.	Si, Se ha preparado planes contingenciales y se ha participado en diferentes desastres naturales auxiliando a quienes los necesitan	No, es emergente, no ha formación en esta área.	No, no todos los docentes manejan esta metodología.
9. ¿Sabe cómo se encuentra preparado el Departamento para dar intervención psicológica en una situación de desastre?	En este momento de forma no muy sistemática, ya que es necesario incluirlo en el plan de estudio.	Si, tenemos el personal y ya han dado intervención en crisis	Hay preparación para docentes y estudiantes para enfrentar dicha situaciones con la calidad que ellos merecen.	No está preparado.	Sólo algunos docentes.
10. De acuerdo a sus experiencias ¿Cuáles son los vacíos que usted ha identificado cuando el Departamento ha proporcionado Intervención en Crisis en situación de desastre?	No hay una sistematización de las experiencias.	Ser reactivo y no proactivo.	Se ha tenido problemas logísticos no tener material adecuado y transporte, etc.	No se trabaja en esta área, no hay experiencia, no hay práctica.	No todos los docentes se involucran, hay algunos problemas de organización y de coordinación, no quieren suspender clases.
11. De los siguientes ¿Cuáles son los principales obstáculos que usted ha identificado en la intervención en Crisis que el Departamento ha proporcionado en Situaciones de desastre? <ul style="list-style-type: none"> •No se cuenta con un manual de intervención •No hay personas capacitadas •No hay tiempo para intervenir •No se tienen los recursos 	No se tienen los recursos.	No se tienen los recursos	Recursos De tipo material o humano.	Todas.	No se cuenta con un manual de intervención en crisis. No hay personas capacitadas.

•Todas las anteriores					
12. De las siguientes ¿Cuáles cree usted que son las áreas psicológicas que se deben abordar una la intervención en crisis? Afrontamiento Desahogo Área cognitiva Área conductual Área emocional Relaciones interpersonales	Depende del tipo de tragedia.	Todas	En todas	Depende de la crisis y del diagnóstico situacional.	Afrontamiento y desahogo.
13. Según su criterio ¿En cuál de las áreas anteriores se debería hacer énfasis en la intervención?	Depende del tipo de tragedia.	Estrés postraumático	En todas	Depende.	Afrontamiento y desahogo.
14. Según su experiencia ¿en qué efectos psicológicos debería enfocarse la intervención? <i>Opciones:</i> Tristeza, Miedo, Enojo, Ansiedad, Baja autoestima, Culpa, Impulsividad, Ideas irracionales, Dificultad para decidir, Pensamiento suicida, Desconcentración, Preocupación, Llanto, Conducta errática, Vigilancia extrema, Inquietud, Agresividad, Conflictos en las relaciones.	Depende del tipo de tragedia.	Todas	Todas	Depende del diagnóstico.	Tristeza, Miedo, Enojo, Ansiedad, Culpa, Impulsividad, Ideas irracionales, Pensamiento suicida, Preocupación, Llanto, Inquietud, Agresividad, Conflictos en las relaciones.
15. ¿De acuerdo a su experiencia de cuántas sesiones debería contar un plan de intervención en crisis y cuánto tiempo debería durar la intervención? <i>Opciones:</i> <i>Número de sesiones:</i> 1 a 3 sesiones, 3 a 5 sesiones, 6 a 8 sesiones, Más de 8 sesiones. <i>Tiempo:</i> 1 semana, 2 o 3 semanas, 1 mes, Más de 3 meses, 2 a 3 meses.	De 3 a 5 sesiones, más de tres meses ya no es intervención en crisis.	Cuatro sesiones mínimo máximo 10 depende el desastre.	Esto depende de cada caso particular.	Depende del diagnóstico.	De 6 a 8 sesiones en un mes.
16. ¿Cuánto tiempo después del desastre hay que esperar para dar una intervención adecuada? <i>Opciones:</i> Inmediatamente ocurre el desastre, Una semana después del desastre, Tres semanas después del desastre, Un mes después del desastre, Más de	Un mes después del desastre, más de dos meses después del desastre.	Una semana después del desastre.	Una semana después del desastre.	Después de resueltas las necesidades básicas.	Una semana después del desastre.

dos meses después del desastre.					
17. ¿Qué recomendaciones podría brindar para la elaboración de un plan de intervención en crisis?	Gestionar por las autoridades la aprobación a la reforma del plan de estudio el cual ya se realizó y ahí está la asignatura de psicología del desastre.	Considerar las condiciones sociopolíticas y de los planes estratégicos que dispone protección civil.	Que nos incorporemos todos los involucrados para unificar criterios de cómo operar dependiendo del tipo de desastre natural.	<ul style="list-style-type: none"> - Conocimiento de la realidad nacional. - Identificación de tipos y zonas de desastre. - Capacitación constante. 	Retomar la experiencia de otras instituciones u organismos que han atendido estos programas.

VACIADO DE DATOS DE ENTREVISTAS A ESTUDIANTES DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

PREGUNTAS	RESPUESTAS DE CADA SUJETO				
	1	2	3	4	5
1. ¿Conoce usted algún plan de intervención en crisis que se haya implementado en el Departamento de Psicología?	Si, el implementado en intervención en crisis en Verapaz.	Si	No	No	Si
2. ¿Considera que en el Departamento las formas de cómo se ha intervenido en situaciones de desastre han ayudado a disminuir o eliminar los efectos psicológicos que causan éstas?	No, porque no se llevó una secuencia o seguimiento que en realidad ayudara a la población.	Sí, porque las personas de los albergues hicieron catarsis de manera adecuada.	No	Si porque solo con escuchar a la gente se le brinda apoyo.	No, porque dar una charla no minimiza el daño emocional, el hacer una dinámica no solventa la situación.
3. ¿Cree que es necesario que el Departamento tenga un manual de Intervención en Crisis completo para poder implementar en situaciones de desastre?	Si, de esa forma no se haría un taller improvisado sobre cuestiones que necesitan ser impartidas en mucho tiempo.	Si, para poder dar un mejor tratamiento.	Sí, porque es una herramienta que se tiene a la mano para no improvisar.	Si y que todos los estudiantes lo conozcan para que tengan una guía.	Sí, hay que estar preparados para no improvisar.
4. ¿Qué aspectos debería retomar o contener un plan de intervención en crisis?	Aspectos que brinden ayuda a la comunidad a largo plazo, no solamente en momentos, es decir crear un plan de intervención y tratamiento.	Retomar diversas técnicas para que el psicólogo aplique la que mejor corresponde.	Metodológico y logístico.	Ser presentado a todos los estudiantes para que lo conozcan.	Plan psicoterapéutico bien diseñado con alguna generalidad y otro para poder aplicar en casos individuales.
5. ¿Cree usted que hay que capacitar al personal que dará la intervención antes de que el hecho ocurra, y por cuánto tiempo se tiene que capacitar?	Si, es un tema que se debe conocer a fondo, no puede ser improvisado.	Si deben capacitarse antes de que el hecho ocurra para poder manejar bien a la hora de la intervención.	Si, lo suficiente y necesario.	Si, tiene que ser antes de que el hecho ocurra para ser preventivo y no improvisar.	Si, ser constante en el año académico, 2 meses por ciclo, esto ayuda a prevenir y no improvisar.
6. ¿Qué piensa usted de que se capacite a los estudiantes periódicamente para poder estar preparados a la hora de cualquier situación de desastre?	Sería una excelente propuesta, ya que en nuestro país se dan muchos sucesos que requieren la intervención.	Sería adecuado ya que los desastres se dan en cualquier momento.	Si	Se tiene que planificar.	Si, se debe tener una capacitación constante, esto ayudaría al conocimiento personal, académico y técnico.
7. ¿Qué características debe tener la persona que implementa la intervención en crisis?	Empática, profesional, responsable, ética, manejo de las	Empatía, autocontrol, capacidad de escucha activa, paciencia, responsabilidad,	Convivencia social.	Tener un par de años en la universidad, estable, tener capacidad de tener	Empatía, responsabilidad, que ponga su personalidad al servicio de los que

	técnicas apropiadas.	respeto hacia la persona.		buenas relaciones interpersonales.	sufren.
8. ¿Cree que el Departamento está capacitado adecuadamente para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre?	No, porque los talleres se implementan inadecuadamente momentos después de haber ocurrido el incidente.	No, porque fue poco y no quedaron claras muchas cosas.	No, cada docente tiene su forma y objetivo diferente.	No, porque no tenemos plan y cada miembro tiene su propio criterio.	Sí, hay personas para poder capacitar, tienen información pero pocos recursos.
9. ¿Sabe cómo se encuentra preparado el Departamento para dar intervención psicológica en una situación de desastre?	No	No	No lo dan a conocer.	No	No
10. De acuerdo a sus experiencias ¿Cuáles son los vacíos que usted ha identificado cuando el Departamento ha proporcionado Intervención en Crisis en situación de desastre?	Muchos y difíciles de explicar.	Muchos ya que en 1 o 2 capacitaciones no se puede dar la información completa sobre el tema.	Poca calidad en las metodologías. Gestión. Poco liderazgo.	El estudiante no está preparado, no hay conocimiento práctico y falta de experiencia.	La premura y la improvisación.
11. De los siguientes ¿Cuáles son los principales obstáculos que usted ha identificado en la intervención en Crisis que el Departamento ha proporcionado en Situaciones de desastre? <ul style="list-style-type: none"> •No se cuenta con un manual de intervención •No hay personas capacitadas •No hay tiempo para intervenir •No se tienen los recursos •Todas las anteriores 	No hay tiempo para intervenir. No se tienen los recursos.	No hay tiempo para intervenir. No se tienen los recursos.	No se cuenta con un manual de intervención en crisis. No hay tiempo para intervenir. No se tienen los recursos.	Todos.	Todos.
12. De las siguientes ¿Cuáles cree usted que son las áreas psicológicas que se deben abordar una la intervención en crisis? Afrontamiento Desahogo Área cognitiva Área conductual Área emocional Relaciones interpersonales	Todas	Afrontamiento Desahogo Área conductual Área emocional Relaciones interpersonales	Desahogo Área conductual Área emocional Relaciones interpersonales	Afrontamiento Desahogo Área emocional	Área cognitiva Área emocional Relaciones interpersonales
13. Según su criterio ¿En cuál de las áreas anteriores se debería hacer énfasis en la intervención?	Emocional y cognitiva.	Emocional.	Conductual.	Emocional.	Relaciones interpersonales y organización para

					volver a trabajar.
14. ¿Qué recomendaciones podría brindar para la elaboración de un plan de intervención en crisis?	-----	Que sea breve y fácil de comprender y aplicar.	Elaborar un plan con aspectos reales, ser más objetivos y prácticos.	Que docentes y estudiantes deben hacer tiempo para aplicar el plan.	Apegarse a la teoría materialista dialéctica que imprima enfoque individuo y sociedad.

CONTINUACION...

PREGUNTAS	RESPUESTAS DE CADA SUJETO				
	6	7	8	9	10
1. ¿Conoce usted algún plan de intervención en crisis que se haya implementado en el Departamento de Psicología?	Si	No	No	Si, las capacitaciones que se nos dieron antes de la intervención.	Si, capacitación brindada para los últimos desastres.
2. ¿Considera que en el Departamento las formas de cómo se ha intervenido en situaciones de desastre han ayudado a disminuir o eliminar los efectos psicológicos que causan éstas?	Sí, porque hubo agradecimiento de parte de las personas.	No, se ha hecho una intervención paliativa y debe ser una intervención que ayude realmente a los afectados.	No, fue un poco improvisado y los estudiantes necesitamos mayor capacitación.	Si, las personas se sintieron mejor luego de la intervención aunque el tiempo fue muy corto para eliminar los efectos.	No, no es una capacitación bien cimentada debido a que hasta que el problema se presenta hacen la capacitación, cuando debían de prepararnos hubiese o no hubiese desastre.
3. ¿Cree que es necesario que el Departamento tenga un manual de Intervención en Crisis completo para poder implementar en situaciones de desastre?	Si, mayor entendimiento de parte de todos los miembros porque hay gente apática.	Si, el trabajo del psicólogo es tener esas herramientas.	Si, con un material prediseñado se facilitara el manejo de la intervención en crisis.	Sí, porque así estaríamos más preparados cuando se presente una situación inesperada.	Si, facilitaría el trabajo y solo se tomaría sin perder el tiempo buscando material.
4. ¿Qué aspectos debería retomar o contener un plan de intervención en crisis?	Organización. Sustento teórico y técnico.	Objetivos, áreas a tratar, población a intervenir, técnicas y procedimientos para la intervención.	Técnicas lúdicas para niños, técnicas proyectivas que permitan el desahogo.	Mayor numero de técnicas, saber cómo llegar a las personas, que hacer durante la crisis.	Un plan específico para trabajar con diferente población (niños, jóvenes y adultos).
5. ¿Cree usted que hay que capacitar al personal que dará la intervención antes de que el hecho ocurra, y por cuánto tiempo se tiene que capacitar?	Si, capacidad de organización, que se haga cada 2 meses, que se nombre un coordinador cada nuevo ingreso para poner en práctica a lo	Si, para tener las herramientas idóneas para responder en esas situaciones, deberían ser talleres por ciclo.	Si, es necesario estar preparado mentalmente para dicho evento, debería ser un curso de al menos 2 o 3 meses.	Si, la capacitación debería ser constante.	Si, para estar preparado, el tiempo sería quizá de 3 a 5 veces por ciclo.

	largo de la carrera.				
6. ¿Qué piensa usted de que se capacite a los estudiantes periódicamente para poder estar preparados a la hora de cualquier situación de desastre?	Se alcanza la calidad de servicio que se daría.	Perfecto, para que no se siga interviniendo superficialmente.	De esa forma se daría un mejor servicio a la población.	Me parece excelente, sería una buena oportunidad de aprendizaje y nos ayudaría mucho en nuestra profesión.	Es bueno, porque vamos preparados para saber que vamos a hacer.
7. ¿Qué características debe tener la persona que implementa la intervención en crisis?	Discernimiento profesional. Habilidad para poner en práctica conocimientos	Empatía, inteligencia emocional, habilidades de comunicación, etc.	Espontánea, sociable, segura, con mucho control emocional, preparada académica y profesionalmente.	Ser paciente, empático, conocedor del tema, que pueda tener capacidad de síntesis y análisis, que pueda darse a entender, etc.	Empatía, con lenguaje fluido dependiendo a la población a la que se dirija, dinámica, responsable.
8. ¿Cree que el Departamento está capacitado adecuadamente para proporcionar intervención en crisis en situaciones de desastre?	No. Si existen conocimientos y recursos pero no sirve de nada si no está organizado.	No, no hay verdadero compromiso docente.	Si, posee el personal, medios. Solo es necesario enfocar adecuadamente los recursos.	No, parece que si hay conocimientos pero no hay pericia.	No, porque no posee un plan de intervención en crisis.
9. ¿Sabe cómo se encuentra preparado el Departamento para dar intervención psicológica en una situación de desastre?	No	No	No	No	No
10. De acuerdo a sus experiencias ¿Cuáles son los vacíos que usted ha identificado cuando el Departamento ha proporcionado Intervención en Crisis en situación de desastre?	Mala organización. Mala disposición. Inadecuado clima organizacional.	No hay una cultura de prevención y menos de intervención, tendría que haber un experto que apoye esta área.	No contar con un plan de intervención en crisis. No capacitar adecuadamente a los estudiantes. No contar con materiales necesarios para ejecutar las técnicas.	Que no está preparado con anterioridad para capacitar a los estudiantes y que las capacitaciones son muy cortas.	Que no abarcan muchos aspectos, y no toman en cuenta a la población juvenil, se enfocan más en niños y adultos.
11. De los siguientes ¿Cuáles son los principales obstáculos que usted ha identificado en la intervención en Crisis que el Departamento ha proporcionado en Situaciones de desastre? <ul style="list-style-type: none"> • No se cuenta con un manual de intervención • No hay personas capacitadas • No hay tiempo para intervenir • No se tienen los recursos • Todas las anteriores 	Todos	No se cuenta con un manual de intervención en crisis. No hay personas capacitadas. No se tienen los recursos.	Todos.	Todos.	No se cuenta con un manual de intervención en crisis. No se tienen los recursos.
12. De las siguientes ¿Cuáles cree usted que son	Todas	Afrontamiento	Todas.	Desahogo	Afrontamiento

<p>las áreas psicológicas que se deben abordar una la intervención en crisis?</p> <p>Afrontamiento Desahogo Área cognitiva Área conductual Área emocional Relaciones interpersonales</p>		<p>Desahogo Área emocional</p>		<p>Área emocional Área cognitiva Área conductual</p>	<p>Desahogo Área emocional Área cognitiva Área conductual</p>
<p>13. Según su criterio ¿En cuál de las áreas anteriores se debería hacer énfasis en la intervención?</p>	<p>Cognitiva</p>	<p>Área Emocional.</p>	<p>Desahogo.</p>	<p>Área cognitiva y emocional.</p>	<p>En las áreas cognitivas, conductuales y emocionales.</p>
<p>14. ¿Qué recomendaciones podría brindar para la elaboración de un plan de intervención en crisis?</p>	<p>Contenga aspectos en materia de organización del departamento. No estandarizar un método. Capacitar a la gente que sepa ser afín. No dar un guion sino variedad para poner en práctica.</p>	<p>Que tomen en cuenta las características reales de la población a intervenir para que las técnicas a utilizar surtan efectos efectivos y eficaces.</p>	<p>Realizarlo bajo una visión objetiva apegado a la realidad y cultura salvadoreña.</p>	<p>Que se propongan técnicas adecuadas para trabajar en corto tiempo, porque a veces el tiempo no alcanza cuando se trabaja con colectivos.</p>	<p>Que tomen en cuenta a la población juvenil porque enfatizan más en niños y adultos.</p>

ANEXO # 7

MANUAL DE INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRE DIRIGIDO A GRUPOS DE NIÑOS/AS, ADOLESCENTES Y ADULTOS

SAN SALVADOR, EL SALVADOR
2010

**MANUAL DE INTERVENCIÓN EN
CRISIS EN SITUACIONES DE
DESASTRE DIRIGIDO A GRUPOS
DE NIÑOS/AS, ADOLESCENTES Y
ADULTOS**

**Nueva adaptación para el Departamento de Psicología de la
Universidad de El Salvador**

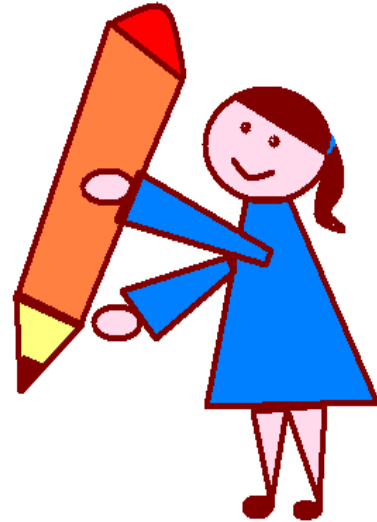
ELABORADO POR:
ANA MARCELA REYES ELIAS
EDWIN MAURICIO REYES ELIAS
MERCEDES DE LOS ANGELES GONZÁLEZ PÉREZ

INDICE

3	• Introducción
5	• Definiciones básicas
7	• Advertencias sobre el uso de este manual
8	• Sugerencias para una buena organización para la aplicación de la Intervención en Crisis
11	• Características ideales de la persona que aplica el manual
12	• Frases adecuadas para utilizar con sobrevivientes de eventos traumáticos
13	• Acciones y actividades que NO se deben realizar en la intervención en crisis de primera instancia.
14	• Acciones y actividades que SI se deben realizar en la intervención en crisis de primera instancia.
15	• Elementos importantes que pueden ser útiles para la intervención con niños y niñas
16	• Intervención en crisis con grupos especiales
17	• Plan de intervención en crisis en situaciones de desastre para grupos de niños/as, adolescentes y adultos
19	• Plan de intervención en crisis en situaciones de desastre dirigido a niños y niñas
38	• Plan de intervención en crisis en situaciones de desastres dirigido a adolescentes
59	• Plan de intervención en crisis en situaciones de desastre dirigido a adultos
81	• Intervención breve para abordar el duelo en personas que sufrieron pérdidas humanas y materiales en una situación de desastre.
87	• Autocuidado para equipo que brindó intervención en crisis en situación de desastre
93	• Bibliografía
95	• Anexos

INTRODUCCIÓN

En el desarrollo del presente plan se pretende dar a conocer elementos importantes acerca de la intervención en crisis en situaciones de desastre que abonarán al conocimiento previo que se obtiene a lo largo de la carrera de Psicología. La información que se presenta se basa en un enfoque comunitario y participativo, puesto que en la terapia de crisis se abordan las dificultades presentadas a través de técnicas de intervención grupales dentro de la comunidad o albergue, mientras que estas técnicas además parten de una perspectiva participativa en la que se busca que las personas participen activamente en las actividades, de tal manera que su avance en la terapia sea significativo.



Además las actividades se retoman desde un enfoque ecléctico, este incluye la combinación del modelo cognitivo, el modelo humanista y el modelo conductual, estos modelos se retoman puesto que es necesario que las personas hagan catarsis de sus emociones, sentimientos y pensamientos, comprendan su situación, y a medida la van comprendiendo logren afrontarla y aceptarla, en todo este proceso su conducta y comportamiento se va modificando y van adaptándose a su nueva situación de vida.

La presentación del manual tiene como fin de brindar una herramienta para que profesionales de la salud mental puedan proporcionar intervención en crisis a las personas que han sufrido una situación de desastre como terremotos, inundaciones, tormentas, huracanes, etc. Asimismo se busca que la atención en crisis se lleve a cabo con mayor calidad, para lo cual se propone realizarla en dos etapas, la primera etapa es llamada **Primeros Auxilios Psicológicos (P.A.P)** en la cual se pretende que las personas atendidas logren hacer catarsis o la expresión de los sentimientos, emociones y pensamientos, puedan empezar a reconstruir su estabilidad y además se busca ayudarles a entender el fenómeno así como su acontecer.

La segunda etapa llamada **Terapia de Crisis**, implica ayudar a las personas a mantener el equilibrio después de la situación de desastre, mejorar los componentes de las áreas que han sido afectadas ayudando a disminuir los síntomas que presentan semanas después del desastre. Además se pretende garantizar la salud mental de las personas y ayudar a la prevención de nuevos estados de crisis, fortaleciendo las reacciones positivas y dando nuevas alternativas de respuesta y solución.

En el presente documento se presentan algunas definiciones básicas que ayudarán al entendimiento de lo que implica la “intervención en crisis en situaciones de desastre”; se muestran algunas advertencias sobre el uso del manual y algunas sugerencias para su aplicación con el

objetivo de que ésta produzca resultados más favorables y se lleve a cabo de manera más organizada. A continuación de esto se exponen algunas de las características que debería tener el/la facilitador/a o interventor/a que ejecute las actividades de intervención en crisis; se presentan algunas frases que pueden ser útiles cuando se trabaja con personas que han pasado un evento traumático; más adelante se muestran algunas acciones que se deben de realizar y que no se deben de realizar en la intervención en crisis, además se presentan elementos importantes que pueden ser útiles para la intervención en crisis con niños/as y algunas sugerencias al trabajar con grupos de personas con características especiales (como ceguera, sordera, dificultades motrices) de manera que los interventores realicen su trabajo más acertadamente.

Posteriormente se presenta el plan de intervención en crisis para grupos de niños, adolescentes y adultos, este contiene un plan para cada grupo en el cual se presentan una sesión de primeros auxilios psicológicos para cada grupo y las demás son de terapia de crisis. Seguidamente se muestra un plan de intervención breve para abordar el duelo en personas que han tenido pérdidas humanas y y/o materiales en situaciones de desastre.

Finalmente, se muestran algunas sugerencias para el autocuidado del profesional de la salud mental y una propuesta de intervención breve que puede ser útil sobre todo para que el equipo interventor haga catarsis, es decir puedan descargar sus emociones, pensamientos y sentimientos generados a partir de la intervención proporcionada y no personalice la situación vivida.

Se incluye todo este contenido en el manual esperando que satisfaga las expectativas de quienes hagan uso del mismo y sobre todo para que los equipos que den intervención al utilizarlo puedan cubrir la necesidad de ayuda psicológica de las personas que sufren con las situaciones de desastre.

DEFINICIONES BÁSICAS

Para tener una idea clara y precisa de lo que es una **crisis**, se distinguirá como “*un estado temporal de desequilibrio y desorganización*”, se considera como un estado temporal porque suele durar corto tiempo y se considera como un estado de desorganización porque generalmente la persona que lo presenta se muestra confundida, su mente está tan impactada que no puede organizar su pensamiento ni su conducta, estas son controladas por sus emociones originadas por el suceso traumático.

✿ ELEMENTOS IMPORTANTES DE LAS CRISIS²²

- o. Hay un suceso precipitante que causa la crisis.
- p. Es una situación en ocasiones imprevista y en otras puede tenerse la idea de que se atravesará por ella.
- q. Hay pérdida del equilibrio emocional (de la forma usual de sentir y expresarse), cognitivo y conductual.
- r. Causa sufrimiento (tristeza, dolor, ira, etc.).
- s. Genera cambios ya sean positivos o negativos, es decir que puede generar desde enfermedades hasta oportunidades para crecer y aprender.
- t. Es temporal, ya que las personas recuperan nuevamente el equilibrio.
- u. Las formas en que las personas suelen resolver sus problemas no funcionan en esta situación.

La **intervención en crisis** es el “*proceso de ayuda dirigida a una persona o familia a soportar un hecho traumático, de modo que la probabilidad de consecuencias poco saludables o de desorden se aminore y la probabilidad de crecimiento se incremente*”²³.

Lo que se trata de hacer al dar intervención en crisis es empoderar a las personas para que puedan enfrentarse a la situación de la menor manera y puedan obtener el mejor beneficio de esa situación, a través de la escucha activa, generando la catarsis y expresión emocional, fomentando la expresión de pensamientos acerca de la situación que originó la crisis, entre otras actividades. En esta como en las demás terapias es importante la calidad de intervención que dé el psicólogo (u otro personal de salud mental) y también la voluntad y colaboración que presenten las personas a quienes se interviene.



²² Modelo de intervención en crisis para niños y niñas en situación de desastres, UNICEF El Salvador, 3ª Edición, El Salvador 2001.

²³ Modelo de intervención en crisis para niños y niñas en situación de desastres, UNICEF El Salvador, 3ª Edición, El Salvador 2001

♣ TIPOS DE INTERVENCIÓN EN CRISIS

Intervención en crisis de Primera instancia: es mejor conocida como **Primeros Auxilios Psicológicos**, y se trata de la atención psicológica para una persona que está pasando por una crisis, sólo tiene una sesión de duración y se enfoca a aliviar las necesidades psicológicas primordiales de la persona en el momento de la intervención, logrando que la persona exprese sus emociones, sentimientos y pensamientos a través de la catarsis y pueda tener comprensión de la situación de desastre a través del conocimiento sobre la misma, para dar pasos concretos hacia el afrontamiento con la crisis, esto incluye el control de los sentimientos o los componentes subjetivos de la situación y comenzar el proceso de solución del problema. Las metas son *proporcionar apoyo, reducir el peligro de muerte y enlazar a la persona en crisis con los recursos de ayuda*²⁴. Esta intervención puede ser brindada por cualquier persona que esté proporcionando auxilio en el lugar del desastre, como paramédicos, socorristas, etc. Ya que es necesario que se proporcione de inmediato.

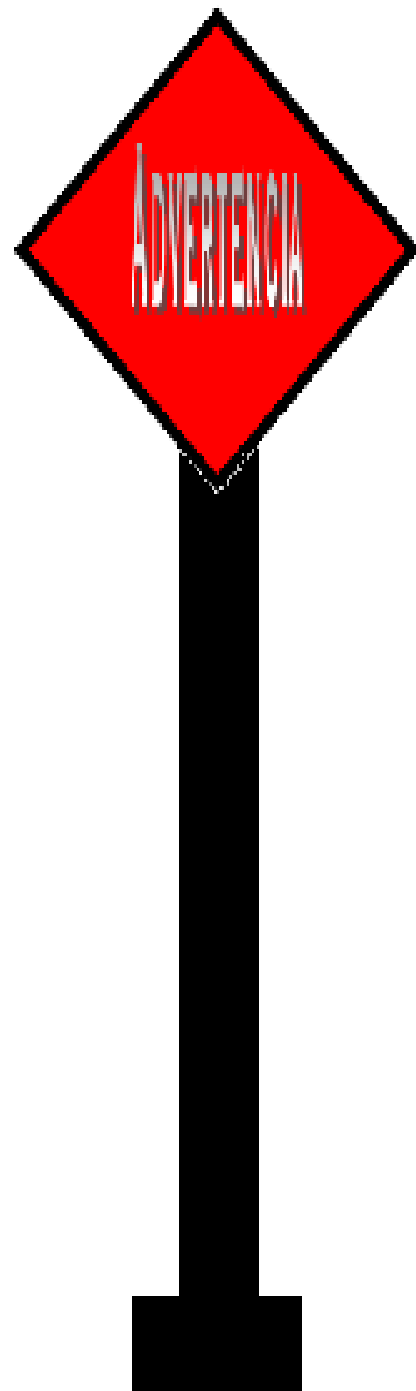
Intervención en crisis de Segunda instancia: también es llamada **terapia de crisis**, esta intervención es *“proceso terapéutico breve que va más allá de la restauración del enfrentamiento inmediato y, en cambio, se encamina a la resolución de la crisis de manera que el incidente respectivo se integre a la trama de la vida”*²⁵, lo que se espera es que la persona esté mejor preparada para hacerle frente a su futuro, esta terapia breve dura más de una sesión dependiendo de las circunstancias del desastre e individuales de las personas que se estén atendiendo (si se hace individual o grupal). Esta intervención debe ser proporcionada por psicólogos o cualquier otro profesional de la salud mental que tengan conocimiento de técnicas de evaluación y tratamiento.

ADVERTENCIAS SOBRE EL USO DE ESTE MANUAL

²⁴ “Primeros Auxilios Psicológicos”, Modelo para Intervenir en Crisis, Enfoque Terapéutico de Urgencia y Breve, por Psic. Juan Carlos García Ramos

²⁵ “Primeros Auxilios Psicológicos”, Modelo para Intervenir en Crisis, Enfoque Terapéutico de Urgencia y Breve, por Psic. Juan Carlos García Ramos

- ✿ Este manual debe ser utilizado por personas que estén debidamente capacitadas, su uso sin previa capacitación puede dejar vacíos en la intervención y no producirá los mismos resultados en comparación a su aplicación con previa capacitación.
- ✿ Este manual puede aplicarse de acuerdo a los recursos humanos, materiales, tiempo y espacio con los que cuente el Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador y también dependiendo de las características de la comunidad o albergue al que se proporcione la intervención.
- ✿ Este manual puede aplicarse de manera detallada o de manera sintetizada (no cumpliendo con todas las planificaciones presentadas en el mismo), de acuerdo a la magnitud del desastre, condiciones de recursos humanos y materiales, tiempo, entre otros elementos que dificulten su completa aplicación.
- ✿ La aplicación de este manual se contempla de forma grupal, sin embargo puede adaptarse para administrarse de forma individual si la situación lo requiere.
- ✿ La propuesta de intervención breve para abordar el duelo en personas que han tenido pérdidas humanas y/o materiales es aplicable a personas que no denoten alguna conducta fuera de lo normal, si este es el caso es necesario referirlo al centro de salud más cercano.



SUGERENCIAS PARA UNA BUENA ORGANIZACIÓN PARA LA APLICACIÓN DE LA I. C.

- ✿ Al inicio del ciclo-I de cada año el jefe del Departamento de Psicología puede organizar a los docentes con anticipación y seleccionar los que estarán encargados de la intervención en crisis y de las brigadas.
- ✿ Los docentes pueden seleccionar cada inicio de ciclo a los estudiantes que participarán en las brigadas de intervención, según algunos criterios tales como: disposición de tiempo de los estudiantes, actitud proactiva, iniciativa, etc. Esto puede hacerse a través de anuncios acerca de la formación de brigadas de intervención en crisis, de manera que los estudiantes se inscriban y proporcionen sus datos generales para tener un posterior contacto con ellos. Además se puede llevar un registro de los estudiantes que participarán, los cuales podrían firmar un acta de compromiso para participar en cualquier situación de desastre. Los grupos se elaborarán dependiendo de las habilidades de cada estudiante para trabajar con las diferentes poblaciones (niños, adolescentes y adultos). Sin embargo los seleccionadores deberán tener cuidado de agrupar a los estudiantes de forma equilibrada según el nivel académico y las habilidades de trabajo con los diferentes grupos de personas.
- ✿ Es indispensable capacitar a los estudiantes de psicología previamente, aunque la situación de desastre no haya ocurrido, de tal manera que estén preparados adecuadamente cuando la situación se presente. Además es conveniente que los estudiantes reciban capacitaciones para trabajar tanto en grupos de niños, jóvenes y adultos.
- ✿ Se sugiere formar grupos de 9 a 12 personas para cada comunidad o albergue (dependiendo de la cantidad de personas afectadas en el mismo), de manera que trabajen 3 a 4 personas en cada grupo de niños, adolescentes y adultos. Si el grupo al que se va a proporcionar la intervención en crisis es demasiado amplio se sugiere la división de este o hacer la intervención por turno. Además con aquellas personas que hayan tenido pérdidas humanas y/o materiales se debe formar un grupo aparte y trabajar las sesiones que se proponen en el apartado de intervención para abordar duelo, luego estas personas podrán continuar con las sesiones de trabajo de intervención en crisis en situaciones de desastre. Es necesario que el equipo interventor este pendiente de las personas que atiende, puesto que aquellas personas que no mejoren en su estado emocional será necesario referirlas al centro de salud más cercano para el mejoramiento de su estado de salud mental y/o fisiológica.
- ✿ Dentro de cada brigada debe haber un coordinador general (docente o estudiante apto) para todos los grupos, y dentro de cada grupo debe haber también un coordinador que guíe al mismo. Ambos coordinadores deben tener los listados de números telefónicos de cada miembro de la brigada para facilitar la coordinación y comunicación.

- ✿ Al ocurrir un desastre se deben coordinar las autoridades del Departamento de Psicología con la Unidad de Proyección Social de la Universidad de El Salvador y otras entidades que sean necesarias, con el objetivo de brindar intervención a los lugares más afectados. Además se deben coordinar los docentes con los estudiantes que estén enlistados en los grupos de brigadas de manera inmediata.
- ✿ Esperar de una a tres semanas después de la situación de desastre para que las brigadas asistan a las comunidades, para esto es necesario también que las personas afectadas ya se encuentren instaladas en albergues (según sea el caso), para evitar la inasistencia al grupo de intervención o perder el contacto con algunas personas. Y al presentarse a la comunidad o albergue se coordinará la selección del lugar idóneo para dar la intervención (si las condiciones lo permiten).
- ✿ Se sugiere a los docentes y al jefe del Departamento ser flexible con las personas que brindarán intervención, en relación a la actividad académica. Si es necesario sería adecuado suspender las clases dependiendo de la magnitud del evento.
- ✿ Es conveniente que cuando se esté ejecutando una actividad, aquel facilitador que no esté dirigiendo o realizando otra actividad deberá incluirse como parte activa del grupo de afectados con el fin de facilitar la dirección que debe seguir la actividad.
- ✿ Las actividades se pueden llevar a cabo de acuerdo a las características mismas de la situación de desastre, condiciones del Departamento en ese momento, recursos con los que se dispongan, tiempo, transporte, y otros. De manera que el plan que se presenta en este documento es solamente una guía que facilitará la intervención en crisis.

- ✿ Se recomienda además que los facilitadores o interventores se presenten a las sesiones de intervención con ropa cómoda y sencilla (no extravagante), que lleven consigo agua y algo de alimento (en caso que estos no sean proporcionados por el Departamento) y que se comporten conforme a la seriedad que requiere la situación.



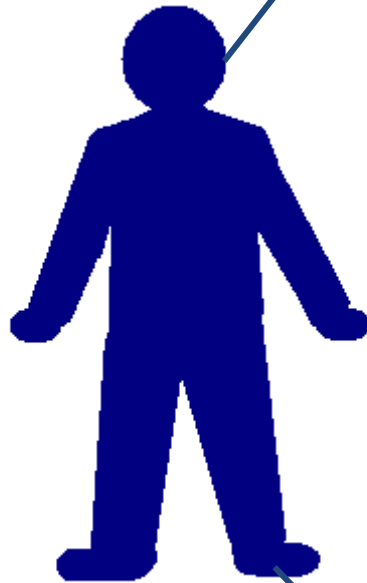
- ✿ Después de llevar a cabo la intervención en crisis es necesario que los interventores se sometan a una terapia de *auto cuidado psicológico*, utilizando la propuesta que se muestra

en este manual, para sobrellevar las situaciones ocurridas en su trabajo como interventores. Esta actividad debe ser desarrollada por docentes o estudiantes capacitados.

- ✿ Se sugiere hacer una revisión del manual después de que se utilice en una situación de desastre para que se encuentre actualizado, o incorporar aquellos elementos que no se hayan tomado en cuenta en su creación original.
- ✿ Desarrollar talleres y capacitaciones acerca del manual cada ciclo o en interciclo, los cuales deben ser impartidos por docentes o estudiantes que ya hayan tenido experiencias en intervención en crisis, para que estudiantes y docentes se encuentren actualizados.

CARACTERÍSTICAS IDEALES DE LA PERSONA QUE APLICA EL MANUAL

Debe poseer:
Conocimientos de
intervención en crisis y el
manejo técnicas
apropiadas para



Debe ser: Cooperador, crítico, solidario, analítico, participativo, proactivo, propositivo, empático, sencillo, humilde, auto reflexivo, responsable, fuerte, respetuoso, organizado, accesible con la gente, persona que adquiera compromisos pro social y estable emocionalmente.

Debe tener capacidad de: Expresión, escuchar, autocontrol, adaptación ante situaciones adversas, discernimiento emocional, improvisar planificadamente, tener buenas relaciones interpersonales y trabajar en equipo.

FRASES ADECUADAS PARA UTILIZAR CON SOBREVIVIENTES DE EVENTOS TRAUMÁTICOS

- 🍀 Ahora estás a salvo (si realmente lo está).
- 🍀 Aprecio que esté conversando conmigo.

- ✿ Comprendo y me solidarizo con usted por estar pasando por esta situación (por ej. Comprendo que haya perdido sus pertenencias y no se sienta bien).
- ✿ No fue su culpa (si está seguro que no lo fue).
- ✿ Su reacción es una respuesta normal ante un evento anormal.
- ✿ Es comprensible que se sienta de esa manera.
- ✿ Usted no se está enfermado de su mente, es normal sentirse confundido en este tipo de situaciones.
- ✿ Las cosas no serán igual. De muchas maneras esta experiencia puede hacerlo más fuerte, con su esfuerzo y su fe, junto con la comunidad y su familia.
- ✿ Dese permiso de llorar, esto a veces es necesario y es una forma de descargar el dolor que se siente.



ACCIONES QUE **NO** SE DEBEN REALIZAR EN LA I. C. DE PRIMERA INSTANCIA

1. **NO** aconsejar.
2. **NO** ponerse de ejemplo.
3. **NO** enfatizar excesivamente los aspectos positivos. Frases como “Podría haber sido peor” pueden ser contraproducentes.

4. **NO** minimizar el hecho; la frase “No pasa nada” suele ser negativa.
5. **NO** bromear, la ironía puede ser ofensiva o contraproducente.
6. **NO** dramatizar; si la persona llora, el auxiliador no tiene por qué hacerlo.
7. **NO** engañar a la víctima, ni fingir.
8. **NO** favorecer la actitud de culparse.
9. **NO** actuar defensivamente.
10. **NO** favorecer dependencias directas del afectado con el auxiliador.
11. **NO** Ignorar sentimientos o hechos.
12. **NO** regañar o tomar partido.
13. **NO** Depender de preguntas de si/no.
14. **NO** Soslayar las señales de “peligro”.
15. **NO** Dar la razón del "problema".
16. **NO** Dejar obstáculos sin examinar al ver las posibles soluciones.
17. **NO** Intentar resolverlo todo ahora.
18. **NO** Tomar decisiones que comprometan por largo tiempo.
19. **NO** Ser tímido o prometer cosas.
20. **NO** Dejar la evaluación del seguimiento a alguien más.

ACCIONES QUE **SI** SE DEBEN REALIZAR EN I. C. DE PRIMERA INSTANCIA








1. **SI** Escuchar de manera cuidadosa y reflejar los sentimientos y la naturaleza de los hechos.
2. **SI** Comunicar aceptación.
3. **SI** Plantear preguntas abiertas.
4. **SI** Llevar a la persona a una mayor claridad.
5. **SI** Evaluar la mortalidad.
6. **SI** Observar los ojos y el lenguaje corporal de la persona.



LA

7. **SI** Dar énfasis a las cualidades y fortalezas de la persona.
8. **SI** Ser realista.
9. **SI** Alentar la lluvia de ideas acerca de las alternativas que pueda tener la persona.
10. **SI** Establecer prioridades.
11. **SI** Establecer metas específicas de corto plazo.
12. **SI** Confrontar cuando sea necesario.
13. **SI** Ser directivo, sólo sí tiene que serlo.
14. **SI** Hacer un convenio para recontactar.
15. **SI** Acordar un segundo encuentro.

Elementos importantes que pueden ser útiles en la intervención en crisis con niños y niñas

-  Tener cierto grado de contacto físico (como un abrazo o una palmada en el hombro).
-  Aconsejar a los padres que no dejen solos a sus hijos.
-  Reafirmarles frecuentemente que están seguros y a salvo.
-  Hablar con ellos sobre el suceso de forma sencilla, si desean hacerlo.
-  No minimizar ni exagerar la situación.
-  No hablar a los niños acerca de los miedos de los adultos hacia el futuro.
-  No hacer promesas que no se puedan cumplir.

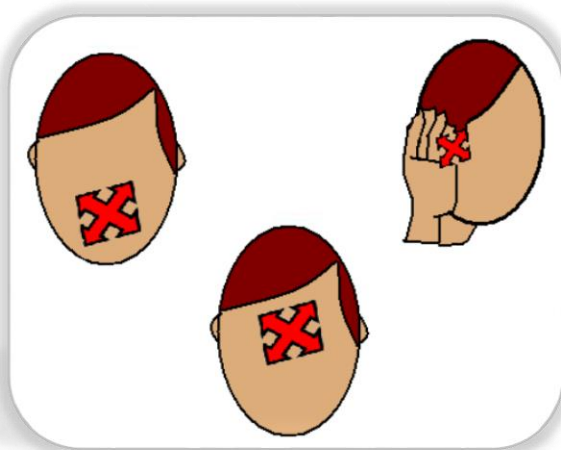
- ✿ No decir que los muertos están felices en el cielo, ya que pueden desear morir para ir con esa persona. Si es necesario el tema de la muerte debe de ser tratado concretamente, decirles que ésta es permanente y que causa una gran tristeza.
- ✿ Dar a los niños tareas apropiadas para su edad.
- ✿ Mantener las rutinas familiares y sociales propias de su edad y contexto.



Intervención en crisis con grupos especiales

En este caso se necesita una buena comunicación y demostrarles que se está dispuesto a ayudarles. Cada tipo de discapacidad requiere que se adapte a ella la intervención que se pretende proporcionar:

- ☞ **Deficiencias motrices.** Preguntar en qué y cómo se le puede ayudar. Adaptarse a su ritmo de movimiento y adoptar una postura que resulte cómoda para ambos. No hablarle como a un niño. Facilitarle que pueda llevar consigo cualquier dispositivo que use para el desplazamiento. Siempre explicarle a dónde se le lleva y por qué.
- ☞ **Deficiencia sensorial.** Situarse de forma que se le vea la cara al que brinda la ayuda. Hablar despacio vocalizando, usar lenguaje no verbal, repetir las veces que haga falta; si tiene hipoacusia, se debe elevar el volumen de la voz.
- ☞ **Ceguera.** No gritar al hablar: no es sordo. Preguntar en qué y cómo se le puede ayudar. Ofrecer el brazo y caminar a paso lento, anticiparle obstáculos; si se va a sentar, tomar su mano y ponerla encima del asiento; no usar conceptos espaciales que no comprenda (aquí, allí):mejor usar derecha, izquierda.



**“PLAN DE INTERVENCIÓN EN
CRISIS EN SITUACIONES DE
DESASTRE PARA GRUPOS DE
NIÑOS/AS, ADOLESCENTES Y
ADULTOS”**



Primeros Auxilios Psicológicos (P.A.P.) o I. C. de Primera instancia

METAS: La meta principal es restablecer el enfrentamiento inmediato. El objetivo primordial es ayudar a la persona a dar pasos concretos hacia el afrontamiento con la crisis, esto incluye el control de los sentimientos o los componentes subjetivos de la situación y comenzar el proceso de solución del problema.

Terapia de Crisis (T.C.) o I. C. de Segunda instancia

METAS: Ayudar a las personas a mantener el equilibrio después de la situación de desastre, mejorar los componentes de las áreas que han sido afectadas ayudando a disminuir los síntomas que presentan semanas después del desastre. Además se pretende garantizar la salud mental de las personas y ayudar a la prevención de nuevos estados de crisis, fortaleciendo las reacciones positivas y dando nuevas alternativas de respuesta y solución

Plan de intervención en crisis en situaciones de desastre dirigido a grupos de niños y niñas



Primeros Auxilios Psicológicos

**(P.A.P.) o I. C. de Primera
Instancia**

**dirigido a grupos de niños y
niñas**

niños

dirigido a grupos de niños y

instancia

PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS DIRIGIDO A NIÑOS Y NIÑAS (INTERVENCIÓN EN CRISIS DE PRIMERA INSTANCIA)

Objetivo General: Aliviar las necesidades psicológicas primordiales de niños/as en el momento de la intervención, proporcionando apoyo psicológico para reducir los efectos emocionales, cognitivos y conductuales provocados por la situación de desastre a través de actividades lúdicas.

Recursos humanos: Niños/as de la comunidad o albergue e interventores.

Tiempo de sesión: 3 horas aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo específico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Acercamiento (rapport)	Propiciar un acercamiento con los niños/as afectadas y generar confianza.	Saludo, agradecimiento por la asistencia y colaboración.	Sillas, y otros que sean necesarios.	5 minutos
Presentación de estudiantes y Desmitificación de la profesión del psicólogo.	Desarrollar el proceso de desmitificación en relación al psicólogo en situaciones de desastre.	Presentación de interventores, institución de la que provenimos (quiénes somos), qué actividades se pretenden realizar (qué hacemos), el objetivo de la visita (para qué estamos en ese lugar). Enfatizar que jugando es como los ayudaremos. Por ej. “Mi nombre es Juan, soy estudiante de Psicología de la Universidad Nacional, nosotros venimos acá para jugar con ustedes y ayudarles a que se sientan mejor después de la situación que han vivido, esto quiere decir que los queremos escuchar, que nos cuenten cómo se sienten por lo que ha sucedido, para lo cual haremos muchas juegos muy divertidos”. Espacio para preguntas de los niños/as.	No se utilizaran materiales.	5 minutos
Dinámica de presentación: Me pica aquí	Conocer a cada uno de los miembros del grupo de intervención.	Indicar que todos se colocan en un círculo. El interventor comienza diciendo “Me llamo _____ y me pica aquí” (mostrando o tocándose una parte del cuerpo). La persona que está a la par dice “Ella/él se llama _____ y le pica. Y yo me llamo _____ y me pica aquí” y así sucesivamente con las demás niños/as cada uno deberá decir el nombre del anterior y el lugar donde le pica. Uno de los interventores deberá ir colocando el nombre de cada niño en un	Papel bond, tijeras, plumones, radio grabadora, CD de música.	20 minutos

		gafete y pegárselo en su camisa, después de su presentación.		
Exposición de normas de convivencia grupal.	Establece en conjunto con los niños/as las normas de convivencia grupal que permitan trabajar en armonía.	El interventor indicará a los niños/as lo siguiente: "Para jugar y ayudarlos es necesario que cumplamos con algunas normas de convivencia grupal para jugar en orden, ahora les mencionaremos y dibujaremos las reglas en un papel que nosotros traemos para tener una convivencia armoniosa". Luego el interventor preguntará a los niños/as, si quieren agregar otras reglas que no se hayan mencionado (ver anexo # 1 "Normas de convivencia").	Papelógrafos para escribir y dibujar las normas de convivencia grupal, cinta adhesiva, hoja con normas ya establecidas.	15 minutos
Identificación de síntomas: "Guía para evaluación de síntomas tras un desastre dirigida a niños/as".	Identificar los síntomas que presentan los niños/as tras el desastre.	Se les explicará la actividad y se aplicará el instrumento de evaluación grupal junto con el "Cuestionario de ilustrado de síntomas tras una situación de desastre" (anexo # 3) (pre-tratamiento).	Sillas, "Guía para evaluación de síntomas tras un desastre dirigida a niños/as" y "Cuestionario de ilustrado de síntomas tras una situación de desastre" (ver anexos # 2 "El cuento de osito" y # 3).	30 minutos
Explicación del fenómeno.	Ayudar a los niños/as a que entiendan el fenómeno que ha sucedido para que logren sentirse más tranquilos.	A través de una actividad lúdica con títeres se les explicará a los niños/as los elementos de la situación que han vivido (dependiendo del tipo de desastre), permitiendo que despejen sus dudas y logren sentirse más tranquilos al conocer mejor la situación, al saber cómo que se dio, cuánto duró o durará, y entiendan que ante esas situaciones las reacciones son comunes y normales ante una situación anormal (ver en anexo # 4 "Guión de diálogo de títeres").	Sillas, títeres, otros que sean necesarios según la circunstancia.	15 minutos
Momento de desahogo: "Expresión metafórica".	Facilitar la expresión emocional y cognitiva de los niños(as) de manera que hagan catarsis y logren sentirse mejor.	Expresión metafórica y verbal: a cada niño se le entregará una hoja de papel bond y materiales, para que plasmen un dibujo en el cual expresen primero lo que pasó en el desastre , terminado con este dibujo que continúen después como se sintieron después de que éste pasó y cómo quisieran estar después . Luego cada niño(a) explicará su dibujo y expresarán lo que sintieron en cada momento del dibujo.	Sillas, hojas de papel bond, plumones, colores, pintura de dedo, crayolas, otros materiales semejantes, cinta adhesiva.	45 minutos
Relajación: "Tensión y	Propiciar a los niños (as) un	Sentar a los niños en piso o sillas y dar la consigna siguiente:	Sillas, radio grabadora, CD de	30 minutos

<p>distención”.</p>	<p>momento de relajación para que puedan tranquilizarse después de haber expresado sus emociones y sentimientos acerca del desastre.</p>	<p>“Estirar los brazos y recogerlos cinco veces apuñalar fuertemente la mano y soltarla suavemente lo más lenta posible cinco veces, tensionar los músculos de la cara como haciendo muecas cinco veces, estirar todo el cuerpo lo más que se pueda y encogerlo lo más lentamente posible cinco veces”.</p> <p>“Ahora y cierren sus ojos”.</p> <p>“Respiren lentamente poco a poco, y saquen el aire lentamente”.</p> <p>“Vayan escuchando su respiración sin pensar nada, sientan su cuerpo muy pesado empezando por los dedos de los pies, empezarán a sentirse pesados hasta llegar a la cabeza (se mencionan algunas partes del cuerpo para facilitar la relajación), ahora empiecen a sentir su cuerpo poco a poco liviano, no pesa nada desde la cabeza hasta los pies, y cuando se sientan muy livianos abren los ojos poco a poco”.</p>	<p>música relajante.</p>	
<p>Resumen de sesión, evaluación y cierre.</p>	<p>Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los niños/as durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.</p>	<p>Un facilitador hará un resumen de la sesión e instará a los niños/as a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo y para llevar un registro de evaluación.</p>	<p>Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, papelógrafos, plumones cinta adhesiva.</p>	<p>15 minutos</p>

Terapia de crisis o I. C. de Segunda Instancia dirigida a grupos de niños y niñas

a grupos de niños y niñas
segunda instancia dirigida

TERAPIA DE CRISIS DIRIGIDA A NIÑOS Y NIÑAS

SESIÓN 1: “DESAHOGO EMOCIONAL”

Objetivo General: Propiciar el desahogo y el control emocional en niños y niñas, a través de la expresión corporal provocando que surjan sentimientos, emociones y pensamientos que tuvieron durante la situación de desastre y que no han podido expresar aun para luego fomentar un estado de relajación que permita lograr un equilibrio.

Recursos humanos: niños y niñas del albergue o comunidad, e interventores.

Tiempo de sesión: 1 hora 30 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo específico	Procedimiento	Recursos materiales	Tiempo
Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo.	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas por el desastre y generar confianza.	Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.	Sillas, material ornamental (papel crespón de colores, otros), cinta adhesiva.	10 minutos
Dinámica de animación: “El gavilán y los pollitos”.	Generar un ambiente de confianza para desarrollar las actividades posteriores.	Una niño/a voluntario/a será gavilán; los y las demás son pollitos y pollitas. Las pollitas y pollitos se dividirán en dos grupos iguales y se van a extremos del salón. Dibujan una línea en cada extremo que será la entrada al corral. El gavilán se coloca al centro y grita: ¡Casería! Entonces, las pollitas y los pollitos de un lado deben correr hasta el otro extremo del salón y viceversa. En la carrera las pollitas y pollitos que son tocados por el gavilán hacen una muralla en el centro del salón para estorbar el paso. El gavilán vuelve a gritar ¡cacería! Y atrapa más pollitos y pollitas para hacer la muralla más grande. El juego termina cuando todas las pollitas y pollitos han sido atrapados. Finalmente se reflexiona a partir de estas preguntas: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué aprendemos de esta dinámica?	Ninguno en especial	15 minutos
Desahogo: “La almohada”.	Estimular en los/as niños/as a la liberación de energías para que se permitan sacar todas las emociones y sentimientos tras la situación de desastre.	Indicar lo siguiente: Explicarles brevemente que se colgará una almohada y ellos/as tendrán que imaginar que en esa almohada está lo que causó la tragedia. Luego se les indicará que pasarán uno a uno a golpear la almohada como si fuera una piñata, e indicarles que piensen en ese momento que están atacando al desastre que se llevó sus pertenencias materiales,	1 almohada rellena con hojas de papel de diario, lazo, un palo o bastón de madera para golpear la almohada.	30 minutos

		<p>sus animales o seres queridos. Preguntar cómo se sintieron mientras golpeaban la almohada, qué imaginaron al pegarle a la almohada, cómo se sienten ahora.</p> <p>Nota: si los recursos lo permiten se puede utilizar una piñata en lugar de la almohada. Además se le puede poner el nombre del desastre a la piñata o a la almohada.</p>		
Relajación: “Como un globo”	Disminuir en los niños y niñas la tensión provocada por la actividad anterior.	<p>Se les dan las siguiente indicaciones: Vamos a imaginar que somos como un globo. ¿Qué necesitan los globos para inflarse? Incitar a que respondan. Entonces vamos a tomar aire por la nariz muy lentamente, vamos dejando que entre el aire por nuestros pulmones y nuestro abdomen señalando donde se encuentra el abdomen (respiración diafragmática). El abdomen se va a ir convirtiendo en un globo que se va hinchando a un ritmo lento, después vamos a ir dejando escapar el aire y sintiendo como el globo se va desinflando poco a poco hasta quedar vacío. Esto se repite varias veces hasta que se logre la relajación.</p>	Ninguno en especial.	15 minutos
Relajación: “Tortuga que se esconde” (Relajación muscular progresiva).	Provocar un estado de relajación en los/as niños/as para disminuir los estados de ansiedad o estrés presentados después del desastre.	<p>Indicarles lo siguiente: Ahora imaginaremos que somos unas tortugas y estamos descansando en un lugar muy bonito. Nos acostamos boca abajo en el piso, vamos a esconder nuestra cabeza y también las patas, hasta que sólo se vea el caparazón. El niño debe haber encogido y tensado los músculos de los brazos, piernas y cuello. Ahora sale el sol y las tortuguitas volvemos a asomar muy despacio la cabeza, al mismo tiempo que vamos estirando las extremidades, dejándolas relajadas.</p>	Ninguno en especial.	10 minutos
Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.	Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los niños y niñas durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	<p>Hacer un resumen de la sesión e instar a los niños y niñas a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que respondan a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo. Nota: esta actividad tiene que ser dirigida de forma agradable e interesante para los niños/as, usando tonos de voz y teniendo una actitud que sea motivadora para ellos/ellas.</p>	Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.	15 minutos

La almohada



TERAPIA DE CRISIS DIRIGIDA A NIÑOS Y NIÑAS

SESIÓN 2: “DESAHOGO EMOCIONAL”

Objetivo General: Propiciar el desahogo y el control emocional en niños y niñas, a través de la expresión corporal provocando que surjan sentimientos, emociones y pensamientos que tuvieron durante la situación de desastre y que no han podido expresar aun para luego fomentar un estado de relajación que permita lograr un equilibrio.

Recursos humanos: niños y niñas del albergue o comunidad, e interventores.

Tiempo de sesión: 2 horas 30 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo específico	Procedimiento	Recursos materiales	Tiempo
Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo.	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas por el desastre y generar confianza.	Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.	Sillas, y otros que sean necesarios.	10 minutos
Dinámica de presentación: “La chancleta”.	Generar un ambiente de confianza para desarrollar las actividades posteriores.	Se les indica a los niños/as que tienen que hacer dos filas, numerándose de uno a dos, se coloca una fila frente a la otra, luego el interventor tirara al aire una chancleta, si la chancleta cae boca arriba los de la fila 1 se ríen y los de la fila dos se quedan serios, si la chancleta cae boca abajo, los de la fila uno se quedan serios y los de la fila dos se ríen. Y así sucesivamente se pueden agregar actividades en vez de reír como muecas, gestos ruidos. Etc.	Una chancleta.	10 minutos
Desahogo: “Rasgado”.	Estimular a los/as niños/as al desahogo para que se permitan sacar todas las emociones y sentimientos relacionados a la situación de desastre.	Se colocan hojas de periódico en toda el área en la que se hará la actividad. Se les pregunta a los niños cómo fue el desastre, qué sintieron, estaban enojados, tristes, asustados, etc. Se les explica brevemente que esta situaciones generan que las personas nos sintamos débiles, sin fuerzas para enfrentarnos a ella, pero que muchas veces no podemos dar a conocer todo lo que sentimos y eso es muy necesario para luego sentirnos bien. Se les indica a los niños y niñas que estas hojas están ahí para que ellos expresen como se sintieron durante el desastre y como se sienten ahora, para ello tendrán que rasgarlas (se les muestra como lo harán). Además se les dice “cuando estén	Periódicos, tirro, pega, cinta adhesiva, bolsas para recoger el periódico restante.	1 hora

		<p>rompiendo el papel deben hacerlo con fuerza y con toda su energía pensando en el desastre y en cómo se sienten por haber sufrido esta situación”.</p> <p>“Ahora comiencen a rasgar el papel, siempre cuidando no lastimar a los demás. (Permitir de 5 a 8 minutos de rasgado)”.</p> <p>“Ahora que ya sacaron su energía vamos a expresar con este papel lo que sentimos por el desastre, vamos a formar una figura que represente ese sentimiento que tenemos (permitir de 10 a 15 minutos y facilitar ayuda si es necesario)”.</p> <p>Ya hechas las figuras indicar que expongan voluntariamente lo que representa (hacer preguntas como: ¿Qué significa la figura? ¿Por qué te sentías así? ¿Cómo te sientes ahora?, etc.)</p> <p>Hacer una reflexión final sobre la actividad.</p> <p>Nota: Al momento de la expresión oral los interventores deberán estar pendientes de los niños y niñas por si es necesario dar apoyo emocional.</p>		
Relajación: “Tensión y distensión”.	Propiciar a los niños (as) un momento de relajación para que puedan tranquilizarse después de haber expresado sus emociones y sentimientos acerca del desastre.	<p>Sentar a los niños en piso o sillas y dar la consigna siguiente:</p> <p>Estirar los brazos y recogerlos cinco veces apuñiar fuertemente la mano y soltarla suavemente lo más lenta posible cinco veces, tensionar los músculos de la cara como haciendo muecas cinco veces, estirar todo el cuerpo lo más que se pueda y encogerlo lo más lentamente posible cinco veces.</p> <p>Ahora y cierran sus ojos.</p> <p>Respiren lentamente poco a poco, y saquen el aire lentamente.</p> <p>Vayan escuchando su respiración sin pensar nada, sientan su cuerpo muy pesado empezando por los dedos de los pies, empezarán a sentirse pesados hasta llegar a la cabeza (se mencionan algunas partes del cuerpo para facilitar la relajación), ahora empiecen a sentir su cuerpo poco a poco liviano, no pesa nada desde la cabeza hasta los pies, y cuando se sientan muy livianos abren los ojos poco a poco.</p>	Sillas, radio grabador, CD de música relajante.	30 minutos
Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.	Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes	Hacer un resumen de la sesión e instar a los niños y niñas a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que respondan a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más	Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.	15 minutos

para los niños y niñas durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.

difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.
Nota: esta actividad tiene que ser dirigida de forma agradable e interesante para los niños/as, usando tonos de voz y teniendo una actitud que sea motivadora para ellos/ellas.

Rasgado



TERAPIA DE CRISIS DIRIGIDA A NIÑOS Y NIÑAS
SESIÓN 3: “DESAHOGO, AFRONTAMIENTO Y CONTROL DEL ESTRÉS”

Objetivo General: Lograr que los niños/las niñas se desahoguen en cuanto a las pérdidas que tuvieron por el desastre de manera que afronten su realidad actual y ayudarles a que controlen sus niveles de estrés y se sientan seguros.

Recursos humanos: niños y niñas del albergue o comunidad, e interventores.

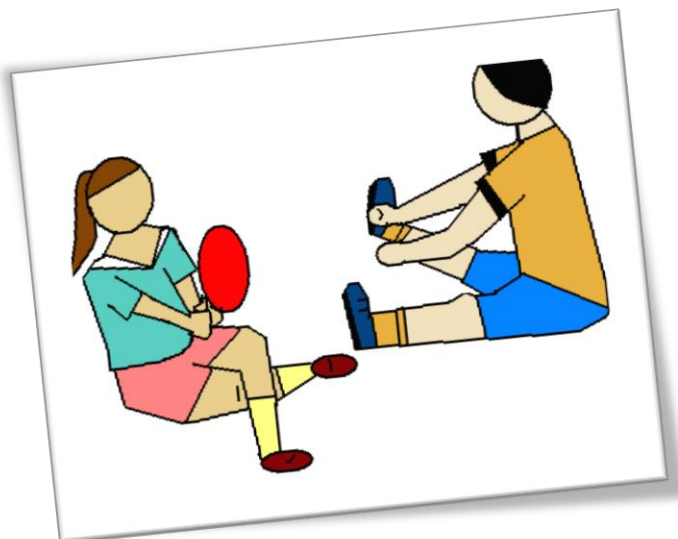
Tiempo de sesión: 2 horas 30 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo específico	Procedimiento	Recursos materiales	Tiempo
Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo.	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas por el desastre y generar confianza.	Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.	Sillas, y otros que sean necesarios.	10 minutos
Dinámica de animación: “La ardilla sin casa”.	Fomentar un ambiente de confianza para llevar a cabo las actividades posteriores.	Dividir a los niños en grupos de 3, dos de los 3 se tomarán de las manos y el otro quedará en el centro. El niño del centro será la ardilla. Y aparte de los tríos tiene que haber un niño que haga de ardilla sin casa y otro que haga de lobo. Se indicará que cuando el interventor hace sonar el pito el lobo comienza a perseguir a la ardilla. Cuando esta se sienta en peligro, se refugia en una casa, y al niño que estaba en esa casa le toca salir corriendo. Cuando suena dos veces el pito todas las ardillas cambian de casa. Si el lobo atrapa a una ardilla se invierten los papeles y al lobo le toca hacer de ardilla sin casa.	Pito y otros materiales que ameriten según la situación.	10 minutos
Evalutando mis pérdidas	Propiciar un espacio para que los/las niños/niñas puedan evaluar lo que perdieron y puedan despedirse de ello.	Hacer una breve reflexión sobre las pérdidas que ha tenido la comunidad y las pérdidas individuales, mientras se proporciona a cada niño/a una hoja de papel y colores (crayolas, temperas, plumones, otros). Indicarles que dibujen con ese material alguien o algo que perdieron durante el desastre (es importante mencionar que este “algo” pueden ser animales, cosas materiales, estados físicos o emocionales, personas, etc.). Cada niño/a presenta su dibujo a los demás y menciona qué le agradaba o gustaba del ser u objeto que representa su dibujo. En este momento los facilitadores deben estar	Papel, colores (crayolas, temperas, plumones, otros).	40 minutos

		<p>atentos para brindar apoyo emocional si es necesario.</p> <p>Proporcionarles a los/las niños/as las siguientes ideas de lo que pueden hacer con sus dibujos:</p> <p>Romperlos y enterrarlos en un lugar cercano, si es posible cerca de árboles o plantas y mencionar que se puede pensar que la energía de ese “algo” florecerá en la vida de esas plantas.</p> <p>Colocarlos en algún lugar donde solía permanecer ese “algo”.</p> <p>Si dibujan una persona es importante referirlo a un centro de atención de salud o incluirlo en un grupo de personas con duelo que puede formarse según el número de participantes que estén pasando por esta situación o se puede tratarse a nivel familiar.</p>		
Evaluando mis recursos (humanos y materiales)	Lograr que cada niño y niña identifique las personas y objetos con los que cuentan después de la tragedia y generar sentimientos de esperanza hacia el futuro.	<p>Reflexionar brevemente sobre la actividad anterior: “hemos recordado lo que perdimos durante el desastre, lo cual nos puso tristes, ahora vamos a evaluar con qué cosas materiales, personas, objetos, estados físicos o emocionales, podemos contar”.</p> <p>Indicarles que harán un dibujo de las cosas, seres o estados con los que cuentan actualmente. Entregarles papel y material para dibujar.</p> <p>Cada participante expondrá a los demás su trabajo y expresará sus emociones y pensamientos.</p> <p>Reflexionar sobre la actividad y sobre los estados emocionales actuales.</p>	Papel, colores (crayolas, temperas, plumones, otros).	30 minutos
Terapia de movimiento	Facilitar la manifestación de las emociones de forma corporal (a nivel individual y colectivo).	<p>Realizar ejercicios de calentamiento:</p> <p>Pedirle a todos que empiecen a caminar por en el espacio en que se realiza la actividad y que poco a poco comiencen a mover las partes de su cuerpo para calentar los músculos. El coordinador de la actividad puede modelar algunos movimientos para que los demás lo hagan, luego toca en el hombro a alguien y este niño o niña tendrá que seguir modelando algún movimiento a los demás, luego ella o él podrá tocar a alguien más para que siga con la actividad.</p> <p>Luego después de unos minutos se les indica que realicen los movimientos que deseen y que traten de expresar sus emociones y sentimientos del momento. En esta etapa se les proporcionan algunos materiales como: pelotas suaves, vejigas, piezas de tela elástica, para que entren en</p>	Bolas suaves, vejigas, piezas de tela que se estire y encoja, que no se rompa.	35 minutos

		<p>interacción entre ellos/ellas. Pedirles que se dividan en grupos pequeños y que cada grupo elija un sentimiento que quiera representar con movimientos. Se observa si el grupo se apoya mutuamente o son individualistas. Finalmente se sientan todos en círculo para compartir sobre la experiencia.</p>		
<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.</p>	<p>Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los niños y niñas durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.</p>	<p>Hacer un resumen de la sesión e instar a los niños y niñas a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que respondan a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo. Nota: esta actividad tiene que ser dirigida de forma agradable e interesante para los niños/as, usando tonos de voz y teniendo una actitud que sea motivadora para ellos/ellas.</p>	<p>Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.</p>	<p>15 minutos</p>

Terapia de movimiento



TERAPIA DE CRISIS DIRIGIDA A NIÑOS Y NIÑAS
SESIÓN 4: “BÚSQUEDA DE FORTALEZA Y EQUILIBRIO Y SEGURIDAD ACERCA DE SU FUTURO”

Objetivo General: Facilitar que los niños y las niñas encuentren fortaleza y seguridad acerca del futuro de manera que permita logren un equilibrio emocional para seguir adelante.

Recursos humanos: niños y niñas del albergue o comunidad, e interventores.

Tiempo de sesión: 1 hora 40 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo específico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo.	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas por el desastre y generar confianza.	Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.	Sillas, y otros que sean necesarios.	10 minutos
Dinámica de animación: “Yo fui a San Miguel”.	Fomentar un ambiente de confianza para llevar a cabo las actividades posteriores.	Colocar a los niños/as en un círculo. Indicar que el facilitador dirá “yo fui a San Miguel* de compras” y los niños tiene que responder “¿y qué compró?” el facilitador responderá “compré una tijera (un perro, un gato, un mono, etc.)” a continuación los niños tendrán que imitar el sonido del objeto o animal que mencione el interventor. Así sucesivamente el interventor seguirá diciendo que compró algo y los niños contestarán, y luego imitarán el sonido y movimiento. También se pueden cambiar de roles entre el interventor y los niños. * Explicar que este es un lugar del país, se puede cambiar por el nombre del lugar donde viven los niños/as del grupo.	Ningún material en especial.	20 minutos
“Contando historias”.	Fortalecer la autoestima y la seguridad personal.	Se les cuenta una historia acerca de un niño que vivió una situación similar a la que ellos vivieron, la cual lleva elementos de autoestima y fortalecimiento de seguridad personal. Después se les indica que se dibujen a sí mismos y coloquen sus fortalezas (explicar que las fortalezas pueden ser aquellas actividades en las que sobresalen, en la que son fuertes, o sus características positivas). Cada niño/a expondrá su dibujo y los demás podrán abonar a él otras características positivas que no haya tomado en cuenta. Reflexionar acerca de la importancia de valorarse a sí mismos y reforzar las	Papel bond, colores, crayolas, temperas, “historia de Paquito” (anexo # 5).	30 minutos

		fortalezas las cuales les ayudarán a salir adelante en su futuro y son valiosas para que su familia salga adelante.		
“Reconociendo mi lugar seguro”	Orientar a los niños y las niñas a recobrar la seguridad personal y relajarse.	Indicarles a los/as niños/as que tomen asiento y proporcionarles las siguientes indicaciones: “Cierren sus ojos, sientan su respiración y escuchen la música. Imagínense un lugar seguro y agradable para ustedes. Vean cómo es ese lugar, qué colores ven, cómo es el medio ambiente que lo rodea. En ese lugar pueden hacer cosas que no hacen comúnmente, ni se atreven a realizar en otros lugares, como por ejemplo, volar, nadar, saltar más alto que las estrellas, etc. Respiren profundamente y dejen salir el aire suavemente (realizar esta acción 3 veces), ahora abran con lentitud sus ojos.” Ya con esos pensamientos, invitarles a que expresen gráficamente en una hoja de papel ese lugar seguro evocado.	Papel bond, plumones, temperas, crayolas, colores, radio grabadora, CD de música de relajación, mesas y sillas.	20 minutos
Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.	Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los niños y niñas durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	Hacer un resumen de la sesión e instar a los niños y niñas a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que respondan a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo. Nota: esta actividad tiene que ser dirigida de forma agradable e interesante para los niños/as, usando tonos de voz y teniendo una actitud que sea motivadora para ellos/ellas.	Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.	15 minutos

TERAPIA DE CRISIS DIRIGIDA A NIÑOS Y NIÑAS

SESIÓN 5: “CIERRE Y DESPEDIDA”

Objetivo General: Culminar la terapia de crisis fomentando la seguridad personal e identificando los cambios obtenidos en la sintomatología presentada al inicio de la intervención.

Recursos humanos: niños y niñas del albergue o comunidad, e interventores.

Tiempo de sesión: 1 hora 30 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo específico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo.	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas por el desastre y generar confianza.	Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.	Sillas, material ornamental y otros que sean necesarios.	10 minutos
Dinámica de animación: “Las vejigas bailarinas”.	Generar un ambiente de confianza y armonía para el desarrollo de la jornada.	Entregar a cada niño o niña una vejiga y una pita. Cada uno debe inflar la vejiga y amarrársela en el pie. Se indica que con el sonido de la música bailarían y tratarán de reventar con el pie las vejigas de otras personas, indicar como regla que sólo se pueden usar los pies para reventar la vejiga. A quienes les revienten la vejiga salen de la pista de baile. Cuando sólo quede una persona con su vejiga inflada en la pista, termina el juego. Nota: en caso de no tener música para ejecutar se puede cantar una canción.	Globos, pitas, radio grabadora, CD de música.	20 minutos
“Pensando en el futuro”.	Originar en los niños un sentimiento de seguridad acerca de su futuro en su vida cotidiana.	Entregarles materiales para que escriban o dibujen las actividades que harán desde ese día en adelante. Dejar por lo menos 15 minutos para que terminen esta actividad. Reflexionar acerca de la importancia de empezar a ver el futuro.	Páginas de papel bond, material para dibujar y colorear.	30 minutos
Identificación de síntomas: “Guía para evaluación de síntomas dirigida a niños”.	Evaluar los síntomas que presentan los niños/as tras su participación en la terapia de crisis.	Se les explicará la actividad y se aplicará el instrumento de evaluación grupal “Guía para evaluación de síntomas dirigida a niños” junto con “Cuestionario de ilustrado de síntomas tras una situación de desastre” (post-tratamiento).	Sillas, “Guía de evaluación de síntomas dirigida a niños “ y “Cuestionario de ilustrado de síntomas tras una situación de	30 minutos

			desastre” (anexo # 2 y anexo # 3).	
Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias.	Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los durante las actividades.	Hacer un resumen de la sesión e instar a los/las niños/as a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo. Después de esto los interventores compartirán sus emociones, sentimientos y pensamientos acerca de toda la actividad de terapia de crisis.	Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.	15 minutos
Convivio de despedida y cierre.	Culminar con las actividades de manera grata para todos los participantes.	Se compartirá un refrigerio entre los/las niños/as de la comunidad o albergue e interventores.	Refrigerio, sillas, mesas, otros necesarios para la actividad.	20 minutos

Pensando en el futuro



Plan de intervención en crisis en situaciones de desastre dirigido a grupos de adolescentes



**Primeros auxilios
psicológicos (P. A. P.) o I. C.
de Primera Instancia
dirigida a grupos de
adolescentes**

adolescentes
dirigida a grupos de
de primera instancia

PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS DIRIGIDO A ADOLESCENTES (INTERVENCIÓN EN CRISIS DE PRIMERA INSTANCIA)

Objetivo General: Aliviar las necesidades psicológicas primordiales de las personas en el momento de la intervención, proporcionando apoyo psicológico para reducir el peligro de muerte, ayudar a las personas hacia el afrontamiento de la crisis y enlazarlas con redes de apoyo que les proporcionen los recursos de ayuda.

Recursos humanos: Grupo de adolescentes de la comunidad o albergue e interventores.

Tiempo de sesión: 2 horas 50 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo específico	Procedimiento	Recursos materiales	Tiempo
Acercamiento (rapport)	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	Saludo, agradecimiento por la asistencia y colaboración.	Sillas, y otros que sean necesarios.	5 minutos
Presentación de estudiantes y Desmitificación de la profesión del psicólogo.	Desarrollar el proceso de desmitificación en relación al trabajo del psicólogo en situaciones de desastre.	Presentación de facilitadores, institución de la que provenimos (quiénes somos), qué actividades se pretenden realizar (qué hacemos), el objetivo de la visita (para qué estamos en ese lugar). Por ej. "Mi nombre es Juan, soy estudiante de Psicología de la Universidad Nacional, nosotros venimos acá para darles atención psicológica, esto quiere decir que los queremos escuchar, que nos cuenten cómo se sienten por lo que ha sucedido, queremos ayudarles a que se sientan mejor, para lo cual haremos muchas actividades". Espacio para preguntas de los participantes.	Sillas, carteles concernientes a quiénes somos, qué hacemos y para qué estamos en ese lugar, cinta adhesiva.	10 minutos
Dinámica de presentación: la selva.	Conocer a cada uno de los miembros del grupo de intervención.	La selva: se entregarán papелitos con nombres o figuras de animales a los participantes y se les explicará que cada uno debe hacer el sonido que hace el animal que le ha tocado todos al mismo tiempo cuando el interventor de la señal, para tratar de encontrar al grupo al que pertenece. Se sentaran formando un circulo luego se presentarán entre sí se dirán su nombre, su edad y una característica, entre ellos conversarán un momento, finalmente cada miembro de cada grupo debe presentar a la persona que tiene a su derecha a los demás grupos en general, hasta terminar las presentaciones.	Tijeras, radio grabadora, CD de música. Recorte con la figura y nombre de animales (ver anexo # 6).	20 minutos

Exposición de objetivos y normas de convivencia del grupo.	Presentar a las personas afectadas los objetivos de nuestra presencia en el albergue.	Se les explicará brevemente lo que se pretende con el grupo, como “queremos ayudarles a estar mejor y a sentirse bien, si muchos ahora se sienten desanimados, esperamos poder ayudarles. Para eso es necesario que cumplamos con algunas normas de convivencia algunas de ellas son... (Ver hoja de normas de convivencia anexo 1) estas nos ayudarán a tener una convivencia armoniosa”. Luego el interventor preguntará a los participantes “¿tienen alguna sugerencia que agregar? ¡Todos pueden opinar que cosas podemos hacer para que todo marche bien en esta reunión!”.	Sillas y papelógrafos para escribir las normas de convivencia, cinta adhesiva Hoja con normas de convivencia ya establecidas (Ver anexo #1 normas de convivencia).	10 minutos
Explicación del fenómeno.	Ayudar a las adolescentes a que entiendan el fenómeno que ha sucedido para que logren sentirse más tranquilos.	Se les explicará los elementos de la situación que han vivido (dependiendo del tipo de desastre), permitiendo que despejen sus dudas y logren sentirse más tranquilos al conocer mejor la situación, al saber cómo que se dio, cuanto duró o durará, y entiendan que ante esas situaciones las reacciones que tienen son comunes y normales ante una situación anormal.	Sillas, papelógrafos con información básica sobre la situación vivida (pedir datos a Alcaldía de la comunidad visitada o noticieros con ayuda de Protección Civil para evitar confundir a las personas), cinta adhesiva.	15 minutos
Identificación de síntomas: “Guía de evaluación de síntomas tras una situación de desastre dirigida adolescentes y adultos”.	Identificar los síntomas que presentan los adolescentes tras el desastre.	Se les explicará la actividad y se aplicará el instrumento de evaluación grupal “Guía de evaluación de síntomas tras situaciones de desastre dirigida a adolescentes y adultos” junto con el “Cuestionario Ilustrado de síntomas tras una situación de desastre” (pre-tratamiento).	Sillas, “Guía de evaluación de síntomas tras situaciones de desastre dirigida a adolescentes y adultos”, “Cuestionario Ilustrado de síntomas tras una situación de desastre” (ver anexos # 7 y 3).	30 minutos
Momento de desahogo: “Expresión metafórica”.	Facilitar la expresión emocional y cognitiva de las personas afectadas de manera que hagan catarsis y logren sentirse mejor.	<i>Expresión metafórica y verbal:</i> se formarán grupos de 3 o 4 personas y se les entregará un papelógrafo y material para plasmar un dibujo grupal en el cual expresen lo que pasó en el desastre, después de que éste pasó y lo que están viviendo actualmente. Luego cada grupo explicará su dibujo y expresarán lo que sintieron en cada momento del dibujo.	Sillas, papelógrafo, plumones, colores, pintura de dedo, crayolas, otros materiales semejantes, cinta adhesiva.	45 minutos

		<i>Nota: si el grupo es pequeño puede realizarse la actividad de forma individual.</i>		
Relajación: “Relajación progresiva” (se sugiere que sea ejecutada por una persona que tenga práctica y dominio de esta técnica).	Propiciar a los participantes un momento de relajación para que puedan tranquilizarse después de haber expresado sus emociones y sentimientos acerca del desastre.	Se enseñará la actividad de relajación progresiva en la cual: Se les dirá que se sienten cómodamente y cierran sus ojos. Respiren lentamente poco a poco. Vayan escuchando su respiración sin pensar nada, sientan su cuerpo muy pesado empezando por los dedos de los pies, empezarán a sentirse pesados hasta llegar a la cabeza (se mencionan algunas partes del cuerpo para facilitar la relajación), ahora empiecen a sentir su cuerpo poco a poco liviano, no pesa nada desde la cabeza hasta los pies, y cuando se sientan muy livianos inhalan y exhalan 3 veces de forma lenta y abren los ojos poco a poco.	Sillas, radio grabador, CD de música relajante.	15 minutos
Resumen de sesión, evaluación y cierre.	Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	Un facilitador hará un resumen de la sesión e instará a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.	Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.	20 minutos

Terapia de Crisis (T.C.) o I. C. de Segunda Instancia dirigida a adolescentes

dirigida a adolescentes
C. de Segunda Instancia

ERAPIA DE CRISIS ADOLESCENTES
SESION 1: “DESAHOGO Y CONTROL DEL ESTRÉS”

Objetivo de la sesión: Implementar un ambiente adecuado en el que los participantes puedan desahogarse y puedan controlar sus niveles de estrés.

Recursos humanos: Grupo de adolescentes de la comunidad o albergue e interventores.

Tiempo: 2 horas aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo específico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Bienvenida	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas por el desastre y generar confianza.	Saludo, agradecimiento por la asistencia y colaboración. Además se hará un breve recordatorio acerca de quiénes somos, qué hacemos y para qué estamos en la comunidad o albergue.	Sillas, material ornamental (papel crespón de colores, otros), cinta adhesiva, papelógrafos con la información institucional.	5 minutos
Normas de convivencia	Recordar y reformular las normas de convivencia planteadas en la sesión anterior.	Se instará a los participantes a mencionar las normas de convivencia que se establecieron en la sesión anterior (sesión de intervención en crisis de primera instancia) con el fin de que las recuerden y las apliquen, se explicará que podrán incluir otras normas ya que se trabajará por un periodo más largo, lo cual puede requerir otras formas de convivencia, por ejemplo, llegar puntual, avisar si faltarán a la sesión, reflexionar en cada sesión de trabajo, etc.	Sillas, carteles con las normas de la sesión anterior, plumones, papelógrafos, cinta adhesiva.	10 minutos
Dinámica de animación: “Déjate ver el nombre”.	Animar a los adolescentes para que se sientan cómodos en el resto de la actividad.	Los interventores darán las siguientes instrucciones a los adolescentes: “Les entregaremos a cada uno una hoja donde colocarán su nombre y se la pegarán en la espalda, cuando el interventor diga trueno todos buscan escribirle tantas características como puedan a una persona, cuando vuelva a decir trueno todos buscaran una nueva pareja y le escribirán las características también, así sucesivamente hasta que todos tengan características en sus hojas”. “Luego formarán un círculo y se le indicará a uno que lea el nombre y las características de la persona que tiene a su derecha, luego seguirán los demás haciendo la misma acción hasta que todos hayan descubierto las características escritas por sus compañeros”.	Tirro, hojas de papel bond, lapiceros (plumones o lápices), grabadora.	15 minutos

<p>El ayer, el ahora y el después.</p>	<p>Comparar la situación antes y después del desastre para que las personas evidencien los cambios obtenidos en todo nivel (tener en cuenta si ha habido muchos estragos y si esto es temporal o afectará por largo tiempo a las personas).</p>	<p>El interventor explicará brevemente que el desastre que vivieron ha cambiado el panorama local y nacional, ha cambiado la vida de las familias y de cada una de las personas que vivieron la situación. Luego se forman grupos de 4 a 5 personas a través de una de las técnicas (ver anexo # 8).</p> <p>Luego se les dará una hoja de papel bond a cada uno y colores, temperas, plumones o crayones, y se les indica que cada uno <i>dibujará su forma de ver y sentir ya sea su situación familiar, laboral y/o personal antes del desastre, en la situación actual y como piensan que será después</i> (esta última se explica que es como dar un vistazo al futuro a lo que espera para después). A las adolescentes que no quieran o puedan dibujar se les puede dar plastilina para que formen con ella lo mismo que se pidió en la consigna anterior. Luego se les indica que al terminar todos sus dibujos los expondrán a su grupo y compartirán lo que sienten y piensan sobre su dibujo.</p> <p>Posteriormente se puede compartir entre todos los grupos, es decir que los miembros pueden exponer a los demás sus experiencias y lo que sienten y piensan después de haber compartido con su grupo. Luego el interventor dará mensajes positivos del presente y con respecto al futuro que se está vivo y que se puede luchar para seguir adelante</p>	<p>Sillas, papel bond, colores, temperas, plumones, crayolas, (opcional), cinta adhesiva.</p>	<p>30 minutos</p>
<p>Abrazo colectivo</p>	<p>Generar ambiente de seguridad y confianza dentro del grupo.</p>	<p>Se les indica a las adolescentes que se coloquen en círculo y con los brazos extendidos se abrazan unos con otros. Se les induce a tomar conciencia de:</p> <p>La propia respiración.</p> <p>El propio cuerpo.</p> <p>La compañía de quien está a la derecha y quien está a la izquierda.</p> <p>La transmisión de seguridad, paz y solidaridad de cada quien hacia la derecha (dar y recibir).</p> <p>La fuerza grupal.</p>	<p>Ninguno en especial.</p>	<p>15 minutos</p>
<p>Relajación: "Focalización".</p>	<p>Lograr la relajación de los participantes a través de la focalización de sus problemas y de sus elementos positivos de su</p>	<p>El interventor dará las instrucciones para ejecutar esta técnica comenzará diciendo que busquen una posición cómoda y traten de seguir las instrucciones lo más que se pueda. Para el proceso completo de la técnica ver el anexo # 9.</p>	<p>Sillas, Procedimiento de la técnica (anexo # 9).</p>	<p>30 minutos</p>

	vida.			
Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.	Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	Un facilitador hará un resumen de la sesión e instará a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.	Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.	15 minutos

ABRAZO COLECTIVO



TERAPIA DE CRISIS ADOLESCENTES
SESIÓN 2: “DESAHOGO Y CONTROL DE ESTRÉS”

Objetivo: Generar un nivel máximo de desahogo en los participantes para que puedan encontrar un equilibrio y puedan controlar de mejor manera sus niveles de estrés.

Recursos humanos: Grupo de adolescentes de la comunidad o albergue e interventores.

Tiempo total: 2 horas con 30 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo especifico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo.	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.	Sillas y otros que sean necesarios.	10 minutos
Dinámica de animación: “Las alfombras musicales”.	Promover un ambiente de confianza para el desarrollo de las actividades posteriores.	Pedir a los participantes que se pongan de pie, colocar hojas de diario en el suelo. Poner música o cantar, mientras los participantes caminan alrededor de las hojas de papel de diario. Indicar que cuando se detenga la música o se pare de cantar los participantes buscarán quedarse encima de las hojas de diario, y la persona que no quede encima de la hoja de diario saldrá del juego. A medida avanza el juego quitar de una en una las hojas de papel, así se seguirá la actividad hasta que queden pocos participantes o quede solamente uno sobre una hoja de papel. Luego se jugará de nuevo pero ninguno puede salir del juego, podrán pararse sobre la misma hoja de papel, y de igual manera se irán quitando las hojas hasta que queden pocas hojas pero quepa todo el grupo en ellas. Se reflexiona a partir de estas preguntas: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué aprendemos de esta dinámica? ¿Cuál fue la diferencia entre las dos actividades?	Hojas de papel de diario, radio grabadora y CD de música.	15 minutos

<p>Desahogo a través de técnica: “Cuéntame y te contaré”.</p>	<p>Fomentar la expresión de los sentimientos y emociones que no han sido adecuadamente desahogadas. Generar en los adolescentes la habilidad de escuchar y ser escuchado sin interrupciones.</p>	<p>Formar parejas por afinidad, para facilitar la expresión. Indicarles que se sienten frente a frente y que cada pareja se cuente entre sí lo que les pasó, cómo se sintieron, cómo se sienten actualmente y que es lo que más les afectó de la situación (indicarles que mientras uno habla el otro escucha y luego intercambian papeles). Al final cuando ambos se hayan expresado, se pueden decir alguna palabra de ánimo o las cualidades positivas que notó en él o ella. Luego compartirán con el grupo como se sintieron.</p>	<p>Radio grabadora, CD de música.</p>	<p>50 minutos</p>
<p>Reviviendo el fenómeno por medio de la visualización.</p>	<p>Lograr que los participantes expresen sus emociones, sentimientos y pensamientos acerca del desastre y puedan sentirse tranquilos al desahogarse.</p>	<p>Indicar a los participantes que adopten una posición cómoda, y luego que sigan las siguientes indicaciones: “Respiren profunda y lentamente por la nariz, dejen salir el aire por la boca. Cierren sus ojos y comiencen a pensar en el momento de la tragedia y piensen en lo que perdieron, lo que sintieron, lo que hicieron, lo que quisieron hacer pero no pudieron ahora lo pueden hacer en su pensamiento. Dejen salir sus más profundos sentimientos y emociones, si desean llorar háganlo, traten de sacar sus emociones, todo eso que se han guardado” (dejar que mediten por 10 minutos aproximadamente, mientras se siguen motivando de la misma manera. Los facilitadores que no estén dirigiendo la actividad deben estar atentos a los cambios de las personas para brindar ayuda oportuna si es necesario). “Ahora piensen en lo que sienten por ser sobrevivientes del desastre que sucedió, piensen en las cosas valiosas que tienen ahora y en su nueva forma de ver su vida” (dejar que mediten 5 minutos aproximadamente mientras se siguen dando instrucciones en cuanto a los puntos en los que deben pensar). “Ahora, respiren profunda y lentamente y dejen salir el aire suavemente” (repetir esta indicación 3 veces). Finalmente se hace una reflexión acerca de la actividad y se pregunta a los participantes sus sentimientos, pensamientos y emociones durante la actividad.</p>	<p>Sillas y otros elementos que sean necesarios según la situación determinada.</p>	<p>45 minutos aproximadamente.</p>
<p>Visualización de colores</p>	<p>Proporcionar armonía personal y grupal a los</p>	<p>Formar un círculo entre todos los participantes e interventores tomándose de las manos y cerrando los ojos.</p>	<p>Cd de música relajante y grabadora.</p>	<p>15 minutos</p>

	adolescentes.	<p>El interventor que dirige la actividad indica lo siguiente:</p> <p>“vamos a imaginar que un color plateado nos baña el cuerpo desde la cabeza hasta los pies como si fuera una cascada de agua fresca”.</p> <p>“Ahora imaginaremos que una cascada de agua azul nos trasmite la tranquilidad. Ahora un color dorado se introduce en todo nuestro cuerpo como los rayos del sol y nos llenan de vitalidad seguridad y energía”.</p> <p>“Ahora pueden abrir los ojos lentamente”.</p>		
Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.	<p>Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.</p>	<p>Un facilitador hará un resumen de la sesión e instará a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p>	Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.	15 minutos

ALFOMBRAS MUSICALES



TERAPIA DE CRISIS ADOLESCENTES

SESION 3: “DESAHOGO, AFRONTAMIENTO E IDENTIFICACIÓN DE SOLUCIONES Y REDES SOCIALES”

Objetivo de la sesión: Lograr que los participantes expresen sus sentimientos y pensamientos tras la experiencia del desastre, y que identifiquen las problemáticas y redes de apoyo de la comunidad o albergue de manera que los enfrenten y encuentren alternativas de solución, siendo parte del avance de la comunidad o albergue.

Recursos humanos: Grupo de adolescentes de la comunidad o albergue e interventores.

Tiempo: 1 hora 30 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo especifico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo.	Lograr iniciar de manera sistemática la sesión expresando reglas, y actividades.	Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.	Sillas y otros que sean necesarios.	5 minutos
Dinámica de animación: “Los trenes”.	Generar un ambiente de confianza para el desarrollo de las actividades posteriores.	Indicar a las adolescentes: “Colóquense en varias filas iguales (con el mismo número de integrantes cada una). Tómense de los hombros sin soltarse, para este juego cada fila es un tren. Se les vendarán los ojos a las dos primeras personas de cada tren y se les indica que los demás miembros de las filas tendrán que orientar a la que tiene los ojos vendados para que crucen el camino con obstáculos hacia la meta (que será colocada con anticipación a un extremo del espacio utilizado para la actividad)”. “Si los trenes chocan entre si ambos deben regresar al punto de partida y comenzar de nuevo, si un tren choca con un obstáculo debe cumplir lo que dice el cartel que está en el obstáculo”, cuando todos los trenes hayan llegado a la meta se reflexiona a partir de estas preguntas: ¿Cómo se sintieron?¿Qué aprendemos de esta dinámica?¿Qué debemos hacer para coordinar mejor? Nota: los carteles que son los obstáculos	Pañoletas, Carteles con mensajes o penitencias.	20 minutos

		<p>pueden llevar penitencias como: cantar, regresar al punto de salida, stop, llantas pinchadas un minuto etc.</p>		
Identificación de redes de apoyo.	<p>Ayudar a los adolescentes a desahogar sus necesidades y a identificar posibles redes de apoyo que puedan ayudarles a solventar su situación.</p>	<p>Se les dará información a los adolescentes sobre las redes de apoyo (iglesias, alcaldías, ong's, casa comunal, etc.), por ejemplo "qué son, quiénes las conforman, para qué sirven", entre otros. Luego se les instará a que identifiquen cuáles son las redes de apoyo dentro de su comunidad y las redes de apoyo individuales, estas se colocarán en papelógrafos. Así mismo se les instará a que identifiquen los problemas y necesidades comunitarias y que los vinculen con las áreas que pueden ayudarles a solventarlos. Además, se les puede motivar a la organización comunal para que puedan hacer frente en conjunto a las dificultades que viven y así pueden presentar sus necesidades a las instituciones sociales. Sobre todo que como jóvenes pueden ejercer un papel primordial dentro de la comunidad para ayudar a todos en general en diferentes actividades.</p> <p>Nota: se pueden formar grupos por afinidad para que hablen sobre una problemática de la comunidad y busquen soluciones alternativas que ellos mismos puedan llevar a cabo.</p>	<p>Sillas, papelógrafos, marcadores, cinta adhesiva.</p>	<p>30 minutos</p>
Carta a un/a amigo/a	<p>Lograr que los adolescentes puedan expresar sentimientos, pensamientos y emociones acerca de la situación por la que atraviesan.</p>	<p>Se invita a las personas a que escriban una carta a su mejor amigo/a contándole como se sienten con la situación que están viviendo al finalizar la escritura se les pide que le hagan llegar la carta a la persona destinada.</p>	<p>Papel, bolígrafos, lápices o colores.</p>	<p>20 minutos</p>
Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.	<p>Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.</p>	<p>Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p>	<p>Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.</p>	<p>15 minutos</p>

TERAPIA DE CRISIS ADOLESCENTES
SESIÓN 4: “DESAHOGO, AFRONTAMIENTO Y CONTROL DEL ESTRÉS”

Objetivo de la sesión: Lograr que los participantes se desahoguen en cuanto a las pérdidas que tuvieron por el desastre de manera que afronten su realidad actual y ayudarles a que controlen sus niveles de estrés y se sientan seguros. Además fomentar el trabajo en equipo y la importancia de éste.

Recursos humanos: Grupo de personas de la comunidad o albergue e interventores.

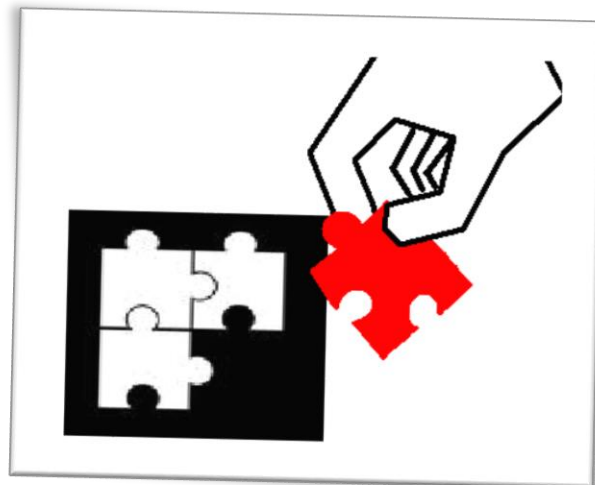
Tiempo: 2 horas 15 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo específico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Bienvenida (Acercamiento /rapport)	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.	Sillas y otros que sean necesarios.	5 minutos
Dinámica de animación: “El rompecabezas”	Generar un ambiente cálido para la jornada de actividades.	Dar las siguientes instrucciones: Formar tres equipos con igual número de integrantes, 2 interventores fungirán como jueces. Entregarle a cada equipo un sobre, el cual contendrá un rompecabezas. En cada sobre se deben incluir dos piezas que no corresponden a las figuras pero su diseño es muy parecido. Indicar a los grupos de que deben armar el rompecabezas en un promedio de 10 minutos. Cuando los equipos terminen y el tiempo se agote, se le pide la opinión a los jueces que les dirán que el rompecabezas no está completo, luego se pide a los tres grupos que analicen lo que han hecho hasta ahora. Se les da un tiempo más para terminar la tarea. La dinámica concluye cuando los tres grupos terminan de armar el rompecabezas correctamente, al terminar se reflexiona como se sintieron con la dinámica y la utilidad del trabajo en equipo y otras experiencias vividas con la actividad.	3 rompecabezas, 3 sobres, 9 piezas de rompecabezas semejantes a los que se usarán (ver en anexo # 10 rompecabezas)	25 minutos

Evaluando mis pérdidas	Propiciar un espacio para que los participantes puedan evaluar y despedirse de lo que perdieron por el desastre.	<p>Ya con todos los participantes en un determinado grupo, hacer una breve reflexión sobre las pérdidas que ha tenido la comunidad, mientras se proporciona a cada participante una hoja de papel y colores (crayolas, temperas, plumones, otros).</p> <p>Indicarles que dibujen con ese material alguien o algo que perdieron durante el desastre (es importante mencionar que este “algo” pueden ser animales, cosas materiales, estados físicos o emocionales, personas, etc.).</p> <p>Cada adolescente presenta su dibujo a los demás y menciona qué le agradaba o gustaba del ser u objeto que representa su dibujo. En este momento los facilitadores deben estar atentos para brindar apoyo emocional si es necesario.</p> <p>Proporcionarles a los adolescentes las siguientes ideas de lo que pueden hacer con sus dibujos: Romperlos y enterrarlos en un lugar cercano, si es posible cerca de árboles o plantas y mencionar que se puede pensar que la energía de ese “algo” florecerá en la vida de esas plantas.</p> <p>Colocarlos en algún lugar donde solía permanecer ese “algo”.</p> <p>Si dibujan una persona es importante referirlo a un centro de atención de salud o incluirlo en un grupo de personas con duelo que puede formarse según el número de participantes que estén pasando por esta situación o se puede tratarse a nivel familiar.</p>	Papel, colores (crayolas, temperas, plumones, otros), fósforos, un balde para quemar los dibujos.	40 minutos
Evaluando mis recursos (humanos y materiales)	Lograr que los adolescentes puedan elaborar un listado o un dibujo de personas y objetos con los que cuentan después de la tragedia.	<p>Reflexionar brevemente sobre la actividad anterior: “hemos recordado lo que perdimos durante el desastre, lo cual nos puso tristes, ahora vamos a evaluar con que cosas materiales, personas, objetos, estados físicos o emocionales, podemos contar”.</p> <p>Indicarles que harán un listado o dibujo de las cosas, seres o estados con los que cuentan actualmente. Entregarles papel y material para dibujar o hacer el listado.</p> <p>Cada adolescente expondrá a los demás su trabajo y expresará sus emociones y pensamientos.</p> <p>Reflexionar sobre la actividad y sobre los estados emocionales actuales.</p>	Papel, lápiz o lapiceros.	30 minutos
Reconocer el lugar seguro	Ayudar a los adolescentes a recobrar la seguridad personal y relajarse.	<p>Indicarles a las personas que tomen asiento y proporcionar las siguientes indicaciones: “Cierren sus ojos, concentrarse en su respiración y en la música. Sitúense en un lugar seguro y agradable para ustedes”.</p> <p>“Vean como es ese lugar, qué colores ven, cómo es el medio ambiente que lo rodea”.</p>	Papel bond, plumones, temperas, crayolas, colores, radio grabadora, CD de música de	20 minutos

		<p>Explicarles que “en ese lugar pueden hacer cosas que no hacen comúnmente, ni se atreven a realizar en otros lugares, como por ejemplo, volar, nadar, saltar más alto que las estrellas, etc. Respiren profundamente y dejen salir el aire suavemente (realizar esta acción 3 veces), ahora abran con lentitud sus ojos”.</p> <p>Ya con esos pensamientos, invitarles a que expresen gráficamente en una hoja de papel ese lugar seguro evocado y cómo se sienten.</p>	relajación, mesas y sillas.	
Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.	<p>Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.</p>	<p>Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p>	Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.	15 minutos

EL ROMPECABEZAS



TERAPIA DE CRISIS ADOLESCENTES
SESIÓN 5: “BÚQUEDA DE SENTIDO A LA VIDA”

Objetivo de la sesión: Motivar a los participantes a buscarle sentido a su vida y orientarlos a que visualicen metas concretas que les hagan fortalecer la esperanza de seguir adelante.

Recursos humanos: Grupo de adolescentes de la comunidad o albergue e interventores.

Tiempo: 1 hora 30 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo especifico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Bienvenida (Acercamiento /rapport)	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.	Sillas y otros que sean necesarios.	5 minutos
Dinámica de animación: “El mensajito”.	Generar un ambiente cálido para la jornada de actividades.	Formar con todos los jóvenes un círculo (sentados o parados). El interventor escribirá dos mensajes (oraciones) en una hoja que sólo los verá él, estos mensajes tienen que ser algo extensos como: <i>“la vaca se fue a tomar agua cuando el sol brillaba en la mañana mientras el grillo saltaba alto”</i> . Decir el mensaje en el oído a uno de los adolescentes e indicar que este mensaje será comunicado uno por uno en forma circular hasta que llegue a él/ella nuevamente. Finalmente el interventor dirá el mensaje que le llegó y dirá el mensaje que él envió. Posteriormente se hará lo mismo con otro mensaje. Finalmente se reflexiona a partir de estas preguntas: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué aprendemos de esta dinámica?	Una hoja de papel bond, un lápiz o lapicero.	10 minutos
Buscando el sentido de la vida: “Mis tres primeras cosas”.	Propiciar un espacio para que los adolescentes puedan encontrarse a sí mismos en una nueva etapa de sus vidas y motivarlos a salir adelante.	Solicitar a los adolescentes que recuerden las tres primeras cosas que sacaron de su casa durante el desastre y lo expresen al grupo. Después se les pregunta ¿sacaron lo correcto? y Si volviera a suceder esa situación otra vez ¿Cuáles serían las 3 primeras cosas que le gustaría sacar? Esto lo escribirán en una página para poder conservarlo. Se puede reflexionar acerca de que es importante aceptar que algunas cosas las pudieron sacar pero otras no, es importante valorar la vida como el tesoro más grande que una persona puede tener.	Papel, lápiz o lapiceros.	40 minutos

<p>Visualización: ¿Por qué estoy vivo/a?</p>	<p>Propiciar un espacio para que los adolescentes puedan encontrarse a sí mismos en una nueva etapa de sus vidas y motivarlos a buscar sus objetivos y propósitos de vida.</p>	<p>Pedirles a los adolescentes que se sienten lo más cómodamente en sus sillas, que cierren sus ojos y respiren profundamente 3 veces. Se les dan las siguientes indicaciones. “Comiencen a imaginar un viaje en su mente, van caminando por un camino empedrado luego llegan a una parte del camino lleno de polvo, finalmente llegan a una montaña. En esa montaña busquen un lugar agradable para ustedes, donde se sientan cómodos y en bienestar”. “Siéntense en ese lugar y pregúntense ¿Por qué estoy vivo? (dejar que las personas respondan en su mente esta pregunta en un promedio de 1 minuto)”. “Ahora pregúntense ¿Cuál es mi tarea en la vida? (dejar 1 minuto para que respondan). Piensen en las metas que tienen y obstáculos que han ido enfrentando en su vida y que hasta ahora han superado”. “Ahora es tiempo de regresar, levántense e inicien su camino de regreso con la seguridad de que cuando se necesiten sentir apoyados pueden regresar a este lugar y estar en comunión con ustedes mismos y sentir la energía que les fortalece para salir adelante”. Reflexionar acerca de la actividad, de manera que se logre comprender el objetivo de esta, e identificar sus nuevas expectativas acerca de su futuro.</p>	<p>Sillas y otros que los interventores crean necesarios.</p>	<p>20 minutos aprox.</p>
<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.</p>	<p>Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los adolescentes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.</p>	<p>Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p>	<p>Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.</p>	<p>15 minutos</p>

TERAPIA DE CRISIS ADOLESCENTES
SESION 6: "CIERRE Y DESPEDIDA"

Objetivo de la sesión: Culminar la terapia de crisis a través de la identificación de metas personales y la motivación de los participantes hacia la búsqueda de una vida productiva en su cotidianidad.

Recursos humanos: Grupo de personas de la comunidad o albergue e interventores.

Tiempo: 1 hora 35 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo especifico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Bienvenida (Acercamiento /rapport)	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.	Sillas, material ornamental (papel crespón de colores, otros), cinta adhesiva.	5 minutos
Dinámica de animación: "Ejercicio de gestos".	Generar un ambiente cálido para la jornada de actividades.	Indicar a los y las jóvenes que caminen por el salón en diferentes direcciones, ellos deben imitar los gestos que hace el interventor, por ejemplo, levanten la pierna izquierda, muevan sus hombros de forma circular, caminen como si van marchando, caminen más lentamente, y poco a poco caminen más rápido, etc. Después de hacer varios ejercicios, el interventor cambia la dinámica e incluye a alguien de los participantes para que sea quien dirija la actividad, así sucesivamente, esta otra persona le cederá el lugar de coordinador a otra persona, hasta que todos se muestren animados. Finalmente se reflexiona a partir de estas preguntas: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué aprendemos de esta dinámica?	Ningún material.	15 minutos
Mi mayor deseo	Facilitar que los participantes identifiquen algunas metas en su vida para que tengan mayor esperanza acerca de su futuro.	Pedirles a los adolescentes que se sienten cómodos, respiren suavemente y saquen el aire lentamente. Practicar esto tres veces. Ahora se les dan las siguientes indicaciones: "Imagínense a sí mismos en un lugar que les haga sentirse bien, comiencen a pensar en sus deseos, en cada una de las acciones que tienen que realizar para cumplir ese deseo o deseos. Piensen que los logran poco a poco y en lo bien que se sienten al lograrlo. Esto es lo que los mueve hacia su futuro". "Ahora gocen un momento de esa alegría y felicidad que les deja lograr ese deseo, empiecen a respirar profunda y lentamente y de igual forma saquen el aire. Repetir esta acción tres veces. Poco a poco comiencen a abrir los ojos". "Ahora las metas que pensaron las van a	Hojas de papel bond, grabadora, CD de música suave, lápices o lapiceros.	45 minutos

		<p>escribir o dibujar en una hoja de papel, desde la que es más fácil de cumplir hasta aquella que costará más, y luego escribirán las acciones que llevarán a cabo para realizar la que escogieron como más fácil y se propondrán realizarlas hasta conseguir su deseo". Así sucesivamente se les sugiere que más adelante pueden pensar y escribir las acciones que van a realizar para cumplir sus otros deseos.</p> <p>Reflexionar acerca de la importancia de tener metas y de cumplirlas.</p>		
Identificación de síntomas: "Guía de evaluación de síntomas tras una situación de desastre dirigida a adolescentes y adultos".	Evaluar los síntomas que presentan las personas tras su participación en la terapia de crisis.	Se les explicará la actividad y se aplicará el instrumento de evaluación grupal "Guía de evaluación de síntomas tras situaciones de desastre dirigida a adolescentes y adultos" junto con el "Cuestionario Ilustrado de síntomas para situaciones de desastre" (post-tratamiento).	Sillas, "Guía de evaluación de síntomas tras situaciones de desastre dirigida a adolescentes y adultos" y "Cuestionario Ilustrado de síntomas para situaciones de desastre" (ver anexo # 7 y 3).	30 minutos
Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias.	Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades.	Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo. Después de esto los interventores compartirán sus emociones, sentimientos y pensamientos acerca de toda la actividad de terapia de crisis.	Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.	20 minutos
Convivio de despedida y cierre.	Culminar con las actividades de manera grata para todos los participantes.	Se compartirá un refrigerio entre participantes de la comunidad o albergue e interventores.	Refrigerio, sillas, mesas, otros necesarios para la actividad.	20 minutos

Plan de intervención en crisis en situaciones de desastre dirigido a grupos de adultos



**Primeros auxilios
psicológicos (P. A. P.) o I. C.
de Primera Instancia
dirigida grupos de adultos**

**dirigida grupos de adultos
de primera instancia**

**PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS DIRIGIDO A ADULTOS
(INTERVENCIÓN EN CRISIS DE PRIMERA INSTANCIA)**

Objetivo General: Aliviar las necesidades psicológicas primordiales de las personas en el momento de la intervención, proporcionando apoyo psicológico para reducir el peligro de muerte, ayudar a las personas hacia el afrontamiento de la crisis y enlazarlas con redes de apoyo que les proporcionen los recursos de ayuda.

Recursos humanos: Grupo de adultos de la comunidad o albergue e interventores.

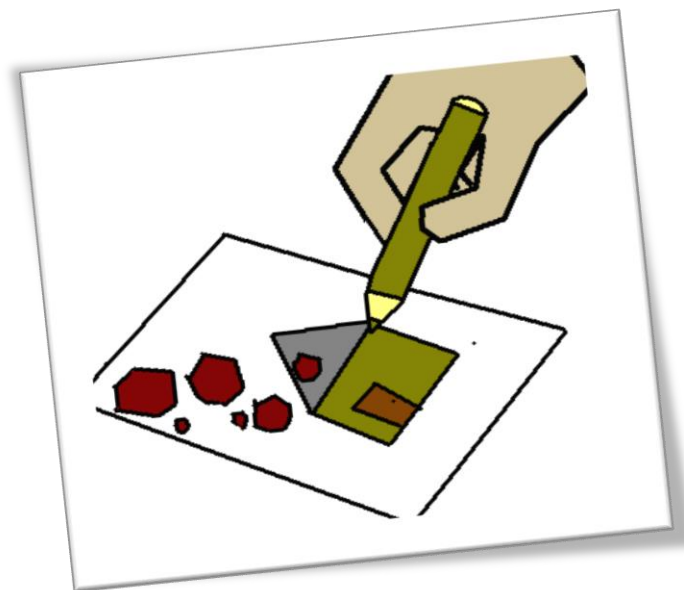
Tiempo de sesión: 2 horas 50 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo específico	Procedimiento	Recursos materiales	Tiempo
Acercamiento (rapport)	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	Saludo, agradecimiento por la asistencia y colaboración.	Sillas y otros que sean necesarios.	5 minutos
Presentación de estudiantes y Desmitificación de la profesión del psicólogo.	Desarrollar el proceso de desmitificación en relación al psicólogo en situaciones de desastre.	Presentación de facilitadores, institución de la que provenimos (quiénes somos), qué actividades se pretenden realizar (qué hacemos), el objetivo de la visita (para qué estamos en ese lugar). Por ej. "Mi nombre es Juan, soy estudiante de Psicología de la Universidad Nacional, nosotros venimos acá para darles atención psicológica, esto quiere decir que los queremos escuchar, que nos cuenten cómo se sienten por lo que ha sucedido, queremos ayudarles a que se sientan mejor, para lo cual haremos muchas actividades". Espacio para preguntas de los participantes.	Sillas, carteles concernientes a quiénes somos, qué hacemos y para qué estamos en ese lugar, cinta adhesiva.	10 minutos
Dinámica de presentación: "La selva".	Conocer a cada uno de los miembros del grupo de intervención.	La selva: se entregarán papelitos con nombres o figuras de animales a los participantes y se les explicará que cada uno debe hacer el sonido que hace el animal que le ha tocado todos al mismo tiempo cuando el interventor de la señal, para tratar de encontrar al grupo al que pertenece. Se sentarán formando un círculo luego se presentarán entre sí se dirán su nombre, su edad y una característica entre ellos conversarán un momento, finalmente cada miembro de cada grupo debe presentar a la persona que tiene a su derecha a los demás grupos en general, hasta terminar las presentaciones.	Papel bond, tijeras, plumones, radio grabadora, CD de música. Recorte con la figura y nombre de animales (ver anexo # 6).	20 minutos
Exposición de objetivos y normas de convivencia	Presentar a las personas afectadas los objetivos de	Se les explicará brevemente lo que se pretende con el grupo, como "queremos ayudarles a estar mejor y a sentirse bien, si muchos ahora se sienten desanimados, esperamos poder	Sillas y papelógrafos para escribir las normas de	10 minutos

del grupo.	nuestra presencia en el albergue.	ayudarles. Para eso es necesario que cumplamos con algunas normas de convivencia, algunas de ellas son... (Ver hoja de normas de convivencia en anexo 1) estas nos ayudarán a tener una convivencia armoniosa”. Luego el interventor preguntará a los participantes “¿tienen alguna sugerencia que agregar? ¡Todos pueden opinar que cosas podemos hacer para que todo marche bien en esta reunión!”.	convivencia cinta adhesiva Hoja con normas de convivencia ya establecidas (Ver anexo #1 normas de convivencia).	
Explicación del fenómeno.	Ayudar a las personas a que comprendan el fenómeno que ha sucedido para que logren sentirse tranquilos.	Se les explicará los elementos de la situación que han vivido (dependiendo del tipo de desastre), permitiendo que despejen sus dudas y logren sentirse más tranquilos al conocer mejor la situación, al saber cómo que se dio, cuanto duró o durará, y entiendan que ante esas situaciones las reacciones son comunes y normales ante una situación anormal. Nota: pedir datos a Alcaldía de la comunidad visitada o recopilar información dada por Protección Civil para evitar confundir a las personas.	Sillas, cinta adhesiva papelógrafos con información básica sobre la situación vivida.	15 minutos
Identificación de síntomas: “Guía de evaluación de síntomas tras una situación de desastre dirigida a adolescentes y adultos”.	Identificar los síntomas que presentan las personas tras el desastre.	Se les explicará la actividad y se aplicará el instrumento de evaluación grupal “Guía de evaluación de síntomas tras una situación de desastre dirigida a adolescentes y adultos” junto con el “Cuestionario Ilustrado de síntomas para situaciones de desastre” (pre-tratamiento).	Sillas, “Guía de evaluación de síntomas tras situaciones de desastre dirigida a adolescentes y adultos” y “Cuestionario Ilustrado de síntomas para situaciones de desastre” (anexo # 7 y 3).	30 minutos
Momento de desahogo: “Expresión metafórica”.	Facilitar la expresión emocional y cognitiva de las personas afectadas de manera que hagan catarsis y logren sentirse mejor.	<i>Expresión metafórica y verbal:</i> se formarán grupos de 3 o 4 personas y se les entregará un papelógrafos y material para plasmar un dibujo grupal en el cual expresen lo que pasó en el desastre, después de que éste pasó y lo que están viviendo actualmente. Luego cada grupo explicará su dibujo y expresarán lo que sintieron en cada momento del dibujo. Nota: si el grupo es pequeño puede realizarse la actividad de forma individual.	Sillas, papelógrafos, plumones, colores, pintura de dedo, crayolas, otros materiales semejantes, cinta adhesiva.	45 minutos
Relajación: “Relajación progresiva” (se sugiere que	Propiciar a los participantes un momento de relajación para	Se enseñará la actividad de relajación progresiva en la cual: Se les dirá que se sienten cómodamente y cierran sus ojos. Respiren lentamente poco a poco.	Sillas, radio grabador, CD de música relajante.	15 minutos

<p>sea ejecutada por una persona que tenga práctica y dominio de esta técnica).</p>	<p>que puedan tranquilizarse después de haber expresado sus emociones y sentimientos acerca del desastre.</p>	<p>Vayan escuchando su respiración sin pensar nada, sientan su cuerpo muy pesado empezando por los dedos de los pies, empezarán a sentirse pesados hasta llegar a la cabeza (se mencionan algunas partes del cuerpo para facilitar la relajación), ahora empiecen a sentir su cuerpo poco a poco liviano, no pesa nada desde la cabeza hasta los pies, y cuando se sientan muy livianos abren los ojos poco a poco. Nota: en anexo # 12 se presentan otras alternativas de relajación.</p>		
<p>Resumen de sesión, evaluación y cierre.</p>	<p>Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.</p>	<p>Un facilitador hará un resumen de la sesión e instará a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p>	<p>Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.</p>	<p>20 minutos</p>

Expresion metaforica



**Terapia de Crisis (T.C.) o I.
C. de Segunda Instancia
dirigida grupos de adultos**

dirigida grupos de adultos
C. de segunda instancia

TERAPIA DE CRISIS ADULTOS
SESIÓN 1: “DESAHOGO Y CONTROL DEL ESTRÉS”

Objetivo de la sesión: Generar un ambiente adecuado en el que los participantes puedan desahogarse y puedan controlar sus niveles de estrés.

Recursos humanos: Grupo de adultos de la comunidad o albergue e interventores.

Tiempo: 2 horas aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo específico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Bienvenida	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas por el desastre y generar confianza.	Saludo, agradecimiento por la asistencia y colaboración. Además se hará un breve recordatorio acerca de quiénes somos, qué hacemos y para qué estamos en la comunidad o albergue.	Sillas, material ornamental (papel crespón de colores, otros), cinta adhesiva, papelógrafos con la información institucional.	5 minutos
Normas de convivencia	Recordar y reformular las normas de convivencia planteadas en la sesión anterior.	Se instará a los participantes a mencionar las normas de convivencia que se establecieron en la sesión anterior son el fin de que las recuerden y las apliquen, se explicará que podrán incluir otras normas ya que se trabajará por un periodo más largo, lo cual puede requerir otras formas de convivencia, por ejemplo, llegar puntual, avisar si faltarán a la sesión, reflexionar en cada sesión de trabajo, etc.	Sillas, carteles con las normas de la sesión anterior, plumones, papelógrafos, cinta adhesiva.	10 minutos
Dinámica de animación: ejercicio de expresión.	Animar a los participantes para que se sientan cómodos en el resto de la actividad y motivar la expresión de emociones.	Se les indica que caminen alrededor del lugar donde están, en círculo, sin conversar, con las manos sueltas, fuera de los bolsillos, concentradas. La coordinadora o coordinador de la actividad indicará que ira diciendo y haciendo diversos gestos, ademanes o acciones que los participantes deben imitar, por ejemplo: “me cayó una basura en el ojo y me pica”, “me siento muy alegre”, “que enojado estoy”, etc. Se tiene que <i>tener cuidado de no mencionar acciones que puedan hacer sentir mal a las personas o les recuerden elementos negativos de la situación que vivieron</i> . Se pueden utilizar según las circunstancias y el grupo otras técnicas mencionadas en dinámicas de animación (ver anexo # 11). Finalmente se reflexiona a partir de estas preguntas: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué aprendemos de esta dinámica?	Ninguno en especial.	15 minutos

<p>El ayer, el ahora y el después.</p>	<p>Comparar la situación antes y después del desastre para que las personas evidencien los cambios obtenidos en todo nivel (tener en cuenta si han existido muchos estragos y si esto es temporal o afectará por largo tiempo a las personas).</p>	<p>El interventor explicará brevemente que el desastre que vivieron ha cambiado el panorama local y nacional, ha cambiado la vida de las familias y de cada una de las personas que vivieron la situación.</p> <p>Luego se forman grupos de 4 a 5 personas a través de una de las técnicas (ver anexo # 8).</p> <p>Luego se les dará una hoja de papel bond a cada uno y colores, temperas, plumones o crayones, y se les indica que cada uno dibujará su forma de ver y sentir ya sea su situación familiar, laboral y/o personal antes del desastre, en la situación actual y como piensan que será después (esta última se explica que es como dar un vistazo al futuro a lo que espera para después). A las personas que no quieran o puedan dibujar se les puede dar plastilina para que formen con ella lo mismo que se pidió en la consigna anterior. Luego se les indica que al terminar todo su dibujo lo expondrá a su grupo y compartirán lo que sienten y piensan sobre su dibujo.</p> <p>Posteriormente se puede compartir entre todos los grupos, es decir que los miembros pueden exponer a los demás sus experiencias y lo que sienten y piensan después de haber compartido con su grupo. Luego el interventor dará mensajes positivos del presente y con respecto al futuro que se está vivo y que se puede luchar para seguir adelante.</p>	<p>Sillas, papel bond, colores, temperas, plumones, crayolas, (opcional), cinta adhesiva.</p>	<p>30 minutos</p>
<p>Relajación: “Focalización”.</p>	<p>Lograr la relajación de los participantes a través de la focalización de sus problemas y de los elementos positivos de sus vidas.</p>	<p>El interventor dará las instrucciones para ejecutar esta técnica comenzará diciendo que busquen una posición cómoda y traten de seguir las instrucciones lo más que se pueda. Para el proceso completo de la técnica ver el anexo # 9.</p> <p>Nota: en anexo # 12 se presentan otras alternativas de relajación.</p>	<p>Sillas, Procedimiento de la técnica.</p>	<p>30 minutos</p>
<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.</p>	<p>Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la</p>	<p>Un facilitador hará un resumen de la sesión e instará a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p>	<p>Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.</p>	<p>15 minutos</p>

	fecha y hora de la siguiente visita.			
--	--------------------------------------	--	--	--

focalizacion



TERAPIA DE CRISIS ADULTOS
SESIÓN 2: “DESAHOGO Y CONTROL DE ESTRÉS”

Objetivo: Establecer un nivel máximo de desahogo en los participantes para que puedan encontrar un equilibrio y puedan controlar de mejor manera sus niveles de estrés.

Recursos humanos: Grupo de adultos de la comunidad o albergue e interventores.

Tiempo total: 2 horas con 15 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo específico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo.	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.	Sillas y otros que sean necesarios.	10 minutos
Dinámica de animación: “Las alfombras musicales”.	Generar un ambiente de confianza para el desarrollo de las actividades posteriores.	Pedir a los participantes que se pongan de pie, colocar hojas de diario en el suelo. Poner música o cantar, mientras los participantes caminan alrededor de las hojas de papel de diario. Indicar que cuando se detenga la música o se pare de cantar los participantes buscarán quedarse encima de las hojas de diario, y la persona que no quede encima de la hoja de diario saldrá del juego. A medida avanza el juego quitar de una en una las hojas de papel, así se seguirá la actividad hasta que queden pocos participantes o quede solamente uno sobre una hoja de papel. Luego se jugará de nuevo pero ninguno puede salir del juego, podrán pararse sobre la misma hoja de papel, y de igual manera se irán quitando las hojas hasta que queden pocas hojas pero quepa todo el grupo en ellas. Se reflexiona a partir de estas preguntas: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué aprendemos de esta dinámica? ¿Cuál fue la diferencia entre las dos actividades?	Hojas de papel de diario, radio grabadora y CD de música.	15 minutos
Desahogo a través de técnica: cuéntame y te contaré	Propiciar la expresión de los sentimientos y emociones que no han sido adecuadamente desahogadas. Ayudar a los participantes a	Formar parejas por afinidad, para facilitar la expresión. Indicarles que se sienten frente a frente y que cada pareja se cuente entre sí lo que les pasó, cómo se sintieron, cómo se sienten actualmente y que es lo que más les afectó de la situación (indicarles que mientras uno habla el otro escucha y luego intercambian papeles).	Radio grabadora, CD de música.	50 minutos

	poder escuchar y ser escuchado sin interrupciones.	Al final cuando ambos se hayan expresado, se pueden decir alguna palabra de ánimo o las cualidades positivas que notó en él o ella. Luego compartirán con el grupo como se sintieron.		
Reviviendo el fenómeno por medio de la visualización.	Lograr que los participantes expresen sus emociones, sentimientos y pensamientos acerca del desastre y puedan sentirse tranquilos al desahogarse.	Indicar a los participantes que adopten una posición cómoda, y luego que sigan las siguientes indicaciones: “Respiren profunda y lentamente por la nariz, dejen salir el aire por la boca. Cierren sus ojos y comiencen a pensar en el momento de la tragedia y piensen en lo que perdieron, lo que sintieron, lo que hicieron, lo que quisieron hacer pero no pudieron. Dejen salir sus más profundos sentimientos y emociones, si desean llorar háganlo, traten de sacar sus emociones, todo eso que se han guardado” (dejar que mediten por 10 minutos aproximadamente, mientras se siguen motivando de la misma manera. Los facilitadores que no estén dirigiendo la actividad deben estar atentos a los cambios de las personas para brindar ayuda oportuna si es necesario). “Ahora piensen en lo que sienten por ser sobrevivientes del desastre que sucedió, piensen en las cosas valiosas que tienen ahora y en su nueva forma de ver su vida” (dejar que mediten 5 minutos aproximadamente mientras se siguen dando instrucciones en cuanto a los puntos en los que deben pensar). “Ahora, respiren profunda y lentamente y dejen salir el aire suavemente” (repetir esta indicación 3 veces). Finalmente se hace una reflexión acerca de la actividad y se pregunta a los participantes sus sentimientos, pensamientos y emociones durante la actividad.	Sillas y otros elementos que sean necesarios según la situación determinada.	45 minutos aproximadamente.
Relajación: “Como troncos de árbol y como hojas” (relajación en posición de pie)	Generar en los participantes un estado de relajación tras la exposición a emociones fuertes.	Dar las siguientes indicaciones: Pónganse de pie con sus manos a los costados, piernas juntas bien estiradas, espalda recta, cuello derecho, cabeza derecha mirando al frente (posición de firmes). Van a imaginarse que poco a poco se convierten en un tronco de árbol y van a poner todo su cuerpo muy tenso, muy duro... lo más que puedan. Van a imaginarse que se convierten en hojas que van cayendo del árbol y poco a poco van a ir relajando todo su cuerpo, lo van a poner muy liviano, pesa como una hoja de árbol. Ahora cuando diga INHALEN, con la boca	Sillas y otros elementos que sean necesarios según la situación determinada.	15 minutos aproximadamente.

		<p>cerrada van a jalar con la nariz tranquilamente todo el aire que puedan y lo llevarán hasta su abdomen contando mentalmente 1, 2, 3 cuando escuchen EXHALEN lo van a sacar lentamente mientras cuentan 4, 5, 6.</p> <p>Ahora en posición de firmes (paso 1), van a respirar profundamente (paso 4), y mientras INHALAN van a ir tensando todo su cuerpo para convertirte en un tronco de árbol (paso 2) cuenten 1, 2, 3, 4, 5, ahora poco a poco, mientras EXHALAN se convertirán en hojitas de árbol 6, 7, 8, 9, 10.</p> <p>Repetir este ejercicio 3 o 5 veces hasta que el grupo se sienta relajado.</p> <p>Nota: en anexo # 12 se presentan otras alternativas de relajación.</p>		
Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.	Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.	Un facilitador hará un resumen de la sesión e instará a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué podría mejorarse?, ¿Qué aprendieron? Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.	Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.	15 minutos

Cuentame yte contare



TERAPIA DE CRISIS ADULTOS

SESIÓN 3: “DESAHOGO, AFRONTAMIENTO E IDENTIFICACION DE SOLUCIONES Y REDES SOCIALES”

Objetivo de la sesión: Lograr que los participantes expresen sus sentimientos y pensamientos en relación a ellos y sus hijos tras la experiencia del desastre, de manera que los enfrenten y encuentren alternativas de solución hacia las dificultades psicosociales que sus hijos presentan y los ayuden a salir adelante.

Recursos humanos: Grupo de adultos de la comunidad o albergue e interventores.

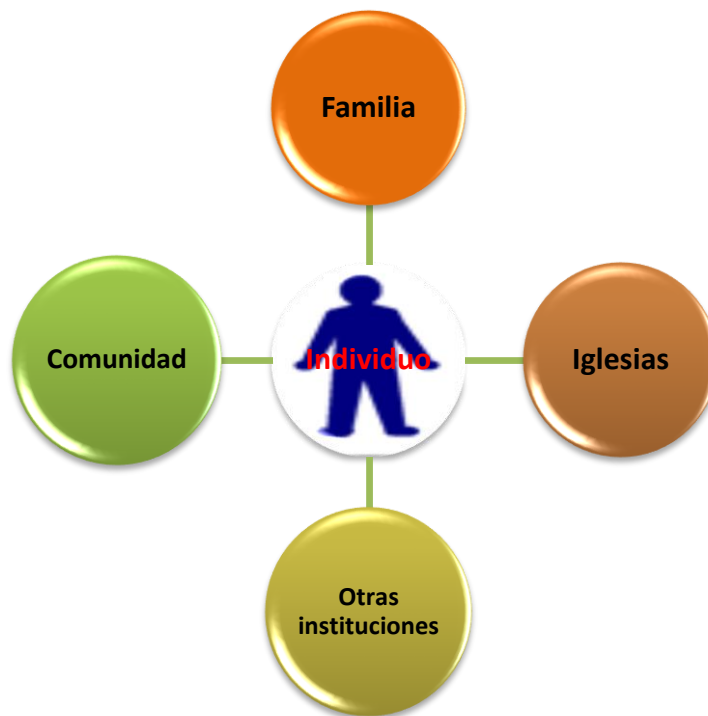
Tiempo: 1 hora 45 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo especifico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo.	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.	Sillas, y otros que sean necesarios.	5 minutos
Dinámica de animación: “Ejercicio de confianza”.	Propiciar un ambiente de confianza para el desarrollo de las actividades posteriores y promover la confianza entre el grupo.	Se les indica a las personas participantes lo siguiente: “caminaremos por el salón sin platicar, con las manos sueltas y mirándonos a la cara. Al toque del silbato o tras un aplauso, saludarán a la primera persona con quien se encuentren como si ya se conocieran. Siguen caminando, de la misma manera que al principio. Cada vez que suene el silbato o tras un aplauso deberán saludar a alguien de la misma manera y hablaran de la pregunta que haga el/la coordinador/a de la actividad. Pueden ser preguntas como: ¿Qué te gusta de las actividades? ¿con quienes vives? ¿desde cuándo vives en esta comunidad?, deben ser preguntas sencillas y no relacionadas de forma directa a la situación que atraviesan. Finalmente se reflexiona a partir de estas preguntas: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué aprendemos de esta dinámica? Nota: si es necesario otra variedad de actividades de ambientación ver anexos.	Ningún recurso material.	15 minutos
Hablemos de nuestros hijos/as	Ayudar a los participantes a comprender cómo vivieron la experiencia sus hijos e incitarlos a que busquen y practiquen las alternativas	Explicar a los participantes el objetivo y proceso de la actividad. Colocar dos papelógrafos en la pared y pedirles a dos voluntarios que dibujen un niño y una niña, uno cada uno en cada papelógrafos. Dividir a los participantes en grupos de 3 o 4 personas (o más si el grupo es demasiado grande) a través de la dinámica de los números, en la cual cada persona debe decir un número y luego se agrupan de acuerdo al número que les	Sillas, papelógrafos, plumones, crayolas o colores, cinta adhesiva.	50 minutos

	necesarias para ayudarlos a superar la experiencia de desastre.	<p>corresponde.</p> <p>Indicarles que piensen y reflexionen acerca de cómo se sintieron sus hijos durante y después del desastre y cómo los han observado los últimos días, qué pueden estar necesitando ahora, cómo puedo ayudarles a sentirse mejor.</p> <p>Escribirán en grupo las respuestas a estas preguntas, luego cada grupo leerá sus respuestas y el interventor las anotará alrededor de los dibujos de niño y niña que se hicieron al inicio de la actividad.</p> <p>Finalmente, hacer una síntesis de lo expuesto y reflexionar sobre el tema, concientizando a las personas acerca de que es necesario que ellos estén bien física y mentalmente para que sus hijos también lo estén.</p> <p>Nota: identificar con anticipación si hay personas que han perdido a sus hijos, estas pueden retirarse de la actividad o un facilitador puede conversar con ellos/as para evaluar cómo están adaptándose a la pérdida de su hijo/a.</p>		
Identificación de redes de apoyo	Ayudar a las personas a desahogar sus necesidades y a identificar posibles redes de apoyo que puedan ayudarles a solventar su situación.	Se les dará información a las personas sobre las redes de apoyo, por ejemplo “qué son, quiénes las conforman, para qué sirven”, entre otros. Luego se les instará a que identifiquen cuáles son las redes de apoyo dentro de su comunidad y las redes de apoyo individuales, estas se colocarán en papelógrafos. Así mismo se les instará a que identifiquen los problemas y necesidades comunitarias y que los vinculen con las áreas que pueden ayudarles a solventarlos. Además, se les puede motivar a la organización comunal para que puedan hacer frente en conjunto a las dificultades que viven y así pueden presentar sus necesidades a las instituciones sociales.	Sillas, papelógrafos, marcadores, cinta adhesiva.	15 minutos

<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.</p>	<p>Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.</p>	<p>Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p>	<p>Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.</p>	<p>15 minutos</p>
--	---	--	--	-------------------

Redes de apoyo



TERAPIA DE CRISIS ADULTOS
SESIÓN 4: “DESAHOGO, AFRONTAMIENTO Y CONTROL DEL ESTRÉS”

Objetivo de la sesión: Lograr que los participantes se desahoguen en cuanto a las pérdidas que tuvieron por el desastre de manera que afronten su realidad actual y ayudarles a que controlen sus niveles de estrés y se sientan seguros.

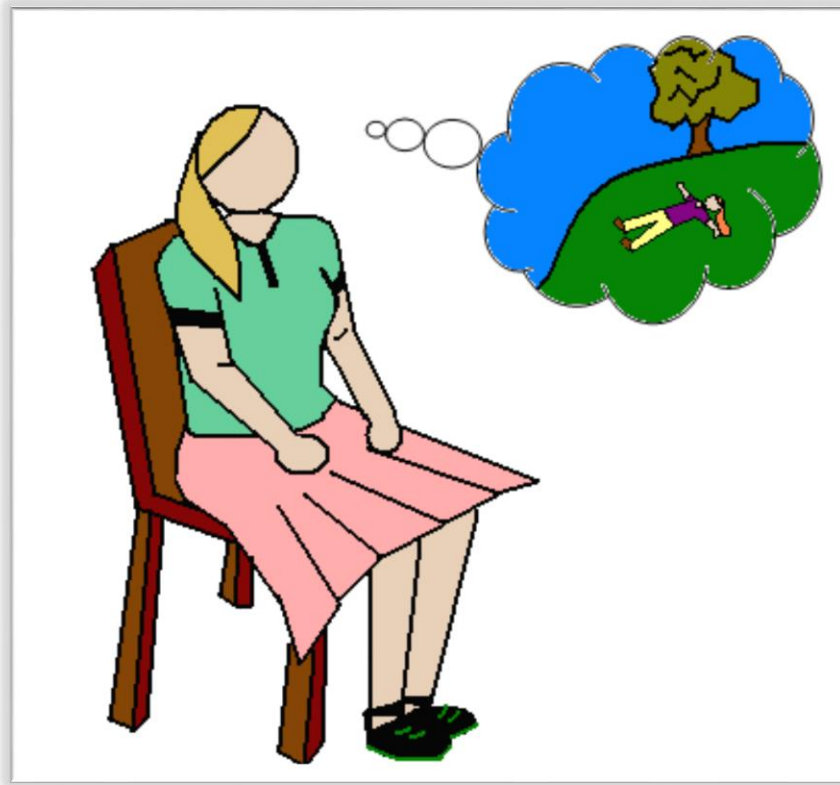
Recursos humanos: Grupo de adultos de la comunidad o albergue e interventores.

Tiempo: 2 horas aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo específico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Bienvenida (Acercamiento/rapport)	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.	Sillas y otros que sean necesarios.	5 minutos
Dinámica de animación: “Tocando colores”	Generar un ambiente cálido para la jornada de actividades.	El interventor les da instrucciones a los participantes que caminen por todo el salón y cuando el interventor mencione un color todos buscarán a la persona que posee ese color en su ropa y la tocarán con sus manos, se sigue caminando y se mencionan otros colores (seguir mencionando por un aproximado de 3 minutos). Indicarles que ahora tienen que tocar a alguien que tenga en su ropa el mismo color que ellos andan y harán una cadena hasta que tengan 5 miembros. Esto servirá para formar grupos para la próxima actividad. Nota: se puede alternar con otras técnicas de animación que se encuentran Anexo # 11 .	Ningún material en especial.	10 minutos
Evaluando mis pérdidas	Propiciar un espacio para que los participantes puedan evaluar y despedirse de lo que perdieron.	Ya con todos los participantes en un determinado grupo, hacer una breve reflexión sobre las pérdidas que ha tenido la comunidad, mientras se proporciona a cada participante una hoja de papel y colores (crayolas, temperas, plumones, otros). Indicarles que dibujen con ese material alguien o algo que perdieron durante el desastre (es importante mencionar que este “algo” pueden ser animales, cosas materiales, estados físicos o emocionales, personas, etc.). Cada adulto presenta su dibujo a los demás y menciona qué le agradaba o gustaba del ser u objeto que representa su dibujo. En este momento los facilitadores deben estar atentos para brindar apoyo emocional si es necesario. Proporcionarles a las personas las siguientes ideas de lo que pueden hacer con sus dibujos: Romperlos y enterrarlos en un lugar cercano, si es posible cerca de árboles o plantas y mencionar que	Papel, colores (crayolas, temperas, plumones, otros).	40 minutos

		<p>se puede pensar que la energía de ese “algo” florecerá en la vida de esas plantas. Colocarlos en algún lugar donde solía permanecer ese “algo”.</p> <p>Si dibujan una persona es importante referirlo a un centro de atención de salud o incluirlo en un grupo de personas con duelo que puede formarse según el número de participantes que estén pasando por esta situación o se puede tratarse a nivel familiar.</p>		
Evaluando mis recursos (humanos y materiales)	Lograr que los participantes puedan elaborar un listado o un dibujo de personas y objetos con los que cuentan después de la tragedia.	<p>Reflexionar brevemente sobre la actividad anterior: “hemos recordado lo que perdimos durante el desastre, lo cual nos puso tristes, ahora vamos a evaluar con que cosas materiales, personas, objetos, estados físicos o emocionales, podemos contar”.</p> <p>Indicarles que harán un listado o dibujo de las cosas, seres o estados con los que cuentan actualmente. Entregarles papel y material para dibujar o hacer el listado.</p> <p>Cada participante expondrá a los demás su trabajo y expresará sus emociones y pensamientos.</p> <p>Reflexionar sobre la actividad y sobre los estados emocionales actuales.</p>	Papel, lápiz o lapiceros.	30 minutos
Reconocer el lugar seguro	Ayudar a los participantes a recobrar la seguridad personal y relajarse.	<p>Indicarles a las personas que tomen asiento y proporcionar las siguientes indicaciones: “Cierren sus ojos, concentrarse en su respiración y en la música. Sitúense en un lugar seguro y agradable para ustedes. Vean como es ese lugar, qué colores ven, cómo es el medio ambiente que lo rodea”.</p> <p>Explicarles que en ese lugar pueden hacer cosas que no hacen comúnmente, ni se atreven a realizar en otros lugares, como por ejemplo, volar, nadar, saltar más alto que las estrellas, etc.</p> <p>“Respiren profundamente y dejen salir el aire suavemente (realizar esta acción 3 veces), ahora abran con lentitud sus ojos”.</p> <p>Ya con esos pensamientos, invitarles a que expresen gráficamente en una hoja de papel ese lugar seguro evocado y cómo se sienten.</p>	Papel bond, plumones, temperas, crayolas, colores, radio grabadora, CD de música de relajación, mesas y sillas.	20 minutos
Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.	Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades.	Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo. Finalmente despedirse y recordar próxima visita.	Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.	15 minutos

Reconociendo mi lugar seguro



TERAPIA DE CRISIS ADULTOS
SESIÓN 5: “BÚQUEDA DE SENTIDO A LA VIDA”

Objetivo de la sesión: Lograr que los participantes se desahoguen en cuanto a las pérdidas que tuvieron por el desastre de manera que afronten su realidad actual y ayudarles a que controlen sus niveles de estrés y se sientan seguros.

Recursos humanos: Grupo de adultos de la comunidad o albergue e interventores.

Tiempo: 2 horas aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo especifico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Bienvenida (Acercamiento /rapport).	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.	Sillas y otros que sean necesarios.	5 minutos
Dinámica de animación: “El mundo”.	Generar un ambiente cálido para la jornada de actividades.	Todas las personas se sientan en su silla formando un círculo el facilitador lanza una pelota a cualquier persona y al mismo tiempo dice una de estas tres palabras: tierra, mar o aire, la persona que reciba la pelota debe decir un nombre de un animal de tierra de mar o de agua según la palabra que haya dicho el lanzador de la pelota, así sucesivamente se seguirá lanzando al pelota al azar y al lanzar la pelota también se puede decir mundo por lo cual toda la gente tendrá que cambiar de silla. Nota: al recibir la pelota no es válido decir nombres genéricos como: mamífero, pez, pájaro. Se debe decir tierra mar o aire al mismo tiempo que se lanza la pelota, y no se debe lanzar a la pelota a las mismas personas.	Una pelota Sillas	10 minutos
Buscando el sentido de la vida: “Mis tres primeras cosas”.	Propiciar un espacio para que los participantes puedan encontrarse a sí mismos en una nueva etapa de sus vidas y motivarlos a salir adelante.	Solicitar a los participantes que recuerden las tres primeras cosas que sacaron de su casa durante el desastre y lo expresen al grupo. Después se les pregunta ¿sacaron lo correcto? y Si volviera a suceder esa situación otra vez ¿Cuáles serian las 3 primeras cosas que le gustaría sacar? Esto lo escribirán en una página para poder conservarlo. Se puede reflexionar acerca de que es importante aceptar que algunas cosas las pudieron sacar pero otras no, es importante valorar la vida como el tesoro más grande que una persona puede tener.	Papel, lápiz o lapiceros.	40 minutos

<p>Visualización: ¿por qué estoy vivo/a?</p>	<p>Propiciar un espacio para que los participantes puedan encontrarse a sí mismos en una nueva etapa de sus vidas y motivarlos a salir adelante.</p>	<p>Pedirles que se sienten los más cómodamente en sus sillas, que cierren sus ojos y respiren profundamente 3 veces. Se les dan las siguientes indicaciones. Comiencen a imaginar un viaje en su mente, van caminando por un camino empedrado luego llegan a una parte del camino lleno de polvo, finalmente llegan a una montaña. En esa montaña busquen un lugar agradable para ustedes, donde se sientan cómodos y en bienestar. Siéntense en ese lugar y pregúntense ¿Por qué estoy vivo? (dejar que las personas respondan en su mente esta pregunta en un promedio de 1 minuto). Ahora pregúntense ¿Cuál es mi tarea en la vida? (dejar 1 minuto para que respondan). Piensen en las metas que tienen y obstáculos que han ido enfrentando en su vida y que hasta ahora han superado. Ahora es tiempo de regresar, levántense e inicien su camino de regreso con la seguridad de que cuando se necesiten sentir apoyados pueden regresar a este lugar y estar en comunión con ustedes mismos y sentir la energía que les fortalece.</p>	<p>Sillas y otros que los interventores crean necesarios.</p>	<p>20 minutos aproximadamente.</p>
<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.</p>	<p>Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.</p>	<p>Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p>	<p>Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.</p>	<p>15 minutos</p>

TERAPIA DE CRISIS ADULTOS
SESIÓN 6: “CIERRE Y DESPEDIDA”

Objetivo de la sesión: Culminar la terapia de crisis a través de la identificación de metas personales y la motivación de los participantes hacia la búsqueda de una vida productiva en su cotidianidad.

Recursos humanos: Grupo de adultos de la comunidad o albergue e interventores.

Tiempo: 2 horas 20 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo especifico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Bienvenida (Acercamiento /rapport)	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.	Sillas, material ornamental y otros que sean necesarios.	5 minutos
Dinámica de animación: “Conversando con los vecinos”	Generar un ambiente cálido para la jornada de actividades.	Se les indica a los participantes: Caminen por el salón sin platicar, con las manos sueltas, mirándose a la cara. Al toque del silbato deben saludar a la persona que se encuentre en frente, como si ya se conocieran. Luego de sonar el silbato nuevamente siguen caminando y cada vez que suene el silbato deben cambiar de pareja y hablar sobre la pregunta que hará el interventor. Algunas preguntas pueden ser: ¿Cómo se han sentido en todo este tiempo durante las actividades de grupo? ¿Qué es lo que más les gusta de su comunidad? ¿A qué lugar quisieran ir de viaje con su familia? Al final preguntar cómo se han sentido. Reflexionar sobre la importancia de tener confianza en sí mismos y en los demás.	Silbato o pito	15 minutos
Identificación de metas y búsqueda de alternativas para alcanzarlas.	Motivar a los participantes a la búsqueda de metas personales.	Se les da una hoja de papel bond a cada participante y se les indica que coloque las metas que tiene para su vida de ahora en adelante. Estas las pueden dividir en metas a corto plazo, a mediano plazo y a largo plazo. Quienes no puedan escribir serán ayudados por los interventores. Incitar a los participantes a exponer algunas de sus metas. Después se reflexiona acerca de la importancia de proponerse metas y de dividir las en las tres partes en que se dividieron, sobre la importancia de proponerse metas en este punto de sus vidas	Páginas de papel bond, lápices, lapiceros.	30 minutos

		<p>para que encuentren mayor sentido a sus vidas.</p> <p>Finalmente se reflexiona sobre que es momento de continuar con su vida, buscar a personas que les apoyen, buscar un empleo o empezar a levantar nuevamente su negocio. Es tiempo de salir adelante y de sacar a su familia adelante.</p>		
Identificación de síntomas: "Guía de evaluación de síntomas tras una situación de desastre dirigida a adolescentes y adultos".	Evaluar los síntomas que presentan las personas tras su participación en la terapia de crisis.	Se les explicará la actividad y se aplicará el instrumento de evaluación grupal "Guía de evaluación de síntomas tras situaciones de desastre dirigida a adolescentes y adultos" junto con "cuestionario ilustrado de síntomas tras una situación de desastre"(post-tratamiento).	Sillas, "Guía de evaluación de síntomas tras una situación de desastre dirigida a adolescentes y adultos". (Anexos # 7 y 3).	30 minutos
Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias.	Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades.	Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo. Después de esto los interventores compartirán sus emociones, sentimientos y pensamientos acerca de toda la actividad de terapia de crisis.	Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.	15 minutos
Convivio de despedida y cierre.	Culminar con las actividades de manera grata para todos los participantes.	Se compartirá un refrigerio entre participantes de la comunidad o albergue e interventores.	Refrigerio, sillas, mesas, otros necesarios para la actividad.	20 minutos

**Intervención breve para
abordar el duelo en personas
que sufrieron pérdidas
humanas y materiales en una
situación de desastre**

situación de desastre
humanas y materiales en una
que sufrieron pérdidas

SESIÓN 1: INTERVENCIÓN BREVE PARA ABORDAR EL DUELO EN PERSONAS QUE SUFRIERON PÉRDIDAS HUMANAS Y MATERIALES EN UNA SITUACIÓN DE DESASTRE

Objetivo General: Lograr que las personas puedan expresar sus sentimientos, emociones y pensamientos acerca de las pérdidas humanas y materiales que tuvieron.

Recursos humanos: personas de la comunidad o albergue que tuvieron pérdidas materiales y humanas e interventores.

Tiempo de sesión: 2 horas 15 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo específico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Acercamiento (rapport)	Propiciar un acercamiento con las personas afectadas y generar confianza.	Saludo, agradecimiento por la asistencia y colaboración.	Sillas.	5 minutos
Presentación de estudiantes y Desmitificación de la profesión del psicólogo.	Desarrollar el proceso de desmitificación en relación al psicólogo en situaciones de desastre.	Presentación de interventores, institución de la que provenimos (quiénes somos), qué actividades se pretenden realizar (qué hacemos), el objetivo de la visita (para qué estamos en ese lugar). Enfatizar que jugando es como los ayudaremos. Por ej. "Mi nombre es Juan, soy estudiante de Psicología de la Universidad Nacional, nosotros venimos acá para dialogar o platicar con ustedes y ayudarles a que se sientan mejor después de la situación que han vivido, esto quiere decir que los queremos escuchar, que nos cuenten cómo se sienten por lo que ha sucedido". Espacio para preguntas de los participantes.	Ningún material en especial.	5 minutos
Presentación de las personas participantes.	Conocer a cada uno de los miembros del grupo de intervención.	Se instará a que cada uno de los participantes se presente diciendo solamente su nombre.	Sillas.	5 minutos
Reconociendo mis pérdidas	Lograr que cada persona reconozca sus pérdidas.	Se les entregará una hoja de papel a cada participante y material para dibujar, colorear o simplemente escribir lo que perdieron (sean estos objetos, animales, personas, otros), se les indicará que hagan cualquiera de estas tres actividades anteriores y luego lo presentarán al grupo de forma voluntaria.	Sillas, papel, material para escribir o dibujar.	30 minutos
¿Qué son las pérdidas y el dolor para mí?	Construir el concepto de pérdida y dolor que tienen las personas participantes.	Se le pedirá a cada participante que exprese lo que significan las pérdidas que tuvieron y el dolor que sienten, de forma verbal, escrita o por medio de un dibujo o modelado en plastilina. Se esperará a que todas las personas estén listas para que posteriormente cada uno exponga al grupo su experiencia. Finalmente se reflexionará sobre las pérdidas y el dolor, los puntos en común y sobre el valor que	Sillas, papel bond, material para dibujar o escribir, plastilina.	30 minutos

		<p>cada uno le da a su pérdida, que aunque no son iguales tienen un gran significado en sus vidas.</p>		
<p>“Hablando de lo vivido y de lo que perdí”</p>	<p>Invitar a los participantes a expresar como ocurrió la pérdida que tuvieron y como se sintieron.</p>	<p>Se formará un círculo cerrado y el interventor explicará la actividad. Se les indica que voluntariamente uno a uno expresarán como ocurrió la pérdida que tuvieron y como se sintieron, mientras los demás solamente escuchan esperando su turno. Luego de que todos expresen lo que vivieron y sintieron se les invita a expresar cómo se sintieron con la actividad, posteriormente se reflexiona sobre la actividad enfatizando en que cada pérdida es diferente y que cada persona la vive de diferente manera.</p>	<p>Radio grabadora, Cd de música suave.</p>	<p>30 minutos</p>
<p>Relajación: “Relajación progresiva” (se sugiere que sea ejecutada por una persona que tenga práctica y dominio de esta técnica).</p>	<p>Propiciar a los participantes un momento de relajación para que puedan tranquilizarse después de haber expresado sus emociones y sentimientos acerca del desastre.</p>	<p>Se enseñará la actividad de relajación progresiva en la cual: Se les dirá que se sienten cómodamente y cierran sus ojos. Respiren lentamente poco a poco. Vayan escuchando su respiración sin pensar nada, sientan su cuerpo muy pesado empezando por los dedos de los pies, empezarán a sentirse pesados hasta llegar a la cabeza (se mencionan algunas partes del cuerpo para facilitar la relajación), ahora empiecen a sentir su cuerpo poco a poco liviano, no pesa nada desde la cabeza hasta los pies, y cuando se sientan muy livianos inhalan y exhalan 3 veces de forma lenta y abren los ojos poco a poco.</p>	<p>Sillas, radio grabador, CD de música relajante.</p>	<p>15 minutos</p>
<p>Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.</p>	<p>Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.</p>	<p>Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué les pareció la actividad?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p>	<p>Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.</p>	<p>15 minutos</p>

SESIÓN 2: INTERVENCIÓN BREVE PARA ABORDAR EL DUELO EN PERSONAS QUE SUFRIERON PÉRDIDAS HUMANAS Y MATERIALES EN UNA SITUACIÓN DE DESASTRE

Objetivo General: Lograr que las personas puedan expresar sus sentimientos, emociones y pensamientos acerca de las pérdidas humanas y materiales que tuvieron, y puedan aceptarlo y afrontarlo de la mejor manera, cerrando este ciclo de su vida.

Recursos humanos: personas de la comunidad o albergue que tuvieron pérdidas materiales y humanas e interventores.

Tiempo de sesión: 1 hora 15 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo específico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Bienvenida e Introducción a la sesión de trabajo.	Lograr iniciar de manera sistemática la sesión expresando reglas, y actividades.	Saludo y bienvenida. Preguntar a los participantes sobre cómo se han sentido en los últimos días. Recordar los motivos de las sesiones de trabajo y las reglas que debemos respetar para tener una agradable actividad. Hacer una breve descripción de lo que se hará en la jornada e incentivar a participar en las actividades.	Sillas, material ornamental (papel crespón de colores, otros), cinta adhesiva.	5 minutos
Dinámica de animación: “Ejercicio de expresión”.	Animar a los participantes para que se sientan cómodos en el resto de la actividad y motivar la expresión de emociones.	Se les indica que caminen alrededor del lugar donde están, en círculo, sin conversar, con las manos sueltas, fuera de los bolsillos, concentradas. La coordinadora o coordinador de la actividad indicará que ira diciendo y haciendo diversos gestos, ademanes o acciones que los participantes deben imitar, por ejemplo: “me cayó una basura en el ojo y me pica”, “me siento muy alegre”, “que enojado estoy”, etc. Se tiene que <i>tener cuidado de no mencionar acciones que puedan hacer sentir mal a las personas o les recuerden elementos negativos de la situación que vivieron.</i> Finalmente se reflexiona a partir de estas preguntas: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué aprendemos de esta dinámica?	Ninguno en especial.	15 minutos
Psicodrama	Facilitar que el doliente exprese al fallecido todo lo que no pudo decir antes de su muerte.	Después de que todos expresaron su vivencia se seguirá con la actividad siguiente: participantes que no perdieron a una persona querida ayudarán a aquellos que tuvieron una pérdida humana, lo que se hará es que estas personas expresarán a su ser querido fallecido (que en este caso será una de las personas que no tuvo una pérdida humana) lo que no le dijeron y querían decirle. Si alguien no desea hacerlo se respetará su decisión. Finalmente se reflexionará acerca de la actividad, enfocándose en que aunque todos	Sillas.	10 minutos

		tuvieron pérdidas algunas pueden ser reemplazadas, mientras que las pérdidas humanas no lo son porque cada persona vale más que cualquier cosa, los que no perdieron seres humanos pueden valorar que tienen con vida a sus seres queridos y pueden poco a poco recuperar los bienes materiales.		
Desahogo: "Rasgado".	Estimular a las personas al desahogo para que se permitan sacar todas las emociones y sentimientos que les generan las pérdidas humanas y/o materiales.	Se colocan hojas de periódico en toda el área en la que se hará la actividad. Se les indica que "pueden romper el papel pensando en el desastre que se llevó a la persona que amaban o sus pertenencias, cuando estén rompiendo el papel deben hacerlo con fuerza". "Ahora comiencen a rasgar el papel, siempre cuidando no lastimar a los demás. (Permitir de 5 a 8 minutos de rasgado)". Nota: Al momento de la expresión oral los interventores deberán estar pendientes de los participantes por si es necesario dar apoyo emocional. Finalmente se reflexiona sobre la actividad y cómo se sintieron al llevarla a cabo.	Periódicos, bolsas para recoger el periódico restante.	15 minutos
Mi mejor recuerdo	Lograr que los participantes recuerden positivamente a la persona fallecida.	Se les pide a los participantes que recuerde algo que haya sido inolvidable y agradable al mismo tiempo que hayan vivido con la persona que ya no está, una excursión, un cumpleaños, una navidad, un fin de año, que recuerden hasta lo más insignificante que paso en esa situación y lo dibujen.	Sillas, papel, lápices, colores.	15 minutos
Carta de despedida	Facilitar que el doliente exprese al fallecido todo lo que no pudo decir antes de su muerte.	Se les da a las personas una hoja y lápiz para que ellos(as) por medio de una carta se despidan de la persona que perdieron o de las pertenencias que perdieron. Se les indica que al terminar la sesión pueden llevar la carta a un lugar significativo para el ser que perdieron o la entierren en algún lugar significativo para ellos/as, junto con el dibujo de la actividad anterior.	Sillas, papel bond, lápices o lapiceros.	10 minutos
Relajación: "Relajación progresiva" (se sugiere que sea ejecutada por una persona que tenga práctica y dominio de esta	Propiciar a los participantes un momento de relajación para que puedan tranquilizarse después de haber expresado sus	Se enseñará la actividad de relajación progresiva en la cual: Se les dirá que se sienten cómodamente y cierran sus ojos. Respiren lentamente poco a poco. Vayan escuchando su respiración sin pensar nada, sientan su cuerpo muy pesado empezando por los dedos de los pies, empezarán a sentirse pesados hasta llegar a la cabeza (se mencionan algunas	Sillas, radio grabador, CD de música relajante.	15 minutos

técnica).	emociones y sentimientos acerca del desastre.	partes del cuerpo para facilitar la relajación), ahora empiecen a sentir su cuerpo poco a poco liviano, no pesa nada desde la cabeza hasta los pies, y cuando se sientan muy livianos inhalan y exhalan 3 veces de forma lenta y abren los ojos poco a poco.		
Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.	Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades y despedirse.	Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas:¿Qué aprendieron de las actividades que se realizaron? ¿Cómo les ayudaron las actividades?	Sillas.	15 minutos

psicodrama



**Autocuidado para equipo
encargado de brindar
intervención en crisis en
situaciones de desastre**

situaciones de desastre
intervención en crisis en

AUTOCUIDO DEL PROFESIONAL DE LA SALUD MENTAL

- ✿ Establecer límites claros entre la vida personal y profesional, para que no surjan sentimientos negativos, como culpa o impotencia, en cuanto al sufrimiento de las personas afectadas por el desastre.
- ✿ Involucrarse en actividades de entretenimiento según los gustos personales de manera que se logre la distensión física y distracción mental.
- ✿ Mantener cuidados físicos, incluyendo alimentación balanceada.
- ✿ Realizar una sesión grupal entre los facilitadores o interventores para lograr la expresión de sentimientos, emociones y pensamientos obtenidos durante la intervención, de tal manera que liberen la energía acumulada que se adquirió al brindar la intervención psicológica y puedan darse apoyo mutuo y solidaridad entre compañeros, esto también servirá para aliviar un poco la sensación de impotencia en algunas personas. Se sugiere que quienes coordinen estas reuniones sean estudiantes o docentes que no hayan participado en la intervención en crisis.

A continuación se presenta una propuesta de sesión de autocuidado psicológico para el equipo interventor que proporcionó intervención en crisis en situaciones de desastre.

Objetivo General: Brindar autocuidado a los interventores que proporcionaron asistencia psicológica en situaciones de desastre para que descarguen la energía acumulada y así cuidar su salud mental.

Recursos humanos: interventores que participaron en intervención en crisis en situación de desastre.

Tiempo de sesión: 2 horas 45 minutos aproximadamente.

Actividad/ Técnica	Objetivo específico	Procedimiento	Recursos Materiales	Tiempo
Acercamiento (rapport)	Propiciar un acercamiento con los elementos que brindaron intervención en crisis (interventores) y generar confianza.	Saludo, agradecimiento por la asistencia y colaboración.	Sillas, material ornamental (papel crespón de colores, otros), cinta adhesiva.	5 minutos
Dinámica de animación por delante por detrás	Crear un ambiente de animación entre los participantes para un mejor desarrollo de la sesión	A cada participante se le dará una página de papel y se le dará las siguientes instrucciones: que todos formen un cuadrado y que en un lado de la hoja ponga la palabra adelante y el nombre de su fruta preferida y en la parte de atrás el nombre de una canción favorita, luego cuando todos han terminado el facilitador indica que cada uno dirá: "yo tengo fruta (PERA) por delante, (canción favorita) MIS SUEÑOS por detrás" y así sucesivamente hasta que todos participen.	Hojas de papel bond Lapiceros.	10 minutos
Exposición del porque del autocuidado después de brindar asistencia psicológica	Lograr que los participantes comprendan la importancia del autocuidado después de brindar asistencia psicológica.	Brindarle una breve charla a los personas que brindaron asistencia psicológica en la cual se les explique que es autocuidado, actividades que debemos realizar para tener un adecuado autocuidado, además se les explica que como profesionales de la salud mental estamos expuestos a contaminarnos y que es necesario descargar esa energía acumulada y expresar los pensamientos y sentimientos que generan la participación en la intervención en crisis.	Material para exponer cañón laptop	20 minutos
Compartiendo mis experiencias	Facilitar la expresión de sentimientos, emociones y pensamientos de cada persona participante.	La persona que dirija la sesión formará un círculo con todos los participantes y se harán preguntas como las siguientes: Cómo fue la experiencia que vivieron, Qué fue lo más difícil, que fue lo más triste, que fue lo más conmovedor, se identificaron con alguien. Los facilitadores también pueden expresar algunas experiencias de sus intervenciones, así expresarán sus sentimientos, pensamientos y emociones con respecto a esa vivencia.	Ningún material en especial.	30 minutos

<p>Dinámica de animación: “Ejercicio de expresión”.</p>	<p>Animar a los participantes para que se sientan cómodos en el resto de la actividad y motivar la expresión de emociones.</p>	<p>Se les indica que caminen alrededor del lugar donde están, en círculo, sin conversar, con las manos sueltas, fuera de los bolsillos, concentradas. La coordinadora o coordinador de la actividad indicará que ira diciendo y haciendo diversos gestos, ademanes o acciones que los participantes deben imitar, por ejemplo: “me cayó una basura en el ojo y me pica”, “me siento muy alegre”, “que enojado estoy”, etc. Se tiene que <i>tener cuidado de no mencionar acciones que puedan hacer sentir mal a las personas o les recuerden elementos negativos de la situación que vivieron.</i></p> <p>Se pueden utilizar según las circunstancias y el grupo otras técnicas mencionadas en dinámicas de animación (ver anexo # 10).</p> <p>Finalmente se reflexiona a partir de estas preguntas: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué aprendemos de esta dinámica?</p>	<p>Ninguno en especial.</p>	<p>15 minutos</p>
<p>La mochila</p>	<p>Facilitar que los participantes se desvinculen de la carga emocional adquirida con su participación en la intervención en crisis.</p>	<p>Se les brinda una hoja de papel a los participantes y les pide que escriban todas aquellas cosas negativas que sintieron o sienten con respecto a la situación de la intervención en crisis, se les indica que lo hagan detallando los aspectos más significativos. Luego se les muestra una mochila y se les indica que en esa mochila colocarán lo que escribieron para no cargarla y no llevar más esa carga de allí en adelante, al tiempo que cada uno coloca su escrito se hará una reflexión enfatizando que en esa mochila ellos dejarán esos sentimientos pensamientos y emociones negativas que surgieron a partir de brindar la asistencia psicológica. Al final se hará una reflexión del ejercicio y se dejará en un rincón la mochila.</p>	<p>Una mochila Hojas de papel</p>	<p>35 minutos</p>
<p>Relajación y musicoterapia</p>	<p>Propiciar a los participantes un momento de relajación para que puedan tranquilizarse después de haber expresado sus emociones y sentimientos acerca del desastre.</p>	<p>A través de la musicoterapia se induce a los participante a los siguiente: Cierren sus ojos, sientan poco apoco su respiración. Respiren y retengan la respiración por unos segundos (indicar esto 3 veces). Ahora van a sentir sus dedos pulgares de los pies, sientan que se van relajando con el sonido de la música (se les induce a que relajen cada parte de su cuerpo mencionando cada una de estas). Ahora empiezan a sentir pesados sus dedos, muy pesado como un puñado de hierro (se les indican todas las partes de su cuerpo). Ahora imaginen un lugar</p>	<p>Sillas, radio grabador, CD de música relajante.</p>	<p>25 minutos</p>

		<p>donde se sientan cómodos y libres, en ese lugar que imaginan deberán relajar su cuerpo y no piensen en nada, dejen su mente en blanco y escuchen el sonido de la música. Ahora luego empiecen a escuchar su respiración, inhalen lentamente y exhalen lentamente (indicar esto tres veces), a la cuenta de 10 ustedes van a abrir los ojos lentamente. Se hace una reflexión y se pregunta cómo.</p>		
Reflexión sobre actividades e intercambio de experiencias y cierre.	<p>Evaluar la sesión de intervención para conocer elementos importantes para los participantes durante las actividades. Despedirse y recordar la fecha y hora de la siguiente visita.</p>	<p>Hacer un resumen de la sesión e instar a los participantes a que compartan su opinión, y en papelógrafos se expondrán las siguientes preguntas para que los participantes contesten a ellas: ¿Qué fue lo que más nos gustó?, ¿Qué fue lo que menos nos gustó?, ¿Qué fue lo más difícil?, ¿Qué aprendieron?. Otro facilitador irá escribiendo las ideas en los papelógrafos para que sea captada por el grupo.</p>	Sillas, papel y lapiceros para anotaciones, cinta adhesiva.	15 minutos

BIBLIOGRAFÍA

LIBROS

- ☞ Asociación de Capacitación e Investigación para la Salud Mental (ACISAM). Manual de intervención en crisis en situaciones de desastre (Documento 3). El Salvador 2001.
- ☞ Asociación de Capacitación e Investigación para la Salud Mental (ACISAM). Manual de intervención en crisis para niños y niñas en situaciones de desastre Doc. 4. El Salvador.
- ☞ Asociación de Capacitación e Investigación para la Salud Mental (ACISAM). Programa educativo y metodología para la intervención comunitaria en las comunidades afectadas por desastres (Documento 2). El Salvador.
- ☞ Asociación Equipo Maíz. Vamos a jugar de nuevo (juegos y dinámicas para la educación No 3.). El Salvador 2004.
- ☞ Asociación Psicológica a Víctimas de Desastres Naturales. Capacitación a estudiantes en tareas de Salud Mental. Octubre 2005.
- ☞ Centro de Investigaciones del Desarrollo Psiconeurológico (CIDEP). Manual de intervención psicosocial en situaciones de desastre. Argentina.
- ☞ Clemencia Navarro y Shirley Reñazco. Manual para intervención psicológica con niños víctimas de desastres. México 2001.
- ☞ Galo Guerra V. La Intervención Para Personas En Crisis. 1996.
- ☞ Juan Carlos García Ramos. Primeros Auxilios Psicológicos, Modelo para Intervenir en Crisis, Enfoque Terapéutico de Urgencia y Breve.
- ☞ Ministerio de Educación. Vamos decime contame: Manual de intervención psicosocial en situaciones de desastres.
- ☞ Organización Panamericana de la Salud. Salud Mental y Desastres, Intervención en Crisis. Bolivia 2007.

- ☞ Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud. Guía Práctica De Salud Mental en Situaciones en Desastres, Serie de Manuales y Guías sobre Desastres. Washington D.C. 2006.
- ☞ Mariela Velasco de Avalos. Programa de intervención psicológica a personas afectadas por el huracán Ida. El Salvador 2009.
- ☞ UNICEF El Salvador. Modelo de intervención en crisis para niños y niñas en situación de desastres (Guía Metodológica). 3ª Edición. El Salvador 2001.

REVISTAS

- ☞ Revista N° 1/2001, Avance, Asociación de Capacitación e Investigación para la Salud Mental.

PÁGINAS DE INTERNET

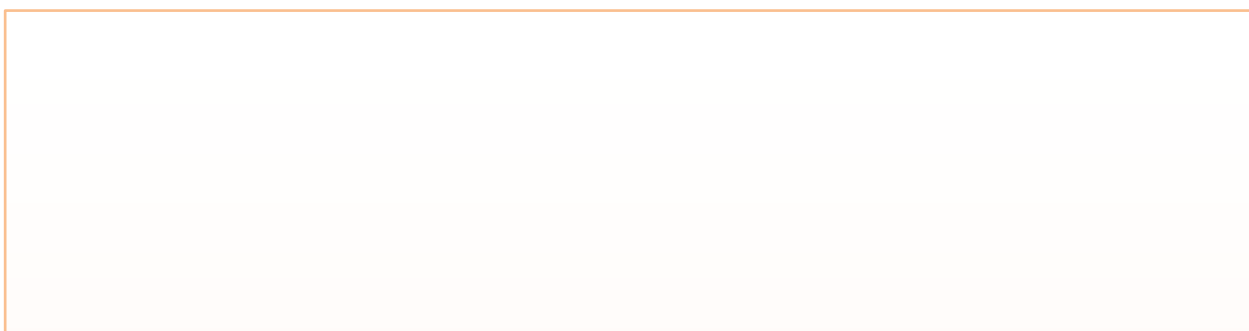
- ☞ <http://es.wikipedia.org>
- ☞ http://es.wikipedia.org/wiki/Historia_de_la_sismolog
- ☞ <http://www.monografias.com>
- ☞ <http://kik3.wordpress.com/ensayos/intervencion-en-crisis/>
- ☞ www.uch.edu.ar/rrhh
- ☞ <http://www.scribd.com/doc/4002952/100-dinamicas-para-adultos>

Anexos

Índice de anexos

- ANEXO # 1 NORMAS DE CONVIVENCIA EN LAS SESIONES.
- ANEXO # 2 “GUÍA PARA EVALUACIÓN DE SÍNTOMAS TRAS UN DESASTRE DIRIGIDA A NIÑOS/AS”.
- ANEXO # 3 “CUESTIONARIO ILUSTRADO DE SINTOMAS TRAS UNA SITUACION DE DESASTRE”.
- ANEXO # 4 GUIÓN PARA DIÁLOGO DE TÍTERES.
- ANEXO # 5 ACTIVIDAD PARA FORTALECER LA AUTOESTIMA Y LA SEGURIDAD PERSONAL.
- ANEXO # 6 DINÁMICA DE PRESENTACIÓN “LA SELVA”.
- ANEXO # 7 “GUÍA DE EVALUACIÓN DE SÍNTOMAS TRAS SITUACIONES DE DESASTRE DIRIGIDA A ADOLESCENTES Y ADULTOS”.
- ANEXO # 8 DINÁMICAS PARA FORMAR GRUPOS.
- ANEXO # 9 FOCALIZACIÓN.
- ANEXO # 10 ROMPECABEZAS.
- ANEXO # 11 DINÁMICAS DE ANIMACIÓN.
- ANEXO # 12 ACTIVIDADES DE RELAJACIÓN.

ANEXO # 1
NORMAS DE CONVIVENCIA GRUPAL EN LAS SESIONES



NORMAS DE CONVIVENCIA

- 1. Levantar la mano para hablar.**
- 2. Sólo una persona hablará a la vez.**
- 3. Todos deben participar.**
- 4. No burlarse de lo que digan los demás.**
- 5. Guardar silencio cuando sea necesario.**
- 6. No salirse durante la sesión si no es necesario.**
- 7. Participar en las dinámicas.**
- 8. Asistir a todas las sesiones que se va a realizar.**



ANEXO # 2

“GUÍA PARA EVALUACIÓN DE SÍNTOMAS TRAS UN DESASTRE DIRIGIDA A NIÑOS/AS”

Objetivo: Conocer los síntomas psicológicos que han estado presentando los niños a partir de la situación de desastre que vivieron, a través de una actividad dinámica y creativa.

Datos generales del grupo:

Total de niños/as en el grupo: _____ Nº de Niñas: _____ Nº de Niños: _____

Departamento: _____ Municipio: _____

Lugar de intervención: _____ Fecha: _____

Indicaciones:

Esta guía de evaluación se deberá realizar de forma grupal con ayuda de un cuestionario ilustrado de síntomas (anexo), ya que cada pregunta tiene su representación gráfica.

El interventor leerá la pregunta al grupo participante, indicará que ellos deben levantar la mano si su respuesta es afirmativa y el total de respuestas afirmativas se colocarán a un lado de cada pregunta.

Indicarle a la población que estas preguntas las contestarán de acuerdo a lo que sienten, piensen y hacen a partir del fenómeno.

“EL CUENTO DE OSITO”

Había una vez tres ositos que vivían con su mamá y su papá en una cueva en el bosque “Los Guayabos”, un día cuando iban a la escuela comenzó a llover, llovió, llovió y llovió. Llovió tanto que los ositos perdieron hasta su casa por tanta lluvia (se debe modificar de acuerdo al desastre que haya afectado al grupo de niños con quienes se esté trabajando).

¿Qué más perdieron niños/as?

(Instar a los niños y niñas que relaten los hechos de su propia vivencia y se identifiquen con los personajes del cuento).

Por esta razón los ositos se sentían muy tristes, no podían dormir, tenían pesadillas.

¿Qué más les pasaba a los ositos niños/as?

(Instar a los niños y niñas a que recuerden lo que sintieron y lo que aun sienten. **Utilizar el Guía de dibujos de síntomas** y preguntar a los niños sobre estos mostrándoles los dibujos).

¿Creen que se sentían enojados? ¿Quiénes se sienten así? (Indicar a los niños que levanten su mano si se sienten como el osito) Número de niños/as _____

¿Creen que sentían miedo? ¿Quiénes se sienten así? (Indicar a los niños que levanten su mano si se sienten como el osito) Número de niños/as _____ *¿de qué tienen miedo?*

¿Creen que tenían pesadillas? ¿Quiénes tienen pesadillas? (Indicar a los niños que levanten su mano si se sienten como el osito) Número de niños/as_____ ¿con qué sueñan?

¿Creen que se sentían asustados? ¿Quiénes se sienten así? (Indicar a los niños que levanten su mano si se sienten como el osito) Número de niños/as_____

*¿Creen que quería estar solo o con su familia? ¿Quiénes sienten que quieren estar solos?
Número de niños/as_____*

¿Quiénes quieren estar sólo con su mamá (tía, abuela, papá, otros)? Número de niños/as_____

¿De qué otra forma se sienten ustedes niños?_____

¿No tienen ganas de comer? Número de niños/as_____

¿Tienen ganas de llorar? Número de niños/as_____

¿Pueden jugar con otros niños?

Entonces los ositos pasaron tristes varios días y se sentían igual que ustedes, sentir esto es normal en este momento porque han pasado una situación muy difícil igual que los ositos de la historia.

Luego llegaron unas personas y les brindaron su ayuda a los ositos, llevándolos a un albergue, ahí pasaron varios días con alimento, vestuario y una cama donde dormir.

**Elaborado por: Ana Marcela Reyes Elías, Edwin Mauricio Reyes Elías y Mercedes de los Ángeles González Pérez*

ANEXO # 3

“CUESTIONARIO ILUSTRADO DE SINTOMAS TRAS UNA SITUACION DE DESASTRE”.

ADAPTACIÓN DE CUESTIONARIO ILUSTRADO DE SÍNTOMAS, MANUAL DE INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRE, ASOCIACIÓN DE CAPACITACIÓN E INVESTIGACIÓN DE LA SALUD MENTAL (ACISAM).

1. Se Siente triste



2. Se asusta con facilidad.



3. Se siente desmotivado.



4. Se enoja con facilidad.



5. Ha sentido cambios de ánimo.



6. Se ha sentido angustiado.



7. Se siente inseguro.



8. Se siente incapaz de desempeñar un papel útil en la vida



9. Ha perdido interés en cosas habituales.



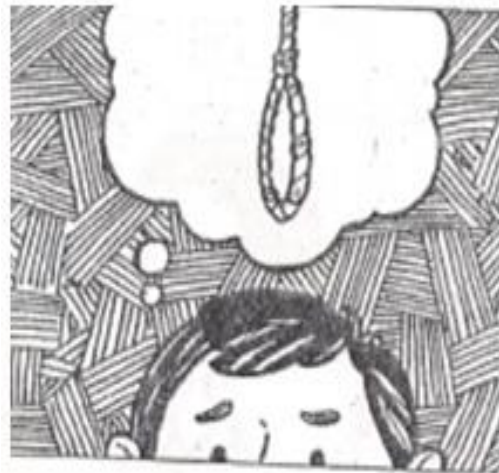
10. Tiene dificultad para tomar decisiones.



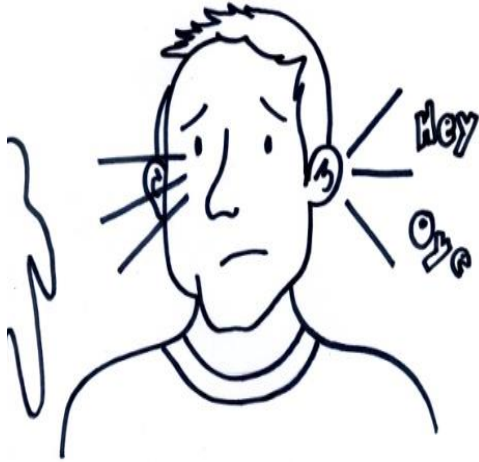
11. Tiene dificultad para concentrarse.



12. Ha pensado en quitarse la vida.



13. Oye, ve o siente cosas sin saber de dónde vienen y que otras personas no pueden ver, oír o tocar.



14. Ha notado algo raro en sus pensamientos.



15. No puede pensar con claridad.



16. Llora con frecuencia.



17. Tiene movimientos involuntarios en alguna parte del cuerpo.



18. Tiene dificultades para dormir.



19. Tiene dificultad de realizar actividades cotidianas.



20. Se siente cansado.



21. Se siente nervioso.



22. Se ha mostrado agresivo.



23. A raíz de la situación ha empezado a consumir alguna sustancia que le ayude a disminuir su preocupación.



24. Se ha mostrado inquieto.



25. Se ha alejado de los demás.



26. Se ha visto involucrado en peleas.



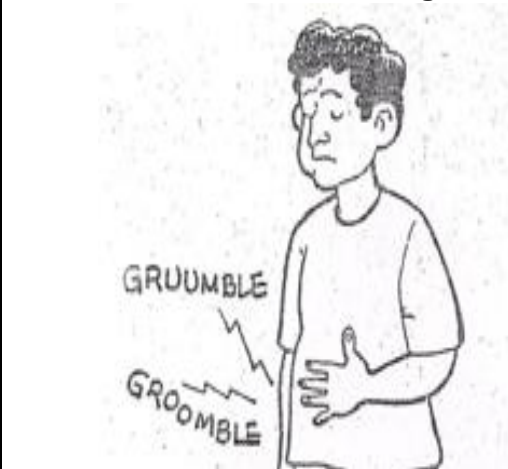
27. Está padeciendo frecuente de dolor de cabeza.



28. Ha perdido el apetito.



29. Sufre dolores de estómago.



30. Tiene sensaciones desagradables en su estómago.



31. Siente dolores frecuentes en partes del cuerpo.



32. Siente dolor de pecho.



33. Sufre de picazón o alergias en alguna parte del cuerpo.



34. Siente dolores en la boca del estómago.



Personajes: Calceto y su mamá.



Calceto:

Hola niños yo soy Calceto. ¿Cómo están niños/as?

Fijense que quiero contarles algo que me pasó.

¿A que no saben?

Pregúntenme pues.....

(Incitar a los niños a que pregunten ¿Qué te pasó Calceto?)

Fijense que un día de estos me pasó que _____ (mencionar una situación similar a la que han estado viviendo los menores).

Por eso me he sentido muy triste, y no se que hacer.....

Creen que si le pregunto a mi mamita ella me diga que es lo que pasó con todos mis juguetes y mi camita.....

(Incitar a los niños/as a que contesten)

Bueno la voy a llamar para que venga.....ayúdenme porque esta un poco lejos pero vendrá corriendo.....

Digamos "Mamitaaaaa"

(Incitar a los niños a colaborar)

(Aparece la mamá de calceto)

Mamá de Calceto: *Hola hijito.....¿Cómo estás?*

Calceto: *Bien mamita, aquí con mis amiguitos.....*

Mamá de Calceto: *Hola niños y niñas, ¿que tal? (Instar a que los niños contesten)*

Calceto: *Mamita queremos preguntarte algo.....*

Si dime Calceto...

Calceto: *¿Qué es lo que pasó en casita mamá y con todas mis cositas?*

Mamá de Calceto: *Bueno hijito lo que pasó fue _____ (explicar de forma sencilla que es lo que pasó en la comunidad y por que, que efectos tuvo en las personas, cuales son las reacciones normales de los niños y sus padres, y explicar que es una situación temporal que poco a poco irán superando).*

Calceto:

¿De verdad mamita?

¿Ustedes sabían todo esto niños/as?

Bueno démosle las gracias a mi mamita por ayudarnos a saber todo esto.

(Incitar a todos los niños a que den las gracias)

Mamá de Calceto: *De nada hijitos me alegra que estén felices. Pero apúrate Calceto que ya tenemos que irnos porque tengo que ir a echar unas pupusas al pueblo..... salú niños.*

Calceto: *Vaya mamita..... salú niños.*

**Elaborado por: Ana Marcela Reyes Elías, Edwin Mauricio Reyes Elías y Mercedes de los Ángeles González Pérez*

ANEXO # 5

ACTIVIDAD PARA FORTALECER LA AUTOESTIMA Y LA SEGURIDAD PERSONAL

HISTORIA DE PAQUITO

Les vamos a contar la historia de Paquito.

Este es un niño que vivía en un pueblito chiquito, chiquito, tan chiquito como un frijolito. Como podrán imaginar si el pueblito era chiquito también Paquito.

Lo que sucede es que. en ese pueblito pasó una situación igual que la que pasó acá donde ustedes viven (describir de manera breve la situación).

Entonces Paquito se sentía triste y a veces enojado porque no tenía donde vivir, además sentía miedo porque creía que nunca volvería a tener nada de lo que tenía antes, pero un día llegaron unos psicólogos que jugaban con él y sus amiguitos, y le hicieron ver que él tenía muchas cosas por las que sentirse bien, como por estar vivo, tener viva a su familia, a sus amigos, tener un poco de comida, poder jugar con sus amigos, poder correr, bailar y cantar, y muchas cosas más. Además él se dio cuenta que era un niño muy inteligente, muy alegre, muy juguetón, buen hijo (porque era obediente con sus padres y les ayudaba en algunas tareas del hogar), además se dio cuenta que era muy buen amigo porque ayudaba a sus amiguitos cuando tenían problemas.

Al ver todas estas cosas buenas que poseía Paquito se sintió muy feliz y siguió adelante, además se dio cuenta que poco a poco se sentía mejor y todo iba regresando a la normalidad, no todo era como antes pero muchas cosas sí y ya se empezaba a acostumbrar a todo lo nuevo.

**Elaborado por: Ana Marcela Reyes Elías, Edwin Mauricio Reyes Elías y Mercedes de los Ángeles González Pérez*



ANEXO # 6

DINÁMICA DE PRESENTACIÓN “LA SELVA”.



ANEXO # 7

“GUÍA DE EVALUACIÓN DE SÍNTOMAS TRAS SITUACIONES DE DESASTRE DIRIGIDA A ADOLESCENTES Y ADULTOS” *

Objetivo: Conocer los efectos psicológicos que presentan las personas luego de vivir el fenómeno del desastre natural.

Datos generales del grupo:

Total de personas en el grupo: _____
Adolescentes mujeres: _____ Adolescentes hombres: _____
Adultos mujeres: _____ Adultos hombres: _____
Departamento: _____ Municipio: _____
Lugar de intervención: _____ Fecha: _____

Indicaciones:

Esta guía de evaluación se deberá realizar de forma grupal con ayuda del “Cuestionario ilustrado de síntomas tras situaciones de desastre”, ya que cada ítem tiene su representación gráfica.
El interventor leerá la pregunta al grupo participante, indicará que ellos deben levantar la mano si su respuesta es afirmativa y el total de respuestas afirmativas se colocarán a un lado de cada pregunta.
Indicarle a la población que estas ítems los contestarán de acuerdo a lo que sienten, piensan y hacen a partir del fenómeno.

ÁREA EMOCIONAL

	Presente	Ausente
1. Se Siente triste	_____	_____
2. Se asusta con facilidad.	_____	_____
3. Se siente desmotivado.	_____	_____
4. Se enoja con facilidad.	_____	_____
5. Ha sentido cambios de ánimo.	_____	_____
6. Se ha sentido angustiado.	_____	_____
7. Se siente inseguro.	_____	_____
8. Se siente incapaz de desempeñar un papel útil en la vida	_____	_____
9. Ha perdido interés en cosas habituales.	_____	_____

ÁREA COGNITIVA.

	Presente	Ausente
10. Tiene dificultad para tomar decisiones.	_____	_____
11. Tiene dificultad para concentrarse.	_____	_____
12. Ha pensado en quitarse la vida.	_____	_____
13. Oye, ve o siente cosas sin saber de dónde vienen y que otras personas no pueden ver, oír o tocar.	_____	_____

14. Ha notado algo raro en sus pensamientos.

15. No puede pensar con claridad.

ÁREA CONDUCTUAL.

Presente

Ausente

16. Lloro con frecuencia.

17. Tiene movimientos involuntarios en alguna parte del cuerpo.

18. Tiene dificultades para dormir.

19. Tiene dificultad de realizar actividades cotidianas.

20. Se siente cansado.

21. Se siente nervioso.

22. Se ha mostrado agresivo.

23. A raíz de la situación ha empezado a consumir alguna sustancia que le ayude a disminuir su preocupación.

24. Se ha mostrado inquieto.

25. Se ha alejado de los demás.

26. Se ha visto involucrado en peleas.

ÁREA FISIOLÓGICA.

Presente

Ausente

27. Está padeciendo frecuente de dolor de cabeza.

28. Ha perdido el apetito.

29. Sufre dolores de estómago.

30. Tiene sensaciones desagradables en su estómago.

31. Siente dolores frecuentes en partes del cuerpo.

32. Siente dolor de pecho.

33. Sufre de picazón o alergias en alguna parte del cuerpo.

34. Siente dolores en la boca del estómago.

*ESTA ES UNA ADAPTACIÓN DE: CUESTIONARIO ILUSTRADO DE SÍNTOMAS, MANUAL DE INTERVENCIÓN EN CRISIS EN SITUACIONES DE DESASTRE, ASOCIACIÓN DE CAPACITACIÓN E INVESTIGACIÓN DE LA SALUD MENTAL (ACISAM).

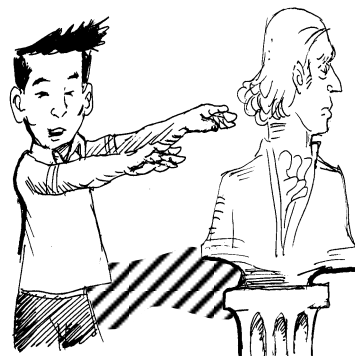
ANEXO # 8

DINÁMICAS PARA FORMAR GRUPOS

☞ Pareja ciega

Objetivos: formar grupos para otra actividad de forma

Edades: 6 años – adulto



divertida

Materiales: ninguno

Desarrollo:

Cada participante cierra los ojos y se da la vuelta cinco veces.

Cuando el facilitador da la señal trata de tocar a otra(s) persona(s) para formar su grupo.

Cuando se juntan el número indicado, pueden abrir sus ojos y ver su grupo.

🌀 Primera letra del nombre

Objetivo: unir personas para que se conozcan o para realizar algún trabajo.

Materiales: ninguno

Desarrollo: juntar a todas las personas cuyo nombre comience con la misma letra o que en la primera sílaba tengan la misma vocal.

Variantes: personas con el mismo signo. Personas que cumplan años el mismo mes.

🌀 Cartulicolores

Objetivo: formar grupos

Materiales: cartulinas de varios colores (tantos como grupos se quieran formar)

Desarrollo: colocar dentro de una bolsa trozos de cartulina de diferentes colores. Cada integrante del grupo saca uno y se dividen de acuerdo al color que les tocó.

🌀 Pueblos y Ciudades

Desarrollo: Se entregará a cada participante un papel con el nombre de un pueblo o ciudad y se tiene que juntar con el que tenga la misma ciudad o pueblo. Después de un tiempo, se vuelven a repartir otros papeles con nombres de oreos jugares y se forman cuarteros y se presentan entre ellos.

ANEXO # 9

FOCALIZACIÓN

Se les indica a las personas que permanezcan sentada o si es posible se acuesten, luego que cierren los ojos y asuman una postura cómoda. Posteriormente se les dice que empiecen a focalizar, inicialmente los elementos externos: sonidos o ruidos. Que el ruido llegue a ellos, cuando se den cuenta del ruido y este llegue, deberán inhalar.

Se les indica que localicen distintos ruidos externos inhalando y exhalando. Que se enfoquen en su propio cuerpo, que sientan los latidos de su corazón; después que empiecen a enfocarse en la respiración, el aire entra y sale.

Luego pasamos a enfocarnos en las distintas partes del cuerpo: frente, pelo, cara, cuello, hombros, brazos, pecho, espalda, abdomen, caderas, muslos, piernas, pies.

Una vez ha hecho esta focalización pedirles que dejen el cuerpo descansar como quieran.

Le indicamos que pongan su mente en blanco e imaginen los momentos mas agradables de sus vidas, aquellos donde sentía que nada podía fallar, donde reía y gozaba; se les indica que los eche en su mano derecha que está boca arriba.

Cuando estén todos los momentos agradables dentro de la mano, se les dice que hagan un puño para sostenerlos.

Luego se les indica que piensen rápidamente en una situación negativa o desagradable que les haya tocado vivir y colocarlo en su mano izquierda.

Después se les indica que vacíen los momentos felices de su mano derecha adentro de la izquierda y que noten como se equilibra lo que sientes (sus emociones).

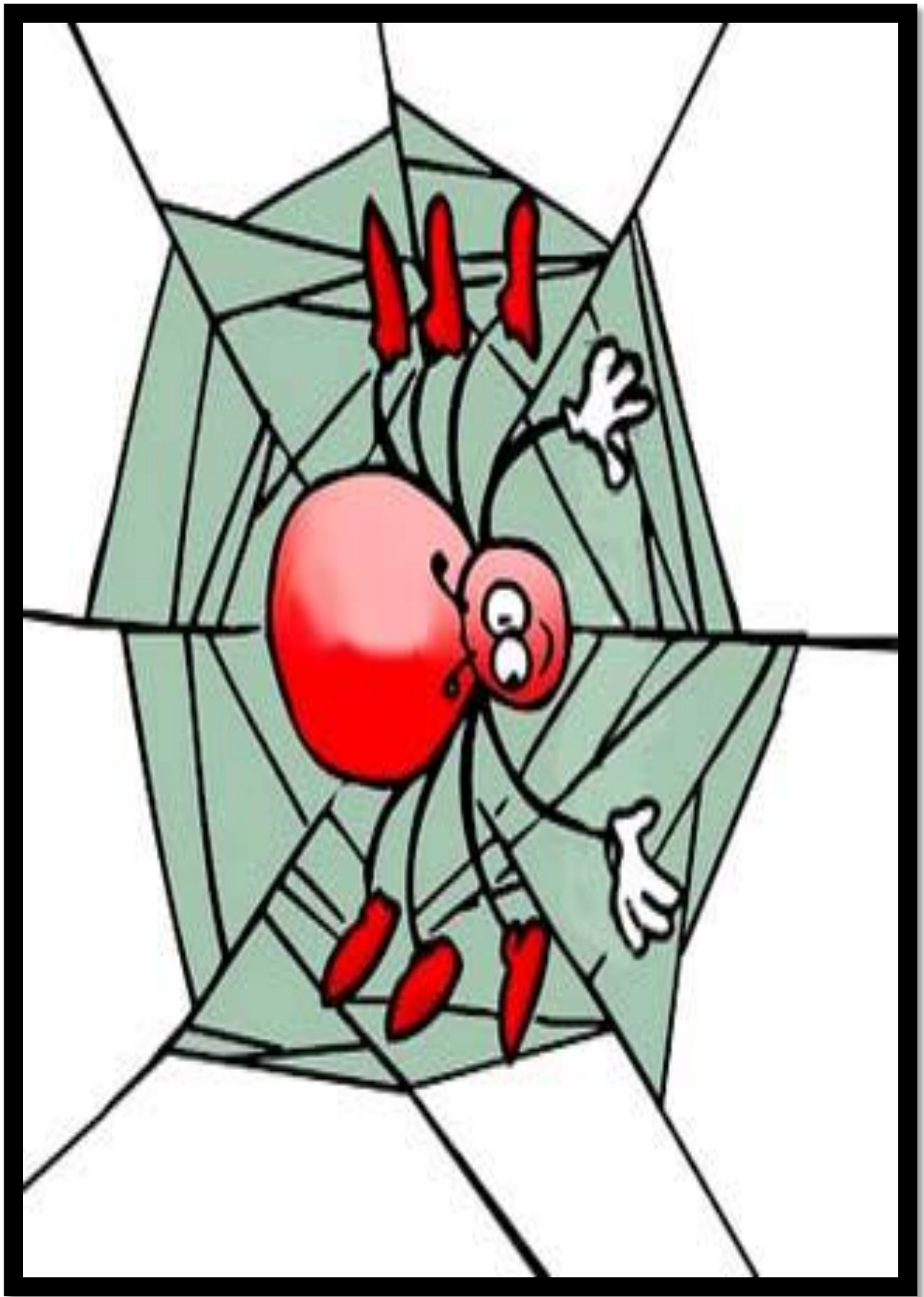
Seguidamente se les dice que lleven sus manos al pecho y se sientan llenos de nuevos recursos emocionales. Se les indica que al contar hasta tres podrán abrir los ojos.

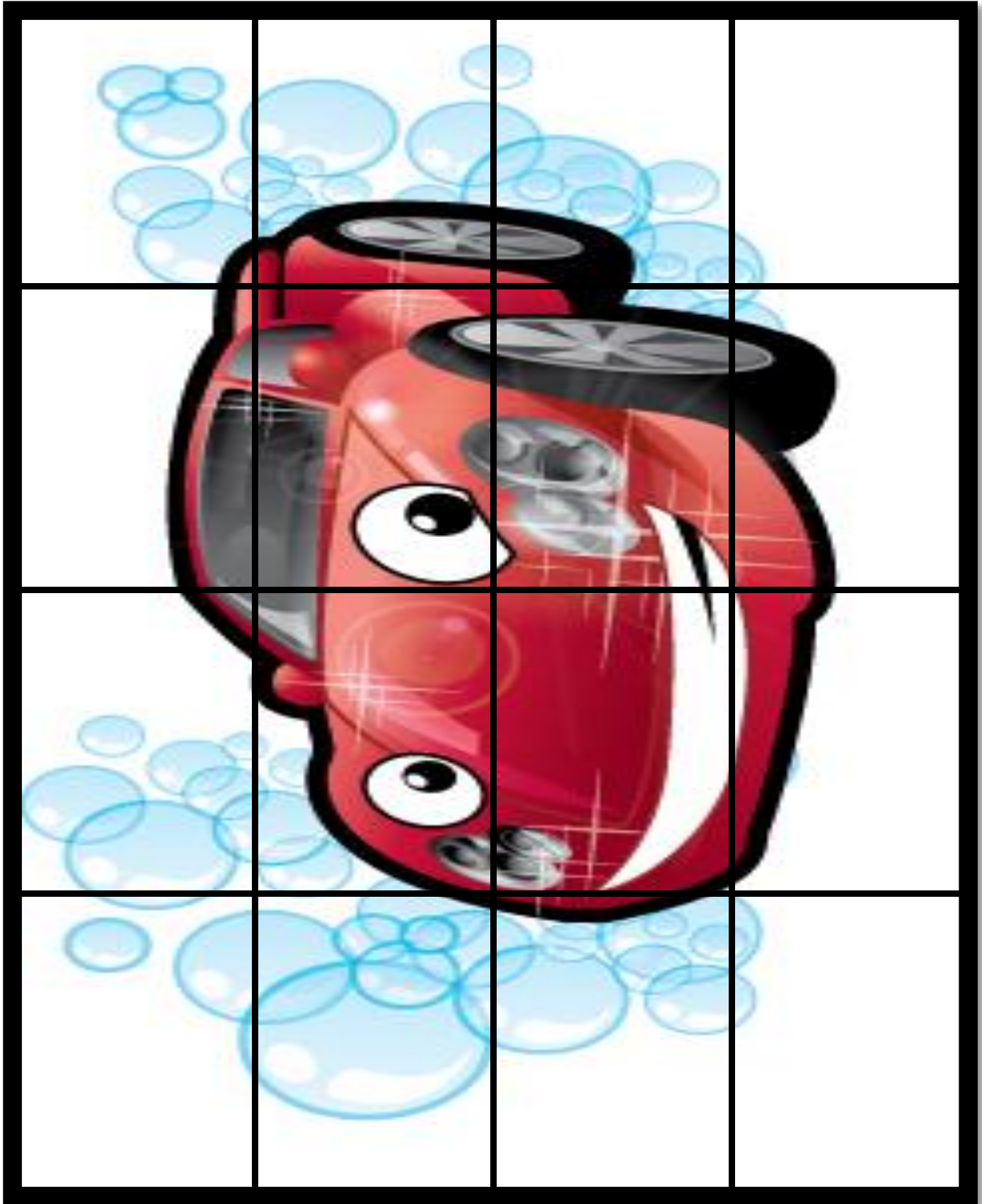
ROMPECABEZAS





Juanblondom





☞ El gavián las pollitas y los pollitos



OSCAR software

trillón 2006

Una persona voluntaria será gavilán; las demás personas son pollitos y pollitas.

Las pollitas y pollitos se dividirán en dos grupos iguales y se van a extremos del salón. Dibujan una línea en cada extremo que será la entrada al corral.

El gavilán se coloca al centro y grita: ¡Casería! Entonces, las pollitas y los pollitos de un lado deben correr hasta el otro extremo del salón y viceversa.

En la carrera las pollitas y pollitos que son tocados por el gavilán hacen una muralla en el centro del salón para estorbar el paso.

El gavilán vuelve a gritar ¡cacería! Y atrapa más pollitos y pollitas para hacer la muralla más grande.

El juego termina cuando todas las pollitas y pollitos han sido atrapados.

🌀 **Cabrita sal de mi huerta**

Las personas participantes se toman de las manos y forman un círculo. Una persona voluntaria pasa al centro y será la cabrita.

El grupo dice “cabrita sal de mi huerta”.

Y la cabrita pregunta “¿por donde si no veo la puerta?”.

El grupo al mismo tiempo levanta los brazos y dice “Por aquí”.

La cabrita intenta escapar. Quien la deje escapar, pasará a ser la cabrita y sigue el juego.



🌀 **Hielo y agua**

Se marca el espacio del juego. No se puede correr fuera de los límites señalados.

Diez personas del grupo serán hielo y las demás serán agua.

A una señal de la persona coordinadora, las personas que son hielo persiguen a las que son agua. Si estas son tocadas se convierten inmediatamente en estatuas de hielo: no se puede mover.

Sin embargo las personas que son agua pueden liberar a las estatuas de hielo con solo tocarlas. El juego se prolonga hasta que la persona coordinadora crea conveniente.

🌀 **La pelota invisible**

Se formará un círculo cerrado con todos los participantes de pie.

El interventor explicará: “Aquí tengo una pelota (mueve sus manos como si realmente tuviese una pelota), pero ustedes no la pueden ver, vamos a jugar con ella para divertirnos un poco, yo se la voy a tirar a uno de ustedes de esta forma (da una palmada en la parte baja de la palma de la mano, estirando la mano donde

da la palmada hacia la persona a quien dirigirá la pelota, lo cual genera un sonido fuerte), ustedes pueden tirársela a quien quieran y pueden rebotarla o hacer con ella lo que su imaginación permita. ¿Están listos? Bien comencemos...”

🌀 La chancleta

Se hacen dos filas de personas, numerándose de uno a dos, se coloca una fila frente a la otra, luego el interventor tirará al aire una chancleta, si la chancleta cae boca arriba los de la fila 1 se ríen y los de la fila 2 se quedan serios. Si la chancleta cae boca abajo, los de la fila uno se quedan serios y los de la fila dos se ríen. Y así sucesivamente se pueden agregar actividades en vez de reír como muecas, gestos, ruidos. Etc.

🌀 El nudo.

Indicar a los participantes que se ubiquen en medio del salón y se tomen de las manos por ejemplo: con su mano derecha tomará la mano de alguien que tiene enfrente y con la mano izquierda tomará la mano de otra persona.

Indicarles que No pueden tomar las manos de las personas que están a la par. De esta forma se habrá formado un nudo, cuando todos hayan unidos sus manos a alguien más tendrán que deshacer el nudo sin soltarse las manos.

Si después de varios intentos no logran deshacer el nudo, una persona se suelta y lo intenta de nuevo. Luego se hacen las siguientes preguntas: ¿se logró deshacer el nudo? ¿por qué? ¿Cómo se sintieron?.

🌀 Ejercicio de expresión

Se les indica que caminen alrededor del lugar donde están, en círculo, sin conversar, con las manos sueltas, fuera de los bolsillos, concentradas. La coordinadora o coordinador de la actividad indicará que ira diciendo y haciendo diversos gestos, ademanes o acciones que los participantes deben imitar, por ejemplo: “me cayó una basura en el ojo y me pica”, “me siento muy alegre”, “que enojado estoy”, etc. Se tiene que tener cuidado de no mencionar acciones que puedan hacer sentir mal a las personas o les recuerden elementos negativos de la situación que vivieron.

Finalmente se reflexiona a partir de estas preguntas: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué aprendemos de esta dinámica?

ANEXO # 12

Actividades de relajación

∞ Visualización de colores

Formar un círculo entre todos los participantes e interventores tomándose de las manos y cerrando los ojos.

El interventor que dirige la actividad indica lo siguiente: “vamos a imaginar que un color plateado nos baña el cuerpo desde la cabeza hasta los pies como si fuera una cascada de agua fresca. Ahora imaginaremos que una cascada de agua azul nos transmite la tranquilidad.

Ahora un color dorado se introduce en todo nuestro cuerpo como los rayos del sol y nos llenan de vitalidad seguridad y energía. Ahora pueden abrir los ojos lentamente”.

Recursos: CD de Música de relajación, grabadora.

🌀 **Abrazo colectivo**

Se les indica a las personas que se coloquen en círculo y con los brazos extendidos se abrazan unos con otros. Se les induce a tomar conciencia de:

La propia respiración.

El propio cuerpo.

La compañía de quien está a la derecha y quien está a la izquierda.

La transmisión de seguridad, paz y solidaridad de cada quien hacia la derecha (dar y recibir).

La fuerza grupal.

🌀 **“Como troncos de árbol y como hojas” (relajación en posición de pie)**

Pónganse de pie con sus manos a los costados, piernas juntas bien estiradas, espalda recta, cuello derecho, cabeza derecha mirando al frente (posición de firmes).

Van a imaginarse que poco a poco se convierten en un tronco de árbol y van a poner todo su cuerpo muy tenso, muy duro... lo más que puedan.

Van a imaginarse que se convierten en hojas que van cayendo del árbol y poco a poco van a ir relajando todo su cuerpo, lo van a poner muy liviano, pesa como una hoja de árbol.

Ahora cuando diga INHALEN, con la boca cerrada van a jalar con la nariz tranquilamente todo el aire que puedan y lo llevarán hasta su abdomen contando mentalmente 1, 2, 3 cuando escuchen EXHALEN lo van a sacar lentamente mientras cuentan 4, 5, 6.

Ahora en posición de firmes (**paso 1**), van a respirar profundamente (**paso 4**), y mientras INHALAN van a ir tensando todo su cuerpo para convertirte en un tronco de árbol (**paso 2**) cuenten 1, 2, 3, 4, 5, ahora poco a poco, mientras EXHALAN se convertirán en hojitas de árbol 6, 7, 8, 9, 10.

Repetir este ejercicio 3 o 5 veces hasta que el grupo se sienta relajado.