

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



**TRABAJO DE GRADO PARA OPTAR AL TITULO DE LICENCIADO/A EN
PSICOLOGIA**

TEMA DE INVESTIGACIÓN:

**“LAS NECESIDADES PSICOLÓGICAS DE LAS VICTIMAS DE
DESPLAZAMIENTO FORZADO POR LA VIOLENCIA PROVOCADA POR LA
DELINCUENCIA PANDILLERIL”.**

PRESENTADO POR:

ESTUDIANTES:	CARNET
CHÁVEZ PIMENTEL, ROSA LILIAN	CP13023
PÉREZ HERNÁNDEZ, ELISEO ADONAY	PH13017

DOCENTE DIRECTOR:

LIC Y MSC. MARCELINO DÍAZ MENJIVAR

**COORDINADOR GENERAL DEL PROCESO DE GRADO:
LIC. Y MSC MAURICIO EVARISTO MORALES.**

JUEVES 16 DE AGOSTO DE 2018.

CIUDAD UNIVERSITARIA, SAN SALVADOR, EL SALVADOR.

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR.

MAESTRO ROGER ARMANDO ARIAS.

RECTOR.

DR. MANUEL DE JESÚS JOYA.

VICERRECTOR ACADÉMICO.

ING. NELSON BERNABÉ GRANADOS.

VICERRECTOR ADMINISTRATIVO.

MAESTRO CRISTÓBAL RÍOS.

SECRETARIO GENERAL.

**AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS Y
HUMANIDADES.**

LICENCIADO JOSÉ VICENTE CUCHILLAS

DECANO

LICENCIADO EDGAR NICOLÁS AYALA

VICE-DECANO

MAESTRO HECTOR DANIEL CARBALLO DIAZ

SECRETARIO DE LA FACULTAD

AUTORIDADES DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

LIC. WILBER ALFREDO HERNÁNDEZ
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

LIC. MAURICIO EVARISTO MORALES
COORDINADOR GENERAL DE PROCESO DE GRADO

TRIBUNAL CALIFICADOR

LIC. JOSE ANGEL MELENDEZ
PRESIDENTE

LIC. BARTOLO ATILIO CASTELLANOS.
SECRETARIO

LIC. MARCELINO DIAZ MENJIVAR
DOCENTE DIRECTOR

AGRADECIMIENTOS

Hace unos años atrás comencé con un sueño loco en mi cabeza, *“iniciar la universidad”* y DIOS ha sido tan bueno conmigo que me ha permitido culminar de la mejor manera ese sueño, es por esa razón que doy gracias a ÉL por llenarme de fortaleza y perseverancia para alcanzar este triunfo. Así mismo *agradezco a mis padres*: Santos Enrique Chávez y Yolanda Pimentel de Chávez, por creer en mí y brindarme todo su apoyo, amor y comprensión incondicional durante mi formación académica y personal. *A mis hermanos*: Salvador Pimentel, Jonathan Chávez, Yesenia Irías y Majo Rugama, quienes siempre me apoyaron cada vez que los necesité.

Agradezco a mis jefas: Licda. Ana Cecilia Galdámez de Zelaya y Licda. Ana Cecilia Zelaya, quienes han sido mi soporte económico y social para terminar mis estudios; y Alicia Meléndez (Agüi), quien ha sido un ángel que Dios me envió para cuidarme y enseñarme muchas cosas sobre la vida.

De igual manera agradezco grandemente a *mi asesor de tesis*: Lic. Y MSC. Marcelino Díaz Menjivar, quien creyó en mi capacidad y con mucha paciencia y vocación compartió sus conocimientos y experiencias para culminar este proyecto. Así mismo *agradezco el apoyo incondicional de su esposa*: Licda. Erlinda de Díaz que de forma generosa me ayudó compartiendo sus conocimientos y experiencias en los diferentes asuntos académicos.

También agradezco a las *referentes de La Unidad de Atención Psicosocial de Cruz Roja Salvadoreña*: Licda. Fabiola Alas y Licda. Jacqueline Grande, quienes abrieron las puertas de la institución para realizar la investigación de campo.

Así mismo agradezco a *mi mejor amigo y compañero de tesis*: Eliseo Hernández, un excelente ser humano digno de admirar, por permitirme crecer a su lado como persona y como profesional. *A mi mejor amiga y colega* Josseline Núñez (miembro ad honorem de la investigación), por apoyarme incondicionalmente desde el inicio hasta el final de la carrera; a *mi novio Osmildo Rivera*, por creer en mí y apoyarme siempre. *A mi amigo* Antonio Herrera (Q.D.D.G.) quien sin duda estaría orgulloso y feliz por este logro; y a *mi amiga “Gringuita”*: Kara Zucker por animarme a iniciar la universidad.

De igual forma agradezco a *la Universidad de El Salvador*, por permitirme formar parte de tan prestigiosa institución, por dotarme de habilidades y conocimientos sobre la psicología, a través sus excelentes docentes en las diferentes materias cursadas.

Rosa Lilian Chávez Pimentel.

AGRADECIMIENTOS

Este trabajo en primer lugar se lo dedico y agradezco a Dios por permitirme alcanzar esta meta, por siempre proveerme de su apoyo, sabiduría e inteligencia para sobrellevar todo este proceso. A mis padres: Maira Myladis Hernández y José Rodolfo Pérez, mis ejemplos a seguir y a quienes admiro mucho, son ellos los que me han enseñado la importancia de luchar, perseverar y sobreponerse a las dificultades, a tener iniciativa, esfuerzo y pasión por lo que se hace. A mi hermana Mónica Alexandra P. Hernández, pieza imprescindible en mi vida, fuente inspiración e impulso para finalizar mis estudios y quien me ha brindado un cariño inigualable. A mis Abuelas Estebana Pérez y Anita Hernández (Q.D.D.G.) que siempre creyeron en mí y demostraron un cariño y amor sincero y extenso.

A mi mejor amiga, hermana y compañera de Tesis Lilian Chávez Pimentel (Lily) a quien admiro, respeto y guardo un inmenso cariño, quien ha aportado inmensurablemente en mi crecimiento personal y académico, "Gracias por recorrer este camino conmigo y del cual me llevo infinitas bondades y alegrías de ti." De igual manera a mí estimada, fiel e incomparable amiga Josseline Nuñez, una excelente persona con un gran corazón e intelecto.

A mi Asesor de Tesis: Lic.y Msc. Marcelino Díaz Menjivar, gracias por la ayuda incondicional en mi formación académica, por su valiosa guía, por compartir sus conocimientos y experiencias, gracias por creer en mi persona y volver posible la culminación de esta investigación. A la Licda. Erlinda Alvarado de Díaz, por su valioso, autentico e incondicional apoyo a lo largo de mi formación académica, gracias por depositar su confianza y creer en mi persona.

A los Miembros de la Unidad de Atención Psicosocial de Cruz Roja Salvadoreña, por apoyar y echar a andar la construcción de esta investigación. Finalmente agradezco a mis formadores académicos especialmente al Lic. Rafael Córdova, Lic. Benjamín Moreno Landaverde y Licda. Roxana Galdámez, quienes me han permitido adquirir conocimientos, habilidades, formándome como un profesional con ética, empatía y profesionalismo, y a quienes guardo mucha estima y aprecio.

Eliseo Adonay Pérez Hernández.

INDICE

Contenido	Página
NOTA PRELIMINAR	x
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.	xi
1.1. SITUACIÓN PROBLEMÁTICA.....	xi
1.2. ENUNCIADO DEL PROBLEMA.....	xiii
1.3. JUSTIFICACIÓN.....	viii
1.4. OBJETIVOS.	xv
1.5. DELIMITACIÓN DEL ESTUDIO.....	xvi
1.6 ALCANCES Y LIMITACIONES.	xvi
CAPITULO II: MARCO TEORICO	17
2.1 DEFINICIONES DE DESPLAZAMIENTO FORZADO.....	17
2.2 DIFERENCIAS ENTRE MIGRACION Y DESPLAZAMIENTO FORZADO INTERNO.	19
2.3 ANTECEDENTES HISTÓRICOS DESPLAZAMIENTO FORZADO.....	20
2.4 CAUSALES DEL DESPLAZAMIENTO FORZADO.....	21
2.5 VIOLENCIA SOCIAL.....	26
2.5.1 TIPOS DE VIOLENCIA SOCIAL.....	27
2.5.2 VIOLENCIA SOCIAL EN EL SALVADOR.....	29
2.6 DESPLAZAMIENTO FORZADO EN AMÉRICA LATINA.....	35
2.7. EL DESPLAZAMIENTO FORZADO EN EL SALVADOR.....	36
2.7.1. ANTECEDENTES DEL DESPLAZAMIENTO ANTES DEL CONFLICTO ARMADO.....	36
2.7.2 EL CONFLICTO ARMADO COMO FACTOR DE DESPLAZAMIENTO FORZADO.....	36
2.7.3 LA VIOLENCIA ORGANIZADA COMO CAUSAL DE DESPLAZAMIENTO FORZADO EN LA ACTUALIDAD.....	37
2.8. CONSECUENCIAS DEL DESPLAZAMIENTO FORZADO.....	42
2.8.1 IMPACTO A NIVEL FAMILIAR Y SOCIAL.....	43
2.8.2 IMPACTO A NIVEL ECONÓMICO.....	44
2.8.3 IMPACTO A NIVEL PATRIMONIAL.....	45
2.8.4 IMPACTO A NIVEL PSICOLÓGICO.....	46
2.9. FACTORES ENDÓGENOS Y EXÓGENOS QUE CONTRIBUYEN A LA SUPERACIÓN DEL HECHO TRAUMÁTICO.....	55
2.9.1. FACTORES ENDÓGENOS:.....	55
2.9.2. FACTORES EXÓGENOS:.....	57

2.10. MARCO LEGAL Y JURIDICO DEL DESPLAZAMIENTO FORZADO.	58
2.10.1 AMBITO INTERNACIONAL.....	58
2.10.2 AMBITO NACIONAL.....	62
2.11. AYUDA SOCIAL	66
2.11.1 INSTITUCIONES QUE COOPERAN EN LA AYUDA DEL DESPLAZAMIENTO FORZADO.	67
CAPITULO III. METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION.	68
3.1 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN:.....	68
3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	68
A. MÉTODO MIXTO.....	68
B. TIPO DE MUESTREO.	69
3.4 UNIVERSO Y MUESTRA.....	69
A. UNIVERSO	69
B. MUESTRA	69
3.5 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	69
A. TÉCNICAS.....	69
B. INSTRUMENTOS.....	71
3.6 PROCESO DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS.....	71
3.7 RECURSOS	73
HUMANOS:	73
MATERIALES:	74
FINANCIEROS.	74
3.8 PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO	75
A. FASE PREOPERATORIA DE LA INVESTIGACIÓN.....	75
B. FASE DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN.	75
C. FASE DE SISTEMATIZACIÓN DE LA INFORMACIÓN	75
3.9 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	76
CAPITULO IV: PRESENTACIÓN DE RESULTADOS.	78
4.1 ANALISIS CUANTITATIVO.....	78
A. RESULTADOS DE LA ENCUESTA DIRIGIDA A VICTIMAS DE DESPLAZAMIENTO FORZADO.	78
B. RESULTADOS DE LA ESCALA DE GRAVEDAD DE LOS SINTOMAS DEL TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO (TEPT)	88
CAPÍTULO V: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	91

5.1 ANÁLISIS CUALITATIVO.....	91
5.3 DIAGNÓSTICO DE LAS NECESIDADES PSICOLÓGICAS DE LAS VICTIMAS DE DESPLAZAMIENTO FORZADO POR LA VIOLENCIA PROVOCADA POR LA DELINCUENCIA PANDILLERIL.....	99
CAPITULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	103
PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICO: “ <i>ENCONTRANDO NUEVAS ESPERANZAS Y VISUALIZANDO NUEVOS HORIZONTES</i> ”.....	113
ANEXO A.....	253
ENCUESTA DIRIGIDA A VÍCTIMAS DE DESPLAZAMIENTO FORZADO.....	253
ANEXO B.....	256
GUÍA DE ENTREVISTA SEMI-ESTRUCTURADA DIRIGIDA A PROFESIONALES....	256
ANEXO C.....	258
ESCALA DE GRAVEDAD DE SINTOMAS DEL TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO.....	258
ANEXO D.....	261
FICHA TECNICA DE LA ESCALA DE GRAVEDAD DELOS SINTOMAS DEL TRASTORNO DEL ESTRÉS POSTRAUMATICO.....	261
ANEXO E.....	263
VACIADO DE ENTREVISTAS A PROFESIONALES DE PSICOLOGÍA DE LA UNIDAD DE ATENCIÓN A PSICOSOCIAL, CRUZ ROJA SALVADOREÑA (DELEGACION DE ESPAÑA).....	263
ANEXO F.....	273
VACIADO DE RESULTADOS DE LA ENCUESTA DIRIGIDA A VICTIMAS.....	273
ANEXO G.....	278
VACIADO DE RESULTADOS DE LA ESCALA DE GRAVEDAD DE LOS SINTOMAS DEL TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO.....	278

NOTA PRELIMINAR

En el presente documento se han resaltado ciertos campos de textos en los diferentes apartados que lo estructuran, con una serie de colores para hacer referencia a ciertos conceptos claves adjuntos en el mismo, con la intención de hacer la lectura más amena, los cuales se mencionan a continuación:



CONCEPTOS CLAVE



DATOS ESTADISTICOS



REFERENCIAS A ARTÍCULOS DE: LEYES, CÓDIGOS, CONVENCIONES FIRMADOS Y RATIFICADOS POR EL SALVADOR.



AFIRMACIONES E INFERENCIAS DE INTERES

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

1.1. SITUACIÓN PROBLEMÁTICA.

El Salvador en los últimos años ha sufrido diferentes cambios y crisis sociales que han impactado la población; un claro ejemplo de ello, es el fenómeno de la violencia que ha tenido un incremento progresivo y junto con ella los actos delictivos, lo cual es generado en su mayoría por grupos de crimen organizado (maras o pandillas), provocando una crisis humanitaria que se caracteriza por los altos niveles de criminalidad y la violación de los derechos humanos de las víctimas de la violencia, una de las últimas modalidades de violencia ejercida por estos grupos es el desplazamiento forzado, fenómeno que ha obligado a cientos de familias a abandonar sus hogares de forma repentina ante amenazas contra su vida, la su familia, su seguridad y su patrimonio. El desplazamiento ha puesto de manifiesto el drama y dolor que acongoja a las personas al ver sus vidas destrozadas ante el desarraigo que dicho fenómeno suscitó.

El desplazamiento forzado representa una situación de grandes magnitudes y de la cual no existen cifras exactas de cuantas personas experimentan esta situación, debido a:

- 1.** La negatividad del Estado Salvadoreño en reconocer la problemática como un fenómeno real y como derivado de la violencia, conceptualizándolo eufemísticamente como “movilidad humana” lo cual hace que éste pase desapercibido y se vuelva invisible, por ende no existen registros estatales que provean una cuantificación de desplazados.
- 2.** Los propios desplazados desean que su situación sea un proceso clandestino e invisible, ya que salir a la superficie puede representar un riesgo grave para sus vidas y las de sus familias

Se han realizado algunos estudios sobre el desplazamiento forzado por parte de diferentes instituciones de sociedad civil¹ algunos sobre la cuantificación de desplazados por año, otros sobre los causales de dicho fenómeno, los lugares de procedencia y por ende los más afectados, mientras que otros recogen informes testimoniales de víctimas reales, algunos denotan los niveles de afectación a nivel económico, educativo, laboral, social, patrimonial y jurídico; claro está, que los aspectos anteriores importantes destacar pero son lo que se puede ver a simple vista, no obstante la afectación no se circunscribe a lo social, sino también a aquello que no se puede observar “la mente”, cuando una persona sufre un acontecimiento de violencia (experiencia traumática) su estado psíquico sufre una descompensación que acarrea serias consecuencias a su salud mental, sin embargo pocos o ningún estudio se embarcan en la exploración de la afectación psíquica de dichos individuos; resulta entonces esencial conocer y detallar aquellas necesidades tanto psicológicas como sociales presentes en este segmento poblacional que hayan sido generadas por la experiencias traumática y que pueden estar ocasionando dificultades en la superación de ello. Por ende se vuelve necesario explorar los procesos cognitivos (pensamientos y recuerdos), los procesos afectivo-emocionales, volitivos, motivacionales.

Por todo lo anteriormente explicitado se enuncia el siguiente problema de investigación:

1.2. ENUNCIADO DEL PROBLEMA.

¿Qué necesidades psicológicas se encuentran presentes en las víctimas de desplazamiento forzado provocado por la delincuencia pandilleril?

¹ Véase: Informe de Registro de la PDDH sobre Desplazamiento Forzado (2016); Informe Testimonial de Desplazamiento Forzado en El Salvador enfocado en Niñez, Adolescencia y Juventud (Mesa de Sociedad Civil contra Desplazamiento, s.f.); Informe de Desplazamiento Interno Forzado por Violencia en El Salvador (Cristosal, 2017).

1.3. JUSTIFICACIÓN.

Desde los comienzos de la historia, el tener un refugio o lugar donde habitar ha sido parte de la dinámica de los individuos, a este lugar suele designársele con el término de casa o vivienda. Resulta importante acotar que la casa posee un significado complejo de valores connotativos y simbólicos para el individuo, que le proporcionan seguridad, confianza, afecto, etc. La vivienda es parte de los derechos fundamentales del ser humano, por tanto es un derecho ineludible y prescrito por la ONU en la declaración universal de los derechos humanos.²

Sin embargo, cabe mencionar que a lo largo de la historia han existido diversos fenómenos sociales que han generado desplazamientos forzados en comunidades o grupos sociales enteros, que les obligan a dejar sus viviendas sin su aquiescencia, esto al sentirse amenazados y vulnerables. El desplazamiento forzado puede definirse como la acción de toda persona que se ha visto obligada a emigrar, dentro o fuera del territorio nacional abandonando su localidad de residencia, debido a que su integridad se encuentra vulnerada.

En nuestro país el fenómeno de la violencia social provocada principalmente por pandillas, ha obligado a cientos de salvadoreños a abandonar sus viviendas, dejando atrás bienes materiales pero también lugares de afecto simbólico, todo ello genera afectación tanto a nivel psíquico como social, no solo por el hecho de salir de su hogar forzadamente sino también por concausas³ que se manifiestan paralelamente a dicha situación, como el asesinato, secuestro o desaparición de un ser querido, amenazas, etc.; todo ello, provoca en los individuos menoscabo psíquico, es decir, una desestabilización a nivel emocional y cognitivo, que resultan importantes de conocer, siendo estas alteraciones psicológicas que circunscriben e incapacitan al individuo para hacer frente a los requerimientos de la vida cotidiana y que al mismo tiempo en una relación dialéctica afectan su contexto social, desestructurando sus diversas relaciones interpersonales (Familia, trabajo, etc.)

² [http://www.un.org/es/universal-declaration-human-rights/\(Art.25\)](http://www.un.org/es/universal-declaration-human-rights/(Art.25))

³ Concausa: Factor o factores que es o son causa de algún efecto junto con otro.

Ante dicha problemática tan devastadora, el Gobierno de la República de El Salvador, no reconoce legalmente el desplazamiento forzado, y por ende no brinda ningún tipo de ayuda lo que hace más vulnerables a las víctimas; sin embargo, existen instituciones como Cruz Roja Salvadoreña y otras Organizaciones No Gubernamentales (ONG) que prestan su servicio a este tipo de población afectada, resguardando la seguridad y protección de las víctimas y supliendo a las necesidades primarias que estos presenten, ya sea alimentarias, fisiológicas, legales, sociales y psicológicas, siendo esta última superficial y con un inexistente protocolo de abordaje psicoterapéutico. Razón por la cual, se seleccionó dicho tópico investigado⁴, ya que además de ser poco conocido, es una realidad que muchas familias viven a diario y se necesita tener un protocolo de intervención psicológica que permita con mayor facilidad ayudarles a disminuir la sintomatología que puedan presentar a raíz de dicho fenómeno.

Es por ello, que la muestra representativa han sido diferentes personas afectadas por el fenómeno del desplazamiento forzado como consecuencia de la violencia social y que a raíz de ello, atraviesan diferentes efectos psicológicos y sociales que han creado una ruptura en la continuidad de sus vidas. Por ende, una labor necesaria fue desarrollar un diagnóstico preciso de la afectación psicosocial en el que este grupo de personas coexiste y esclareciendo la sintomatología que presentan. Al mismo tiempo ha sido imprescindible plantear y elaborar un programa de intervención psicosocial en base a los datos colectados, dando respuestas a las necesidades encontradas en la población investigada con la finalidad de poder generar en dichos individuos un desarrollo y movimiento mental en cada uno de ellos que le permita empoderarse y crecer en un nuevo contexto social.

⁴El lugar donde se efectuó dicha investigación fue en la Dirección Central de la Cruz Roja Salvadoreña, ubicada en la 17 Calle Poniente y Av. Henry Dunant Centro de Gobierno San Salvador.

1.4. OBJETIVOS.

OBJETIVO GENERAL:

- Identificar el efecto psicológico en personas adultas víctimas del desplazamiento forzado, a causa de la violencia provocada por la delincuencia pandilleril.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Diagnosticar los efectos psicosociales presentes en personas víctimas del desplazamiento forzado a causa de la violencia generada por la delincuencia pandilleril.
- Identificar los factores de protección que contribuyen a la superación de los efectos psicosociales en dichas víctimas del desplazamiento a causa de la violencia provocada por la delincuencia pandilleril.
- Diseñar un programa de atención psicoterapéutica breve, individual y de grupo, orientada a la superación de los efectos psicosociales a causa de la violencia causada por la delincuencia pandilleril.

1.5. DELIMITACIÓN DEL ESTUDIO.

- **Espacial:** La presente investigación se llevó a cabo en la Unidad de Atención Psicosocial de Cruz Roja Salvadoreña, Delegación de España; 17 calle poniente y Av. Henry Dunant, Centro de Gobierno, San Salvador.
- **Social:** se tomaron como sujetos de estudio 30 víctimas de desplazamiento forzado que asisten a Cruz Roja Salvadoreña.
- **Temporal:** Dicha investigación se llevó a cabo durante el periodo de Febrero a Agosto de 2018.
- **Temática:** así mismo la investigación se realizó bajo el enfoque de la psicología forense que pretendía evaluar los efectos psicológicos que produce la criminalidad pandilleril a través del desplazamiento forzado.

1.6 ALCANCES Y LIMITACIONES.

ALCANCES.

- El presente estudio exploró las necesidades psicológicas que puedan presentar las víctimas de desplazamiento forzado por la violencia provocada por la delincuencia pandilleril.
- La investigación abarcó únicamente a personas que están siendo atendidas en la unidad de atención psicosocial de la cruz roja salvadoreña (delegación de España).
- Se conoció la postura actual del Estado Salvadoreño frente al fenómeno del desplazamiento forzado y las acciones que sociedad Civil está realizando en pro del reconocimiento del mismo.
- A partir de la investigación teórico-práctica se creó una propuesta de programa de intervención psicológica el cual se espera sea de utilidad a las instituciones que atienden a este tipo de población.

LIMITACIONES.

- Las diferentes instituciones de sociedad civil que atienden a este tipo de victimas mostraron poco interés frente a la investigación sobre el tema lo cual dificulto la obtención de la información.
- No hay registros exactos del la cantidad de personas que son víctimas de desplazamiento forzado anualmente lo que no permite crear un diagnostico de la magnitud del fenómeno.
- En el país no hay una ley ni política que ampare a las víctimas de desplazamiento forzado lo que hace que sean más vulnerables frente al fenómeno, ya que están desamparados.
- Por ser un fenómeno delicado, se dificulto la obtención de la muestra poblacional y hubieron algunas víctimas que se mostraron reacias a brindar información por temor a represalias de los grupos pandilleriles.

CAPITULO II: MARCO TEORICO

2.1 DEFINICIONES DE DESPLAZAMIENTO FORZADO.

El desplazamiento forzado es una problemática psicosocial que coloca en peligro la integralidad de los derechos humanos, se lesiona la libertad de las personas, su derecho a la vida digna, el trabajo, entre muchos otros derechos, que al ser violentados pueden desencadenar traumas en diferentes áreas de la vida de las personas.

La Organización Internacional para las Migraciones (OIM), define “el desplazamiento como un traslado forzoso de una persona de su hogar o país debido por lo general a conflictos armados o desastres naturales (p.20)”⁵.

Por su parte La Organización de las Naciones Unidas (ONU) define que las personas desplazadas internas son: “aquellas personas o grupos de personas que se han visto forzadas u obligadas a huir o dejar sus hogares o residencia habitual, particularmente como resultado o para evitar los efectos de un conflicto armado, situación de violencia generalizada, violación de los derechos humanos o desastres naturales o humanos y que no han atravesado una frontera de un Estado internacionalmente reconocido” (Principios Rectores de los desplazamientos internos, ONU, 1998).

Según el Artículo 1ro del desplazado, Ley 387 de 1997, de Colombia, en el título I, del desplazado y la responsabilidad del estado, menciona que:

“Es desplazado toda persona que se ha visto forzada a migrar dentro del territorio nacional abandonando su localidad de residencia o actividades económicas habituales, porque su vida, su integridad física, su seguridad o libertad personales han sido vulneradas o se encuentran directamente amenazadas, con ocasión de cualquiera de las siguientes situaciones: Conflicto armado interno, disturbios y tensiones interiores, violencia generalizada, violaciones masivas de los Derechos Humanos, infracciones al Derecho

⁵ Organización Internacional para las Migraciones (2006). Derecho Internacional para la migración. Glosario Sobre Migración. Disponible en: http://publications.iom.int/system/files/pdf/iml_7_sp.pdf

Internacional Humanitario u otras circunstancias emanadas de las situaciones anteriores que puedan alterar o alteren drásticamente el orden público”(p. 1)⁶

Es necesario mencionar que si bien esta definición es de normativa colombiana es una de las que más se acerca al desplazamiento forzado provocado por la violencia generalizada en El Salvador (específicamente pandillas) que es el tópico a investigar, trayendo consigo violaciones masivas de Derechos Humanos para las víctimas, tales como el derecho a la vida, a la integridad física y moral, la libertad, la seguridad, etc.

Y a esto se le suma que en nuestro país como tal no existe un reconocimiento legal del fenómeno por lo que la misma Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos (PDDH), reconoce en su informe sobre desplazamiento forzado 2016⁷, *“que aunque se conoce del fenómeno se carece de políticas públicas que desarrollen planes, estrategias o líneas de acción para la atención y protección de las víctimas del desplazamiento, y que a corto, mediano o largo plazo puede generar indefensión en las mismas e incidir negativamente en las oportunidades de protección internacional (p.17)”*.

Mientras que en México, *“El desplazamiento ha sido tanto un recurso reactivo como preventivo. Los desplazados huyen de sus hogares de residencia habitual ya sea como consecuencia de actos criminales y violaciones de derechos humanos cometidos en su contra o hacia su familia, o bien, como consecuencia del temor fundado de ser víctimas ante un clima generalizado de inseguridad y de impunidad (p.6)”⁸*.

Ahora bien, si se analiza a profundidad esta definición de México, tiene mucha relación con lo que sucede en el país, muchas familias huyen de sus lugares de residencia a consecuencia de una serie de situaciones de violencia ejercidas directamente hacia su persona, hacia algún familiar, vecinos, etc. que generan daños psíquicos, físicos y materiales; por otra parte, hay otras que deciden

⁶, Ley 387 de 1997, Título I del desplazado y de la responsabilidad del estado. Artículo 1ro del desplazado. Colombia (p.1). Disponible en: <https://www.unidadvictimas.gov.co/sites/default/files/documentosbiblioteca/ley-387-de-1997.pdf>

⁷ Informe de Registro de la Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos sobre Desplazamiento Forzado, 2016.

⁸ Comisión Mexicana de Defensa y Promoción de los Derechos Humanos A.C. (2014) “Desplazamiento Interno Forzado en México”, disponible en: <http://www.cmdpdh.org/publicaciones-pdf/cmdpdh-desplazamiento-web.pdf>

abandonar sus lugares de origen como una medida preventiva para salvaguardar sus vidas y la de sus familias.

2.2 DIFERENCIAS ENTRE MIGRACION Y DESPLAZAMIENTO FORZADO INTERNO.

Según Jaimes (2014), en su tesis *Desplazamiento Forzado y Derechos Humanos* hace mención sobre la relación de dos conceptos entre sí, que si bien parecen similares no lo son.

a. Migración: *“Concepto geográfico que perfila al de desplazamiento, y que no puede referirse a una acción individual, sino a cualquier desplazamiento de la población humana que lleva consigo un cambio de la residencia habitual. Por lo que la migración –en este caso de personas– es un fenómeno mundial y está presente en todas las épocas de la historia y en todas las partes del planeta, y estas migraciones se estudian tanto por la demografía como por la geografía de la población”.*

b. El desplazamiento interno: *“Es la situación del individuo o de un grupo de individuos, obligados a huir de su hogar o de su lugar de residencia habitual, por diferentes motivos, pero dentro de las fronteras de su propio Estado; hecho que no es un evento menor en la vida de las personas, sino una transformación devastadora, en la que familias enteras son privadas de lo esencial: vivienda, alimentación, medicina, educación, medios de subsistencia y de los derechos que tiene como ciudadano”.*

Así mismo Acevedo y Flores (2016) explican:

“La persona que migra, lo hace bajo un componente de voluntad, es decir, que en la mayoría de los casos, la persona percibe que migrando hacia otro país encontrará lo que en su país de origen no tiene. Mientras que un elemento de fundamental importancia en cuanto al fenómeno del desplazamiento forzado es el hecho que la persona víctima, no tiene la voluntad de salir, pero de no hacerlo tanto su vida, libertad e integridad personal se encuentran en peligro. (p. 34)”.

2.3 ANTECEDENTES HISTÓRICOS DESPLAZAMIENTO FORZADO.

En una reciente investigación realizada por Acevedo y Flores (2016)⁹, hacen mención sobre los movimientos de la población han sido parte de la historia de la humanidad, muchos de estos procesos migratorios se han debido a diferentes motivos, entre estos el crecimiento demográfico, los cambios climáticos, los desastres, las necesidades económicas, la perspectiva de acceso a servicios educativos, la persecución política, las guerras, entre otros.

Así mismo explican sobre la importancia del colonialismo y la industrialización, que constituyen procesos históricos fundamentales para explicar las grandes corrientes migratorias previas al siglo XX. Tras la segunda guerra mundial, aumenta el volumen y alcance de la migración internacional. El auge económico de los setenta estimuló la migración laboral desde las regiones menos desarrolladas hacia Europa occidental, América del Norte y Oceanía. Desde mediados de los setenta, los países industrializados experimentan nuevos flujos de entrada de población, al tiempo que surgen nuevos países de inmigración en el sur de Europa.

A mediados del siglo XX los países latinoamericanos, experimentaron procesos migratorios internos e intra-regionales hacia las ciudades producto de la crisis del sector agrícola. Durante este período, en reacción a la falta de atención gubernamental y al uso de la represión para sofocar sus demandas, se generaron algunos procesos sociales y políticos que incorporaron nuevos ingredientes y complejidades a las dinámicas migratorias.

Las últimas décadas del siglo XX configuran un período de migración sin precedentes. El número de migrantes asciende a 27 millones durante la década del ochenta. El mayor ascenso se registra en los noventa al estimarse 154 millones de migrantes, crecimiento en parte por la desintegración de la Unión Soviética en diciembre de 1991.

Además de las migraciones proactivas, que responden casi siempre a elecciones racionales que buscan mejorar los beneficios personales, dentro de la migración

⁹ Acevedo y Flores (2016) El Desplazamiento Forzado por la Violencia Social como Vulneración de los Derechos Humanos en El Salvador (p.18).

existe un número significativo de migraciones forzadas, resultado de decisiones involuntarias.

Desde esa época muchos países se han visto afectados por diferentes situaciones que traen como consecuencia el desplazamiento forzado, entre las cuales figuran como una de las principales, los conflictos armados, la violencia social y los desastres naturales¹⁰.

2.4 CAUSALES DEL DESPLAZAMIENTO FORZADO.

De acuerdo con el Informe global 2015: Desplazados internos por Conflicto y Violencia: destaca que en el 2014 hubo un número sin precedentes de desplazados internos a finales de ese mismo año, 38 millones de personas alrededor del mundo tuvieron que abandonar sus hogares debido a conflictos armados y violencia generalizada, y estaban viviendo en desplazamiento en el interior de su propio país¹¹.

A lo largo del año 2014, once millones de personas se vieron obligadas a desplazarse, lo que equivale a 30,000 personas huyendo a diario.

En los 10 años en que el Centro de Monitoreo de Desplazamiento Interno (IDMC)¹² ha presentado informes globales, nunca se había registrado una estimación tan alta de número de nuevas personas desplazadas en un año. Todos los datos y análisis se basan en el monitoreo del IDMC entre enero y diciembre de 2014.

De acuerdo con este mismo informe destaca que en América se han dado diferentes nuevos desplazamientos: al menos 436,500 desmovilizaciones de personas.

Los desplazamientos en la región Centroamericana aumentaron en un 12% con respecto al año anterior.

¹⁰ Ídem pág. 19

¹¹ Informe Global 2015: Desplazados Internos por conflicto y Violencia. (p.1) Disponible en: <http://www.internal-displacement.org/assets/library/Media/201505-Global-Overview-2015/20150506-GO2015-HL-SP.pdf>

¹²IDMC, Internal Displacement Monitoring Centre (Centro de Monitoreo de Desplazamiento Interno).

Así mismo, es de importancia hacer mención de las siguientes cifras de desplazados y algunas de las causas del mismo¹³:

- En El Salvador, Guatemala y Honduras se registraron 566,700 desplazados. Muchos de estos desplazamientos fueron causados por crimen organizado y violencia entre pandillas.
- La principal causa desplazamientos en México y el triángulo del Norte fue la violencia, en mayor parte, al tráfico de drogas y actividades de pandillas.
- En El Salvador la violencia criminal y las amenazas provocaron el desplazamiento hasta 288,900 personas.

Se podría decir entonces que el desplazamiento forzado es un fenómeno que afecta gravemente a los países del triángulo norte de la región, por lo que dicha situación ha sido objeto de pronunciamientos en las instancias regionales de defensa de los derechos humanos. Así el Consejo Centroamericano de Procuradores y Procuradoras de Derechos Humanos, citado en el informe de desplazamiento forzado de la PDDH (2016)¹⁴, se ha pronunciado en el sentido que:

“A) Señalamos nuestra enorme preocupación por los desplazamientos forzados que están siendo causados por el accionar de sistemas criminales organizados y grupos delincuenciales en la región. De forma particular, consideramos que en Guatemala, Honduras y El Salvador, es imperativa la necesidad de mayor voluntad política para atender integralmente a las víctimas de desplazamientos forzados o que solicitan asilo o refugio en otros países a consecuencia de la violencia o delincuencia causada por el crimen organizado, el narcotráfico, redes de trata de personas y otros grupos criminales”.

“B) Instamos a los gobiernos de Centroamérica a reconocer la existencia de desplazamientos forzados por la violencia y la delincuencia como una grave

¹³ Ídem pagina 2.

¹⁴ Consejo Centroamericano de Procuradores de Derechos Humanos. “Declaración del Consejo Centroamericano de Procuradores y Procuradoras de Derechos Humanos”. Del 24 de febrero de 2015. Disponible en: <http://docplayer.es/62022596-Informe-de-registro-de-la-procuraduria-para-la-defensa-de-los-derechos-humanos-sobre-desplazamiento-forzado-derechos-humanos-de-el-salvador.html>

problemática de carácter regional, a fin de dar pasos significativos en la creación, mejora, desarrollo de políticas, marcos normativos e institucionales, para la protección de las personas desplazadas internamente, solicitantes de asilo y refugiadas, así como la asignación de recursos suficientes para atender dignamente y de manera integral a las víctimas.”

Sin embargo, aunque externamente se visibiliza el problema, muy poco se hace para la protección de las víctimas, y por el contrario se niega, se minimiza o se invisibiliza el problema.

Ante la poca atención por parte del gobierno ante los altos índices de violencia social y organizada, El Salvador, sigue siendo uno de los países más violentos del mundo en donde hay una diversidad de causales para que se den diferentes escenarios violentos, de acuerdo con La Mesa de Sociedad Civil contra el Desplazamiento Forzado por Violencia y Crimen Organizado en El Salvador, en su informe realizado en el periodo 2014-2015¹⁵, Sobre Situación de Desplazamiento Forzado por Violencia Generalizada en El Salvador, destaca que “...Situaciones como amenazas a la vida, extorciones, y presión para los adolescentes y jóvenes para unirse a pandillas delincuenciales han provocado un incremento de los casos de desplazamiento interno de familias enteras”.

Así también, en ese mismo informe se hace referencia al registro de casos durante el periodo de agosto de 2014 a diciembre del año 2015 (17 meses), la atención de 146 casos de desplazamiento forzado interno dentro de los cuales se contabilizaron 623 personas afectadas por dicha condición. Lo que llama la atención son las víctimas afectada, siendo la mayor parte 385 adultos, en proporción de 29% hombres y 33% mujeres. Así mismo se hace mención de 238 niños, niñas y adolescentes, siendo las proporciones de 12% niños, 11% niñas; 7% adolescentes del sexo masculino y 8% del sexo femenino. Por lo que podría inferirse que la población más afectada es la femenina con un 52% y masculino con un 48%. Así mismo la psicóloga Fabiola Alas, de la Unidad de Atención

¹⁵ Mesa de Sociedad Civil Contra Desplazamiento Forzado por Violencia y Crimen Organizado. Informe sobre situación de desplazamiento forzado por violencia generalizada en El Salvador. Informe 2014-2015. Disponible en: <http://www.movilidadhumana.com/wp-content/uploads/2016/03/Informe-sobre-Situaci%C3%B3n-de-Desplazamiento-Forzado-en-El-Salvador.pdf>

Psicosocial, de Cruz Roja Salvadoreña, en una entrevista realizada en marzo del presente año, menciona que *“...a quienes más afecta el fenómeno del desplazamiento forzado es a las mujeres, ya que son víctimas de toda clase de violencia, (acoso sexual, agresiones sexuales, violaciones, etc.) y además en muchas ocasiones son madres solteras que no tienen redes de apoyo”*¹⁶.

Para el 2016, según el Informe publicado en enero sobre Desplazamiento Interno por Violencia y Crimen Organizado en El Salvador¹⁷, las cifras habían aumentado desde agosto de 2014 a diciembre de 2016, había un total de 339 casos que representan a 1322 víctimas. Mostrando un incremento significativo.

Por otra parte en hacen referencia, que los altos niveles de violencia se adjudican a actividades de grupos relacionados con pandillas y crimen organizado, no obstante, aunque en menor escala pero en un comportamiento ascendente, acciones perpetradas desde instancias estatales, como la Policía Nacional Civil y el Ejército.

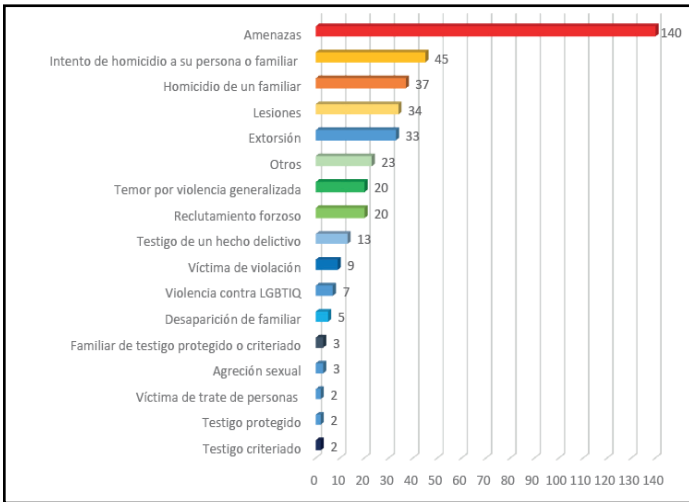
De acuerdo con los datos obtenidos por la Mesa de la Sociedad Civil, en el informe 2016, hace referencia a que existen hechos de violencia que estallan el desplazamiento interno, y que es común que las víctimas que son desplazadas hayan sufrido hechos violentos de forma directa o indirecta antes de decidir desplazarse. Dentro de las causas encontradas se encuentran las siguientes.¹⁸

¹⁶ Ver entrevista completa en anexo E: vaciado de entrevista a profesionales por instituciones de la mesa de la sociedad civil contra el desplazamiento forzado por violencia y crimen organizado en El Salvador. 1. Unidad de Atención psicosocial, Cruz Roja Salvadoreña (Delegación de España).

¹⁷ Mesa de Sociedad Civil Contra Desplazamiento Forzado por Violencia y Crimen Organizado. Desplazamiento Interno por Violencia y Crimen Organizado en el Salvador. Informe 2016. (p.35). 201 disponible en <https://static1.squarespace.com/static/5784803e6594ad5e34ea63/t/5880c66b2994ca6b1b94bb77/1484834488111/Desplazamiento+interno+por+violencia+-+Informe+2016.pdf>

¹⁸ Ídem. Página 45.

GRAFICO 1. CAUSAS DEL DESPLAZAMIENTO FORZADO.



FUENTE: Observatorio de la Sociedad Civil Sobre el Desplazamiento Interno por Violencia Generalizada en El Salvador (2016).

“Siendo las más alarmantes las primeras 5 causas: 1. amenazas, 2.intento de homicidio a su persona o familiar. 3. Homicidio de un familiar. 4. Lesiones y 5.Extorsion. Sin dejar de darle importancia a las demás. Cabe mencionar que la Mesa de la Sociedad Civil, hace referencia que en algunos casos hay más de una causa por la cual deciden desplazarse.

Así mismo, la Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos, en su Informe de Registro de sobre el Desplazamiento Forzado (2016)¹⁹, expresan que el desplazamiento interno surge como consecuencia de múltiples causales, tales como el incremento de la violencia, el crimen organizado, el reclutamiento por parte de las pandillas, entre otras, y envuelve múltiples violaciones de derechos humanos, de manera continua y acumulativa. En su informe anual 2014-2015²⁰ se pronunció que *“situaciones como amenazas a la vida, extorsiones y presión para los adolescentes y jóvenes para unirse a pandillas delincuenciales han provocado un incremento de los casos de desplazamiento interno de familias enteras... Esta limitación vulnera y re-victimiza a la población ya afectada, que se ven obligados a dejar su hogar, su comunidad, su entorno, y hasta su familia extendida. En el caso de las niñas, niños y adolescentes, además de lo anterior también se ven obligados a separarse de su centro educativo y de sus amigos y amigas como única opción para proteger sus vidas”*.

¹⁹ Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos. Informe de Registro de la Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos sobre Desplazamiento Forzado (2016, p. 13) 8 de agosto de 2016. disponible en: https://elfaro.net/attachment/922/Informe%20Desplazamiento%20Forzado%20-%20PDDH.pdf?g_download=1.

²⁰ Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos. “Análisis Situacional de los Derechos Humanos e Informe de Labores de la Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos junio 2014-mayo 2015”. julio 2015. página 35.

2.5 VIOLENCIA SOCIAL.

La OMS, en su Informe mundial sobre la violencia y la salud (2002)²¹ define la violencia como:

“El uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones (p.5)”.

Dicha definición comprende tanto la violencia interpersonal, las amenazas, intimidaciones, así como la muerte y las lesiones.

Desde este punto se entiende por **violencia social** a todo aquel acto con impacto social que atenta a la integridad física, psíquica o relacional de una persona o un colectivo, siendo dichos actos llevados a cabo por un sujeto o por la propia comunidad.

La violencia social puede tener diversos objetivos, como la obtención y mantenimiento de poder o un status social; pero en muchas ocasiones la violencia social puede estar vinculada a la violencia política, en la que se realizan actos violentos con el objetivo de lograr un poder político, tal y como lo señala Morten Rostrup citado en el Informe mundial sobre la salud (2002) *“Masacres, desplazamiento forzado de poblaciones, discriminación en el acceso a la asistencia sanitaria... En el marco en que trabaja MSF, la violencia, en especial la violencia política, es frecuentemente una de las causas principales de mortalidad...”*²²

En ocasiones la violencia social también puede tener un motivo en la violencia económica, en la que el objetivo es la obtención de capital.

La violencia cercena anualmente la vida de millones de personas en todo el mundo y daña la de muchos millones más. No conoce fronteras geográficas,

²¹ OMS: Organización Mundial para la Salud, 2002.

²² Morten Rostrup, Presidente del Consejo Internacional de Médicos Sin Fronteras (MSF), Premio Nobel de la Paz en 1999

raciales, de edad ni de ingresos. Golpea a niños, jóvenes, mujeres y ancianos. Llega a los hogares, las escuelas y los lugares de trabajo. Los hombres y las mujeres de todas partes tienen el derecho de vivir su vida y criar a sus hijos sin miedo a la violencia. Tenemos que ayudarles a gozar de ese derecho, dejando bien claro que la violencia puede prevenirse, y aunando esfuerzos para determinar sus causas subyacentes y hacerles frente.²³

2.5.1 TIPOS DE VIOLENCIA SOCIAL.

La clasificación utilizada por Organización Panamericana de la Salud (2002) divide a la violencia en tres grandes categorías según el autor del acto violento: “*violencia dirigida contra uno mismo, violencia interpersonal y violencia colectiva*”²⁴

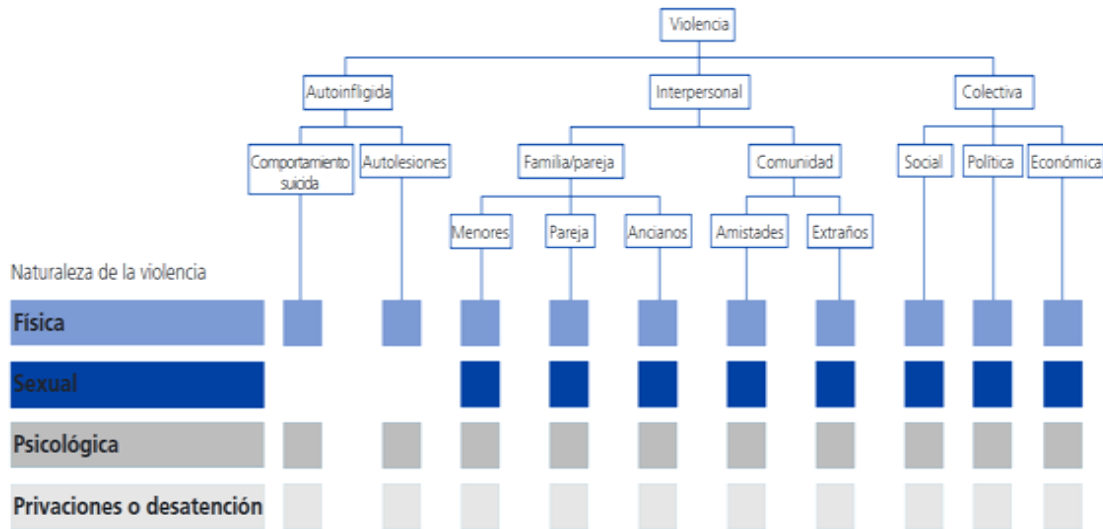
Esta categorización inicial distingue entre la violencia que una persona se inflige a sí misma, la infligida por otro individuo o grupo pequeño de individuos, y la infligida por grupos más grandes, como los Estados, grupos políticos organizados, milicias u organizaciones terroristas. A su vez, estas tres amplias categorías se subdividen para reflejar tipos de violencia más específicos. (Véase la esquema 1).

Esta clasificación tiene también en cuenta la naturaleza de los actos violentos, que pueden ser físicos, sexuales o psíquicos, o basados en las privaciones o el abandono, así como la importancia del entorno en el que se producen, la relación entre el autor y la víctima y, en el caso de la violencia colectiva, sus posibles motivos.

²³ Kofi Annan, Secretario General de las Naciones Unidas, Premio Nobel de la Paz en 2001.

²⁴ Informe mundial sobre la violencia y la salud: resumen. Washington, D.C., Organización Panamericana de la Salud, Oficina Regional para las Américas de la Organización Mundial de la Salud, 2002, disponible en: http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/es/summary_es.pdf

Esquema 1: Clasificación de los tipos de violencia.



Fuente: OMS (2002). Informe mundial sobre la violencia y salud.

- ❖ **Violencia autoinfligida:** Es la violencia que un individuo ejerce sobre sí mismo. Existen diversos acontecimientos o circunstancias estresantes que pueden aumentar el riesgo de que las personas atenten contra sí mismas. Entre tales factores figuran la pobreza, la pérdida de un ser querido, las discusiones familiares o con amigos, la ruptura de una relación y los problemas legales o laborales. Aunque estas experiencias son frecuentes, sólo una minoría se ve impulsada a suicidarse. Para que estos factores precipiten o desencadenen el suicidio, deben afectar a personas predispuestas o particularmente propensas, por otros motivos, a atentar contra sí mismas.
- ❖ **Violencia interpersonal:** se refiere a cualquier acción u omisión que cause daño físico, sexual, o psicológico/emocional entre parejas, ex parejas, u otras relaciones interpersonales. Comprende la violencia juvenil, la violencia contra la pareja, otras formas de violencia familiar como los maltratos de niños o ancianos, las violaciones y las agresiones sexuales por parte de extraños y la violencia en entornos institucionales como las escuelas, los lugares de trabajo, los hogares de ancianos o los centros penitenciarios. La

violencia interpersonal cubre un amplio abanico de actos y comportamientos que van desde la violencia física, sexual y psíquica hasta las privaciones y el abandono.

- ❖ **Violencia colectiva:** *“es el uso instrumental de la violencia por personas que se identifican a sí mismas como miembros de un grupo frente a otro grupo o conjunto de individuos, con el fin de lograr objetivos políticos, económicos o sociales”* (OMS, 2002, p. 6). La cual puede llegar a la adopción de acciones como conflictos armados, actos violentos como genocidio, represión y otras formas que vulneran los derechos humanos.

Esta última definición sobre violencia colectiva, puede asociarse a lo que en El Salvador se conoce como violencia criminal, que es ejercida principalmente por grupos delincuenciales denominadas “maras” o “pandillas”. Estas personas miembros de pandillas se identifican con su estructura criminal, para obtener fines políticos (en algunos casos, por ejemplo la tregua que se dio en el 2012 con el gobierno²⁵) y económicos (mediante extorsiones a la población²⁶), generando así, actos violentos contra la población civil, vulnerando los derechos humanos, principalmente su economía, su salud física y mental, la educación, la seguridad, etc.²⁷.

2.5.2 VIOLENCIA SOCIAL EN EL SALVADOR.

En la actualidad la violencia social en El Salvador es algo alarmante; las situaciones que más preocupan a la población suelen ser: el alto número de homicidios diarios, las extorsiones, robos, personas desaparecidas y hoy en día el desplazamiento forzado interno del cual muchas familias han sido y están siendo

²⁵ Insight Crime, Steven Dudley. Tregua entre pandillas en El Salvador: aspectos positivos y negativos. 10 de junio de 2013. Disponible en: <https://es.insightcrime.org/investigaciones/los-aspectos-positivos-y-negativos-de-la-tregua-entre-pandillas-en-el-salvador/>

²⁶ La Nación. Gobierno salvadoreño reforzará lucha contra extorsión de pandillas. 27 de mayo de 2017 disponible en: <https://www.nacion.com/el-mundo/conflictos/gobierno-salvadoreno-reforzara-lucha-contra-extorsion-depandillas/N3FE6PDUZVE2FJLLOJSWESKWTU/story/>

²⁷ Estrategia y Negocios. Net. Tomás Andréu .“El Salvador perdió la batalla contra las pandillas, el crimen organizado y la corrupción”. 1 de abril de 2018. Disponible en: <http://www.estrategiaynegocios.net/lasclavesdeldia/1140011-330/el-salvador-perdi%C3%B3-la-batalla-contra-las-pandillas-el-crimen-organizado-y>

víctimas. El tipo de violencia más latente es la violencia juvenil, es decir aquella ejercida por niños/as, adolescentes y adultos esto evidenciado por múltiples hechos criminales en el país. El fenómeno que más afecta son las pandillas.

Las pandillas juveniles no son un problema nuevo ni exclusivo de Centroamérica. Por muchos años, las pandillas han existido en países como Irlanda, los Estados Unidos, Brasil y Colombia. Sin embargo, en la región centroamericana llama la atención la proliferación de maras y pandillas en los últimos quince años, especialmente en Guatemala, El Salvador y Honduras (llamado también el triangulo norte), así como el nivel de violencia que se les atribuye. De tal manera que es importante entender los factores que explican su expansión y sus acciones violentas. (POLJUVE²⁸).

Aunque los homicidios no representan la única manifestación de violencia y criminalidad en el país, sí se consideran una de las expresiones más graves del fenómeno, por lo que a continuación se presenta una tabla que contiene el número de homicidios por año desde el 2009 hasta el 2017.

TABLA 1. HOMICIDIOS POR AÑO DESDE EL 2009 AL 2017.

Año	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017
Total de homicidios	4,382	4,004	4,371	2,594	2,513	3,921	6,656	5,280	3,954 ²⁹

Fuente: Elaboración propia retomando datos del documento elaborado por Servicio Social Pasionista (Área de Derechos Humanos), denominado Inseguridad y Violencia en El Salvador, El Impacto en los derechos de los adolescentes y jóvenes del municipio de Mejicanos³⁰

²⁸ Políticas Públicas para Prevenir la Violencia Juvenil (2009). Disponible en: <http://www.aecid.sv>

²⁹ El Diario de Hoy. 1 de enero de 2018. El Salvador cerró 2017 con un promedio de 11 homicidios por día. Disponible en: <http://www.eldiariodehoy.com/noticias/nacional/68243/el-salvador-cerro-2017-con-un-promedio-de-11-homicidios-por-dia/>

³⁰ Servicio Social Pasionista (2017), Inseguridad y Violencia en El Salvador, El Impacto en los derechos de los adolescentes y jóvenes del municipio de mejicanos (p.21 y 23). Disponible en: <http://sspas.org.sv/wp-content/uploads/2017/01/SSPAS-2017-Inseguridad-y-violencia-en-El-Salvador.pdf>

Si se observa detenidamente, los años con más número de homicidios es primero 2015 con 6,656 homicidios y el segundo el 2016 con 5,278. Y aunque en el 2017, según el Diario de Hoy (2018), asegura que hubo una reducción en la cifra de muertes violentas con respecto al 2016, mencionan que:

“La violencia acabó con la vida de 3,954 personas durante el año recién finalizado, 2017, según cifras de la Policía Nacional Civil (PNC). Eso significa que el año pasado se registró un promedio de 11 homicidios por día”.

Las autoridades policiales aseguraron que hubo una reducción de 1,326 asesinatos con respecto al año 2016 que cerró con 5,280 crímenes. En el 2016 se registraron 14 homicidios por día, en promedio.

Pero esta disminución no significa que todo vaya mejor, a tan solo tres meses del 2018, según la Prensa Grafica (2018)³¹, se han registrado un incremento del 13.5%, por lo que indican que: “En lo que va del 2018, El Salvador registró 108 homicidios más que las 796 muertes violentas contabilizadas en el mismo período del año 2017”

Y según el Director de la Policía Nacional Civil (PNC), el señor Howard Cotto, citado en La Prensa Grafica, menciona que *“La violencia homicida en El Salvador se cobró la vida de al menos 904 personas entre el 1 de enero y el 27 de marzo, cifra superior en un 13.5 % a los homicidios registrados en el mismo lapso del 2017...”*

Y como lo menciona la Prensa, *“El Salvador es uno de los países más violentos del mundo con tasas de 103, 81,7 y 60 homicidios por cada 100,000 habitantes en 2015, 2016 y 2017, respectivamente, crímenes atribuidos principalmente las estructuras criminales”.*

³¹ La Prensa Grafica, 28 de marzo de 2018. Los homicidios en El Salvador crecen un 13.5 % en lo que va del 2018. Disponible en: <https://www.laprensagrafica.com/elsalvador/Los-homicidios-en-El-Salvador-crecen-un-13.5--en-lo-que-va-del-2018-20180328-0051.html>

Ante tan grave ola de violencia, muchas familias optan huir de su lugar de residencia hacia un lugar seguro, mientras que otras son obligadas a salir de sus lugares de origen, dejando consigo toda una vida.

2.5.2.1 MARAS O PANDILLAS EN EL SALVADOR.

“Los conceptos pandilla o “mara” refieren al mismo fenómeno: se trata de agrupaciones formadas mayoritariamente por jóvenes, quienes comparten una identidad social que se refleja principalmente en su nombre.” (OEA, 2007, p. 4)

Tanto las pandillas tradicionales y transnacionales están integradas por jóvenes que comparten una identidad grupal, interactúan a menudo entre ellos y se ven implicados con cierta frecuencia en actividades ilegales. Su identidad social compartida se expresa mediante símbolos y/o gestos (tatuajes, graffiti, señas manuales, etc.), además de reclamar control sobre ciertos asuntos, a menudo, territorios o mercados económicos (Savenije, 2004, citado por OEA 2007, p.4)

Sanchez-Jankowski (2003) citado en POLJUVE, 2009 expresa que: Los expertos no tienen una definición unificada sobre el término pandilla juvenil. Algunos estudios sociológicos presentan a las pandillas juveniles como agrupaciones de jóvenes “desviados” o “antisociales” que cometen actos delictivos; y otros las definen como agrupaciones de individuos que viven en la pobreza y la marginación, encontrando en las pandillas, un grupo social que ofrece una alternativa de identidad y elevar su autoestima.

Muchos autores suelen establecer relación entre los conceptos pandilla juvenil y pandilla callejera, mientras otros suelen establecer diferencias; en el caso de El Salvador el concepto de pandilla callejera puede resultar más atinado dado que los pandilleros permanecen mucho tiempo dentro de estas, siendo un porcentaje significativo de estos jóvenes³² pero también de personas de mayor edad. *Otra razón es que el ámbito de la calle es una característica fundamental más importante que la edad para entender a las pandillas y/o el actuar violento o*

³² De acuerdo con LEPINA Joven se clasifica entre las edades de 15 a 29 años.

delincuencia de grupos predominantemente formados por jóvenes (Klein, 1995: 21; Snyder, Reid & Patterson, 2003: 37 vitados por OEA, 2007, p. 5)

En su mayoría, los victimarios son hombres jóvenes entre 20 a 30 años, con mentalidad violenta, machista y personalidad impulsiva, orientada al incumplimiento y quebrantamiento de las normas sociales, lo cual los lleva a perder el respeto a la vida y a la integridad de otras personas, facilitando la autoría de hechos delictivos que lleven intrínsecos la crueldad extrema. (ORMUSA, 2008).

Para el 2009, el nuevo diario.com.ni³³, hace mención sobre las cifras estimadas de integrantes de las pandillas, además de asegurar que para ese año las eran las responsables del 60% de los homicidios cometidos en el país, además de extorsionar a comerciantes y traficar con armas y drogas. Así mismo asegura que las pandillas con mayor número de miembros en ese periodo eran la Mara Salvatrucha o MS-13 y su acérrima rival la Mara 18 o M-18, que juntas reúnen a unos 11.000 miembros, aunque la policía cree que la cifra podría llegar a los 18.000, explican.

Seis años más tarde, el periódico digital La Nación, hace énfasis que para el 2015, se estiman que en el país centroamericano hay entre 30.000 y 60.000 pandilleros³⁴ y cerca de medio millón de personas vinculadas a la estructura criminal de las pandillas. Las dos agrupaciones principales son la Mara Salvatrucha y la pandilla Barrio 18 (que está dividida en dos grupos: los Sureños y los Revolucionarios).

Así mismo hacen referencia a la organización de dichas pandillas, lo cual lo describen como: *“Grupos barriales, de entre 10 y 60 personas, que controlan la actividad criminal en un territorio específico. Las clicas tienen cierta autonomía en*

³³ El nuevo diario (2009) Las 'maras', eje de la violencia criminal en El Salvador y CA. 27. Disponible en: <https://www.elnuevodiario.com.ni/internacionales/58051-maras-eje-violencia-criminal-salvador-ca/>

³⁴ Arias, Gustavo (2015) La Nación: Así funcionan las pandillas en El Salvador. 8 de agosto de 2015. disponible en: <https://www.nacion.com/el-mundo/politica/asi-funcionan-las-pandillas-en-el-salvador/MOKLTQVST5GORALFVU3V6E6ZWM/story/>

el control de su zona, pero las cabecillas responden a liderazgos zonales y nacionales”.

Por lo que describen que dichas agrupaciones ilícitas tienen como objetivo fundamental el control territorial y el manejo de los mercados ilegales con la intención de generar recursos. Además, pretenden estar preparados para desafiar al Estado mediante la confrontación violenta.

Algo que es muy importante de mencionar es lo que describe el mismo periodista, y es sobre quienes se ven beneficiados con la violencia, y hace mención de tres figuras que se mencionan a continuación:

1. *“Las empresas de seguridad privada y los comerciantes de armas son dos de los grupos que más se benefician con la violencia, dichas compañías son cada vez más rentables en El Salvador. Además, existen grupos informales que han vivido de la violencia desde la guerra de los 80, como escuadrones informales de vigilancia”.*
2. *“El crimen organizado internacional también se beneficia porque las pandillas crean una cortina de humo para sus actividades, la preocupación central de las autoridades es la violencia callejera de las pandillas, no el crimen organizado.”*
3. *“Finalmente, otro grupo que saca provecho es el de los políticos que toman como bandera la "mano dura" contra los pandilleros, ya que es un mensaje que tiene mucho impacto electoral en El Salvador”.*

Por lo anterior se puede evidenciar la poca intervención por parte del Estado y la sociedad en general de resolver el problema de las pandillas, por lo que según Arias (2015), citado en el diario digital La nación, “así funcionan las maras en El Salvador”, Plantea: *“la idea de un trabajo a mediano plazo que incluya al menos los siguientes puntos: diálogo con las pandillas, planes de reinserción social, combate a la corrupción, mejoras en el sistema carcelario y un reenfoque en el modelo de desarrollo para que se preocupe más por los grandes segmentos de la sociedad”.*

2.6 DESPLAZAMIENTO FORZADO EN AMÉRICA LATINA.

El desplazamiento forzado se ha convertido en una problemática muy frecuente y alarmante que está afectando a miles de personas en el mundo.

Hoy en día millones de latinoamericanos están sujetos a diario a una violencia armada, organizada y perversa. Escapando de eso, cientos de miles de ciudadanos huyen. El crimen organizado – que toma la forma de grandes carteles de la droga, pandillas urbanas, narcos locales, y ejércitos privados – es la nueva fuente del desplazamiento forzado en la región.

El crimen organizado desplaza para sacar del medio a personas o grupos que representan un obstáculo a sus fines delictivos; desplaza para ocupar territorios claves para el tráfico de drogas, personas, armas u otra mercancía. Desplaza al tratar de reclutar nuevos miembros y desplaza para mostrar su poder.

Los desplazados internos están entre las personas más vulnerables del mundo. A diferencia de los refugiados, los desplazados internos no cruzan fronteras internacionales en busca de seguridad y protección, sino que permanecen dentro de su propio país. En determinadas circunstancias, pueden ser obligados a huir por las mismas razones de los refugiados (conflicto armado, violencia generalizada, violaciones de los derechos humanos), con la diferencia que los desplazados internos permanecen bajo la protección de su gobierno, aun en los casos en que el mismo gobierno se convierte en una de las causas de su huida.

ACNUR³⁵ en su informe Tendencias Globales 2016 reporta que hubo 31,1 millones de nuevos casos de desplazamiento interno provocados por los conflictos, la violencia y los desastres. Esto equivale a una persona obligada a huir de su hogar cada segundo.

³⁵ ACNUR (Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados) y la protección de los desplazados internos. Retomado de: <http://www.acnur.org>

2.7. EL DESPLAZAMIENTO FORZADO EN EL SALVADOR

2.7.1. ANTECEDENTES DEL DESPLAZAMIENTO ANTES DEL CONFLICTO ARMADO.

El desplazamiento no es un hecho nuevo en nuestro país, durante el período colonial, las políticas relacionadas con el uso de la tierra determinaron la distribución de los asentamientos humanos en el territorio. Entre las figuras creadas para este fin se citan a la encomienda, los repartimientos y los pueblos de indios, el poder político-administrativo, el comercio y los servicios básicos se ubicaban en las ciudades mayores, las que posteriormente se convirtieron en núcleos urbanos. La independencia y el desarrollo del capitalismo repercutieron directamente en los procesos económicos y sociales, y por añadidura en los procesos poblacionales del país, al insertarse en el mercado mundial como productor y exportador de café. La hacienda cafetalera se expandió a costa de los ejidos³⁶ y de tierras comunales destinadas a la economía de subsistencia durante la colonia, induciéndose una movilidad de fuerza de trabajo. (CSUCA, 1978, p25-26 citado por Moran; s.f.).

En siglo XX, la movilidad y crecimiento de la población se vinculan a facetas históricas, económicas, políticas o sociales. Primero con el modelo agro-exportador basado en el cultivo del café, algodón y caña de azúcar; luego con el proceso de industrialización que se inicia a finales de la década de los 50. En los 70s, debido a la crisis del Mercado Común Centroamericano y el alza de los precios de los hidrocarburos y con el conflicto armado interno de los años 80's (Morales, 1995, p.642 citado por Morales; s.f.)

2.7.2 EL CONFLICTO ARMADO COMO FACTOR DE DESPLAZAMIENTO FORZADO.

Hace algunos años atrás, El Salvador entró por un camino escabroso y difícil, a uno de los capítulos más oscuros de su historia y que lo marcaría en ese momento hasta la actualidad. En las montañas a las afueras de la ciudad, se escuchaban las balas, estallaban bombas y morían centenares de salvadoreños. En algunos

³⁶ Ejidos: Término utilizado para referirse al terreno comunal a las afueras de un pueblo que se labora en común en actividades agrícolas, ganaderas, forestales o de otra índole.

puntos del país se cometieron muchos crímenes contra hombres, mujeres y niños. Bombas, balas, sangre, muertos fueron parte de la vida cotidiana durante el conflicto. Acusados de pertenecer a uno u otro bando (el ejército o la guerrilla) muchos campesinos decidieron dejar sus hogares, dejar sus campiñas y cultivos, para esconderse o refugiarse donde fuese. Fueron desplazados por resguardar sus vidas y las de sus familias. Se dirigieron a las ciudades, a la orilla de los ríos, o a pequeñas comunidades marginales que con el tiempo crecieron y se convirtieron en colonias legales. Muchos otros no solo fueron desplazados sino que se convirtieron en migrantes y lograron llegar hasta los Estados Unidos, Canadá, Australia, Suecia, Italia entre otros países.

De acuerdo con algunos investigadores, identifican cuatro acontecimientos que dieron lugar a los fuertes movimientos de desplazados y refugiados. La primera oleada se da en Marzo de 1980 con la implementación de la reforma agraria. El segundo movimiento en Enero de 1981 con la “Ofensiva Final” lanzada por el FMLN. Otro más en 1983 con el cambio de táctica de la guerrillera al conformar ejércitos más grandes y militarizados, la cuarta oleada con la intensificación de los bombardeos masivos en las zonas conflictivas por parte del ejército salvadoreño a mediados de 1984. (Instituto, 1985, p. 81; Montes, 1985, p. 13, citados por Moran, s.f.)

2.7.3 LA VIOLENCIA ORGANIZADA COMO CAUSAL DE DESPLAZAMIENTO FORZADO EN LA ACTUALIDAD.

En los últimos años las cifras de asesinatos en nuestro país se han sido alarmantes; Marroquín (2017) con fuentes de la PNC, señala que 5,278 personas murieron a raíz de la violencia en el 2016; así también Marroquín (2018) menciona que la violencia acabó con la vida de 3,954 personas durante el año recién finalizado, 2017, según cifras de la Policía Nacional Civil (PNC). Eso significa que el año pasado se registró un promedio de 11 homicidios por día.

Siendo los homicidios una crisis epidemiológica para nuestro país y una grave afectación al tejido social, estos altos niveles de violencia se adjudican a actividades de grupos relacionados con pandillas y crimen organizado; de forma

paralela a esto, suelen suceder otros fenómenos relacionados con estos grupos delincuenciales como: agresiones sexuales, robos, desapariciones forzadas, extorsiones que afectan a la población, pero que también son un causal para otro fenómeno social que nos es nuevo para la nación, “el desplazamiento forzado.”

En la actualidad el desplazamiento no ha quedado en el olvido, de acuerdo con Valencia Cervantes, Daniel; Cabezas, Oscar (Sala Negra, 2012):

“En los suburbios de El Salvador hay cientos de casas abandonadas, desmanteladas, en colonias manchadas por los grafitos de la Mara Salvatrucha o de la pandilla Barrio 18. Esas casas cuentan el drama de cientos de familias que viven en silencio sus propias historias de violencia: las de los desplazados por las pandillas”.

Este fenómeno ha generado un impacto negativo a la economía de las familias o comunidades completas que han abandonado sus hogares, dejando atrás no solo bienes materiales sino también sitios con mucho significado psicológico, es decir, un lugar donde la persona colocó afecto, empeño, expectativas a futuro, en otras palabras quedan destruidos proyectos de vida de familias, al verse forzadas a abandonar sus sitios de origen y desarrollo. Pero también se ve afectada la educación de muchos niños y jóvenes que han tenido que abandonar su formación académica y sus círculos de amigos.

A diario decenas de familias salvadoreñas son obligadas a dejar sus hogares para no convertirse en un dato más de las dramáticas estadísticas de homicidios que se registran en el país. Según el Fondo Social para la Vivienda (FSV) en los últimos seis años unas 647 familias han abandonado apresuradamente sus domicilios por amenazas, extorsiones u homicidios hacia sus familiares, por parte de las pandillas. En situaciones parecidas, otras 110 familias con casas financiadas por el Fondo Nacional para la Vivienda (FONAVIPO) también han tenido que dejar sus

casas (El Diario de Hoy, 2016; citado por Informe sobre situación de desplazamiento forzado por violencia generalizada El Salvador).³⁷

De acuerdo con Torres (2017) *San Salvador y La Libertad son los departamentos donde más personas se han visto obligadas a abandonar sus hogares producto de la violencia generada por las pandillas*. De 138 familias desplazadas registradas en el Informe sobre Desplazamiento Forzado efectuado por la PDDH, detalla que el 27 % de fue provocado por la pandilla MS, 12 % por la pandilla 18 y un 4% por la PNC o Grupos Militares.

La PDDH presentó por segunda vez un informe sobre desplazamiento forzado interno. En 2016, la institución había registrado 124 casos para un periodo comprendido entre abril de 2014 y abril de 2016. En aquella ocasión, la institución habló de 124 casos y 427 personas afectadas. El 13 de diciembre de 2017, la institución presentó otro informe, esta vez preliminar, en torno a casos registrados entre 2016 y 2017. El documento consigna 138 casos que han afectado a 458 personas (...) Las víctimas han relatado a la PDDH que la principal causa del desplazamiento forzado son las amenazas de muerte, los amedrentamientos, intentos de homicidio o el homicidio de algún familiar, hechos en su mayoría reprochados a las pandillas, en un 89 por ciento. Los departamentos con más casos denunciados son San Salvador, Usulután, Cuscatlán y La Unión.³⁸ Pero ¿Qué es lo que conlleva a los grupos delincuenciales a desplazar a las personas?

En el informe anual 2014-2015 la Procuraduría manifestó que:

“Situaciones como amenazas a la vida, extorsiones y presión para los adolescentes y jóvenes para unirse a pandillas delincuenciales han provocado un incremento de los casos de desplazamiento interno de familias enteras... Esta limitación vulnera y revictimiza a la población ya afectada, que se ven obligados a dejar su hogar, su comunidad, su entorno, y hasta su familia extendida. En el caso de las niñas, niños y adolescentes, además de lo anterior también se ven

³⁷<http://www.movilidadhumana.com/wp-content/uploads/2016/03/Informe-sobre-Situaci%C3%B3n-de-Desplazamiento-Forzado-en-El-Salvador.pdf>

³⁸https://elfaro.net/es/201712/el_salvador/21280/PDDH-a-S%C3%A1nchez-Cer%C3%A9n-los-desplazamientos-forzados-son-un-problema-nacional.htm

obligados a separarse de su centro educativo y de sus amigos y amigas como única opción para proteger sus vidas” (p.35)

De acuerdo con el equipo de la UAP³⁹ Cruz Roja Delegación de España, los causales del desplazamiento forzado son: homicidios, desapariciones forzadas, violencia sexual, extorsiones, amenazas, presiones para unirse a las pandillas, el lugar de residencia (por ser puntos estratégicos para las pandillas), problemas con los cuerpos armados (militares y policías).

En los diferentes medios de comunicación, se han podido evidenciar “éxodos” de familias (como los medios llaman al fenómeno del desplazamiento) que han tenido que renunciar a sus hogares y círculos sociales; por ejemplo:

En el 2010 muchas familias abandonaron el Cantón el Guaje⁴⁰, Soyapango luego de una ola de 20 asesinatos (entre estos civiles y miembros de grupos delictivos) de acuerdo con las autoridades esto ha sido una estrategia de los grupos delincuenciales para conquistar territorio; unos años más tarde la situación no acaba, para el 2016⁴¹ se registra que: en el mes de septiembre 40 familias huyeron del Cantón El Cedro, Panchimalco por amenazas de la MS; ese mismo mes, 50 familias abandonaron el caserío El Castaño, Caluco, Sonsonate; para el mes de Octubre 20 familias desalojaron sus viviendas en los condominios Jardines De las Américas del Barrio San Jacinto, San Salvador, por amenazas de la MS. Para el año 2017 de acuerdo con fuentes periodísticas⁴² en el Cantón El Transito, municipio de Yucuaiquín, La Unión donde se tuvo un registro de 35 casas abandonadas producto de amenazas, extorsiones y robos; estos son algunos de los muchos casos de desplazamiento que los grupos delictivos han ocasionado (Ver Gráfico 2) que se han presentado a través de los medios, existiendo muchos más sin registrar.

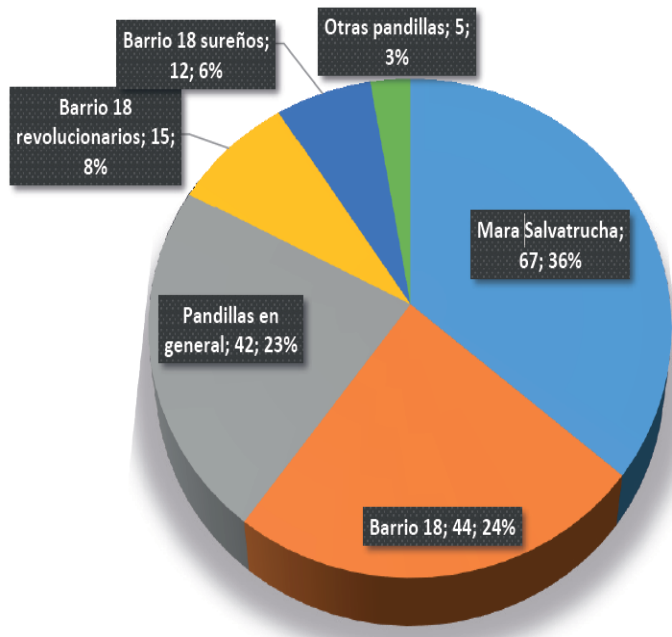
³⁹ Entrevista realizada al equipo de la Unidad de Atención Psicosocial (UAP), Cruz Roja delegación de España (Ver Anexo E Vaciado de entrevistas)

⁴⁰Noticia disponible en: http://archivo.elsalvador.com/mwedh/nota/nota_completa.asp?idCat=6358&idArt=5131312

⁴¹ Datos Retomados de: López (2016) 7 Casos de éxodo que las pandillas han provocado (...) disponible en: <http://www.elsalvador.com/noticias/nacional/204653/los-7-casos-de-exodo-que-las-pandillas-han-provocado-en-lo-que-va-del-2016/>

⁴² Datos recuperados de: <https://www.laprensagrafica.com/elsalvador/Familias-huyeron-de-canton-por-pandilla-20170826-0070.html>

GRAFICO 2. CAUSAS DEL DESPLAZAMIENTO FORZADO.



Fuente: Observatorio de Sociedad Civil sobre Desplazamiento Interno por Violencia Generalizada en El Salvador.

Aun así, con todo lo anterior, El Estado no reconoce oficialmente al fenómeno del desplazamiento forzado hasta esta fecha. Lo que causa la invisibilización y minimización de la trágica situación que este grupo de personas atraviesa e impide el diseño y ejecución de políticas públicas y programas específicos que garanticen la protección, la salud mental y física, el respaldo y asistencia legal; por ende, se

puede establecer una doble violación de los derechos humanos de estas personas; por un lado la obstaculización de derecho a la vivienda, a la libertad, por parte de los grupos delincuenciales; y en el otro extremo la falta de reconocimiento y apoyo del Estado Salvadoreño.

Por todo ello, no existen cifras exactas de desplazados, puesto que el gobierno se niega a aceptar esta problemática, a tal punto que casos concretos de personas que recurren por ayuda ante instancias públicas no son registradas. Hasta el momento no existen instituciones gubernamentales que faciliten asistencia y aborden directamente esta problemática, únicamente ONG prestan algunos servicios de este tipo.

“El desplazamiento forzado por violencia es un fenómeno que no quiere reconocer el Gobierno porque implica que ha perdido el control de algunos territorios...” (Andrade, 2015, p. 6; Citada por Informe sobre situación de desplazamiento forzado por violencia generalizada, Mesa de Sociedad Civil).

2.8. CONSECUENCIAS DEL DESPLAZAMIENTO FORZADO.

Las familias que viven en zonas fuertemente afectadas por el accionar de pandillas experimentan múltiples violaciones a sus derechos y ante la amenaza de perder la vida o la de sus integrantes, se ven obligados a huir de sus residencias, sus comunidades o incluso del país. Esto implica el deterioro de las condiciones de vida, el abandono de la vivienda, el desarraigo, la ruptura de su entorno familiar y social, la deserción escolar, el desempleo y el aislamiento entre otras situaciones de vulnerabilidad acentuada.⁴³

De acuerdo con el Consejo Nacional de Seguridad Ciudadana y Convivencia (CNSCC), en su informe 2018⁴⁴, denominado Caracterización de la Movilidad⁴⁵ Interna a Causa de la Violencia en El Salvador, hace mención del impacto que tiene para las familias el fenómeno del desplazamiento, y lo describe de la siguiente manera:

“El abandono repentino de sus bienes y sus oportunidades de educación y empleo, la modificación de vínculos sociales y familiares y los riesgos latentes de protección producidos por los hechos de violencia del que fueron víctimas, genera vulnerabilidades específicas para la población que pueden afectar sustancialmente su cotidianidad y estabilidad en diversos ámbitos de vida (p.28)”.

Así mismo, hace mención de los diferentes impactos para las víctimas como lo son el impacto a nivel familiar o social, económico, patrimonial y psicológico, que se describen a continuación.

⁴³ Mesa de la Sociedad Civil Contra Desplazamiento forzado por Violencia y Crimen Organizado (s.f.) *Informe testimonial de Desplazamiento Forzado en el Salvador, enfocado en Niñez, Adolescencia y Juventud*, disponible en <http://sspas.org.sv/wp-content/uploads/2016/06/Informe-testimonial-sobre-desplazamiento-forzado.pdf>

⁴⁴ Consejo Nacional de Seguridad Ciudadana y Convivencia, Marzo 2018, Caracterización de la Movilidad Interna a Causa de la Violencia en El Salvador. Disponible en: <http://www.seguridad.gob.sv/caracterizacion-de-la-movilidad-interna-a-causa-de-la-violencia-en-el-salvador/>

⁴⁵ Es importante hacer referencia que ante la falta de reconocimiento legal del desplazamiento forzado, el Consejo Nacional de Seguridad Ciudadana y Convivencia hace mención sobre la “movilidad humana a causa de la violencia”, para minimizar el fenómeno, sin embargo se puede decir que es lo mismo que “desplazamiento forzado a causa de la violencia.”

2.8.1 IMPACTO A NIVEL FAMILIAR Y SOCIAL.

Según el informe 2018, del Nacional de Seguridad Ciudadana y Convivencia hace referencia a que: *“el desplazamiento forzado por violencia tiene implicaciones marcadas en el ámbito de la familia, que afectan la estructura de la misma, dado que algunas pueden verse obligadas a separarse, ya sea antes o después de tener como desplazarse, como mecanismo de prevención”.*

Además menciona que *“las personas y familias que se ven obligadas a desplazarse usualmente llegan a los lugares de recepción con pocos o ningún recurso, por lo que se pueden ver obligadas a alquilar viviendas precarias o asentarse en zonas ilegales, en condiciones de inseguridad jurídica de tenencia, o a buscar acogida con familiares o conocidos, lo que puede generar situaciones de hacinamiento” (p.2).*

A lo anterior se le agrega que estas familias en muchas ocasiones no tienen redes de apoyo por lo que están doblemente abandonadas. Así mismo la situación de violencia e impunidad por parte de las pandillas en las comunidades, provoca el desplazamiento forzado, implicando para las familias o algún integrante de la misma el abandono de la vivienda y con ello la afectación en las diferentes áreas de sus vidas, tales como el trabajo, el estudio, vida social, actividades de ocio y distracción, trayendo como consecuencia la deserción escolar, la desintegración familiar, la ruptura del plan de vida, el abandono de sus trabajos y el desempleo exponiendo a las personas frente a una situación precaria en el ámbito social y económico.

Así mismo es importante mencionar que las personas que sufren el desplazamiento forzado deciden hacerlo mediante la invisibilización, ya sea por miedo o por considerar que es más seguro para ellos que no se conozca la situación que viven porque ello podría facilitar a sus perseguidores sus movimientos o ubicación.

2.8.2 IMPACTO A NIVEL ECONÓMICO.

Ser una persona desplazada forzosamente por las diferentes manifestaciones de violencia que se ejercen en El Salvador y el poco acceso al empleo genera una situación de vulneración acentuada, tanto por la falta de protección ante amenazas y acciones concretas de actores armados como por la dificultad, debido a la inestabilidad en la que permanecen, de obtener ingresos económicos que les permitan acceder a otros derechos fundamentales tales como el derecho a la alimentación, a la vivienda, a la salud, a la educación, entre otros.

El Consejo de Seguridad Ciudadana y Convivencia (2018) explica:

“Que las familias desplazadas se pueden ver afectadas en cuanto acceso de oportunidades económicas, particularmente para aquellas personas que deben abandonar sus fuentes de ingreso a consecuencia de la desplazamiento. Esto las puede llevar a recurrir a trabajos con menor remuneración y en condiciones de informalidad, restringiendo sus posibilidades de recuperarse y desarrollarse económicamente (p.28)”.

Por su parte la Mesa de la Sociedad Civil Contra Desplazamiento forzado por Violencia y Crimen Organizado (s.f.), en su El Informe Testimonial de Desplazamiento Forzado en El Salvador, enfocado en Niñez, Adolescencia y Juventud, menciona que los testimonios de las familias de niños, niñas, adolescentes y jóvenes sobrevivientes de la violencia generalizada manifiestan que: *“el desplazamiento forzado implica el abandono del empleo, despidos injustificados, multas y descuentos para pagar las extorsiones de las pandillas. Las constantes amenazas y la experiencia de haber sido desplazado forzosamente crea una situación agobiante que afecta directamente en las dinámicas laborales de las familias salvadoreñas (p.30)”.*

Las extorsiones perturban la situación laboral de las personas que han sido víctimas de desplazamiento forzado. Las personas son obligadas a negociar entre su integridad física y moral o parte de sus salarios y productos del lugar donde trabajan.

El mismo informe encontró que al verse amenazados de muerte y teniendo días o hasta un par de horas para huir de sus comunidades y salvar sus vidas, las personas se ven forzadas a faltar o a abandonar sus trabajos y aunque ellas justifiquen la falta, las multas siempre son aplicadas disminuyéndoles el salario por no haber asistido al trabajo.

El acceso al empleo es un derecho fundamental y está estrechamente relacionado con otros derechos como la salud, la educación, la vivienda, la alimentación, etc. Sin embargo, la situación de desplazamiento forzado a causa de violencia generalizada desarrolla un sentimiento desmesurado de temor en las personas. Esto dificulta el acceso al trabajo, su situación de marginalización les obliga a trasladarse por diferentes territorios dominados por pandillas en donde son susceptibles a extorsiones o asesinatos, esto incide en el poco o nulo acceso a la actividad laboral que tienen las familias internamente desplazadas.

De acuerdo con el Consejo Nacional de Seguridad Ciudadana y Convivencia (2018), explica que en lo que respecta al acceso al empleo o fuentes de ingreso, genera un gran impacto de carácter económico, afectando de tal grado que implica que mayores integrantes de la familia salgan en busca de trabajo, para lograr cubrir las necesidades básicas de la familia y los nuevos gastos en que deben incurrir. Así mismo menciona que también los hijos se ven obligados a incorporarse en el ámbito laboral, para contribuir al sostenimiento del hogar, aunque esto implique el abandono de los estudios (p.35).

El problema aumenta cuando estas personas son “invisibilizadas”, no se les brinda una atención por parte de ninguna instancia del Estado para resolver su situación y se les niega su derecho al trabajo y al acceso a la justicia colocándolos en una situación de mayor vulnerabilidad. El riesgo de tener sus derechos laborales violentados aumenta y les impide adquirir ingresos económicos afectándoles y exponiéndoles a una situación precaria en el ámbito social y económico.

2.8.3 IMPACTO A NIVEL PATRIMONIAL.

El informe sobre Caracterización de la Movilidad Interna a Causa de la Violencia en El Salvador (2018), realizado por el Consejo Nacional de Seguridad Ciudadana

y Convivencia hace referencia en cuanto a las pérdidas patrimoniales de bienes y de vivienda. En este sentido también explica que la población afectada se ven obligadas a abandonar sus bienes y propiedades tales como la casa, las tierras, cultivos, ganados, etc.; y en muchos casos se ven usurpados una vez huyen de su lugar de origen. Así también los impactos son menores en cuanto a otro tipo de bienes que son más fáciles de vender o de traer consigo mismo o vender previo al desplazamiento como sus mobiliarios.

2.8.4 IMPACTO A NIVEL PSICOLÓGICO.

Según Beristain⁴⁶, las violaciones de derechos humanos y sus consecuencias suponen experiencias traumáticas en el sentido de que conllevan un sentimiento de ruptura en la continuidad de la vida, y marcan un antes y un después en la vida de las personas afectadas. Frecuentemente la persona sufre un daño de larga duración o en muchos casos permanente.

Además, las experiencias traumáticas de desplazamiento forzado suponen un cuestionamiento profundo del sentido de la vida y se vuelven, en muchas ocasiones, inenarrables. Las víctimas no encuentran palabras para expresarlas, o sienten que no se va a entender en profundidad lo que les ha sucedido y la dimensión en que esto ha golpeado sus vidas. Por otra parte, las personas víctimas del desplazamiento forzado pueden revivir las experiencias sufridas en forma de recuerdos traumáticos, aún mucho tiempo después de los hechos. La persona puede sentir que su vida queda así atada a dicha experiencia, sin poder poner distancia emocional o sin poder llevar a cabo un cierto cierre psicológico que le permita mirar hacia adelante. Ya que la situación actual de violencia y los pocos recursos económicos no les permite movilizarse a un lugar seguro, sino más bien salen de un lugar “X” para un lugar “Y” que es igual o peor de peligroso que el anterior. Lo que a la larga trae como consecuencias desajustes psicopatológicos que afectan todas la áreas de sus vidas.

⁴⁶Beristain, (2010), Manual sobre Perspectiva Psicosocial Social de Investigación de Derechos Humanos, España, disponible en: <https://cejil.org/es/manual-perspectiva-psicosocial-investigacion-derechos-humanos>

Una vez las personas han sido víctima de desplazamiento forzado, sus vidas no volverán a ser las mismas, para la mayoría de personas se ven afectadas en el sentido que experimentan sentimientos de culpa, tristeza, incertidumbre, ira, ansiedad, estrés elevado o hasta cuestionarse la decisión de huir, entre otras. Los duelos provocados por los hechos sufridos suelen no elaborarse, debido a la urgencia de movilizarse del lugar de vivienda. Todo esto puede generar una grave situación emocional que no es afrontada por las víctimas, pues se ven en la obligación de asegurar primero su supervivencia, tal como lo explica El Informe sobre Caracterización de la Movilidad Interna a Causa de la Violencia en El Salvador (2018).

2.8.4.1 RELACIONES INTERPERSONALES.

Dentro de las relaciones interpersonales es importante mencionar que se ven afectados todos los miembros del núcleo familiar. El desplazamiento forzado no siempre es de grupos familiares completos, en algunos casos las amenazas van dirigidas a una persona en específico y es solamente esa persona quien es obligada a desplazarse. Los niños, niñas, adolescentes y jóvenes cuyos padres, madres y/u otro miembro de su familia han sido víctimas de la violencia generalizada se ven enfrentados a una situación de desintegración familiar, esto afecta directamente a sus vidas y a su desarrollo.

La relación entre los padres e hijos se vuelve disfuncional, ya que el padre sobreprotege a los hijos debido a las exigencias de las pandillas, pues estas quieren que los menores colaboren en hechos delictivos, el reclutamiento forzoso, el sometimiento de jóvenes para servicios sexuales a los líderes de las pandillas y las amenazas directas en contra de sus vidas; lo anterior hace que los padres de familia muchas veces acompañen a sus hijos a cualquier lugar que el adolescente tenga que atender como centros escolares, de salud, de recreación, etc.

Otro problema frecuente que suele darse en las relaciones interpersonales es el poca vida social que puedan tener, ya que una vez se han desplazado viven con el temor a ser perseguidos o encontrados, por lo que optan por salir de casa solamente que sea necesario, de lo contrario optan por el confinamiento en sus

hogares, puesto que si se sobrepasa una frontera invisible puesta por las pandillas se corre el peligro de morir. Los desplazados ya no hablan con los vecinos, van de la casa al trabajo o a la escuela y viceversa, tienen pocas redes de apoyo, no disfrutan de actividades de ocio y distracción, y si lo hacen tienden a sentir cierta desconfianza o temor por sus vidas. Sus relaciones sociales se ven truncadas, ya que no se puede ser amigo de nadie, si se les habla a los muchachos las autoridades policiales suelen confundirlos y arremeten contra ellos, y si es lo contrario su vida corre peligro porque la pandilla piensa que los están denunciando.

2.8.4.2 AFECTACIÓN COGNITIVA (PENSAMIENTO).

De acuerdo con Tobar et al. (s.f.) El pensamiento lógico-racional consiste en un flujo de ideas símbolos y asociaciones dirigidas hacia una meta, iniciadas por un problema o tarea y conducentes a una conclusión adaptada a la realidad.

El pensar es una capacidad intelectual propia de los seres humanos a diferencia del resto de seres vivos. El pensamiento es el resultado de un conjunto de operaciones mentales como análisis, síntesis, comparación, abstracción, generalización y concreción.

Siendo así el pensamiento una función imprescindible en la vida de los seres humanos, puede hacerse el parangón de éste con el combustible de un automóvil; es decir, sin el pensamiento sería imposible efectuar muchas actividades. No obstante, muchas veces se ve obstaculizado por ideas que transitan la mente humana, que impiden el desarrollo y desenvolvimiento adecuado de la persona, esto suele suceder por ideas o pensamientos que la persona ha creado por una construcción social o por algún acontecimiento y que algunos teóricos les denominan Distorsiones Cognitivas (Beck) e ideas Irracionales (Ellis).

Cuando una persona ha sufrido el fenómeno del desplazamiento forzado su pensamiento sufre una crisis, reevaluando su entorno, la persona tiene la percepción de poco control sobre su vida, además esta experiencia traumática presume un cuestionamiento de su sistema de creencias sobre el mundo, Dios, su vidas, etc., se vuelve un suceso hermético, del que se vuelve difícil hablar y

expresar; surgen un sin fin de pensamientos rumiantes que a la larga afectan aún más e impiden la superación de la situación traumática vivida. Beristain, (2007) señala:

Las víctimas de hechos traumáticos van a querer tanto olvidar como recordar. Olvidar para tratar de dejar atrás un pasado muy doloroso. Recordar porque el recuerdo de sus familiares muertos o desaparecidos o de las circunstancias de los hechos que han vivido, pueden ser muy importante. Sin embargo, los esfuerzos conscientes por tratar de olvidar tienen en general poco éxito, y se convierten muchas veces en una nueva experiencia estresante. Por otra parte, en el otro extremo, el recuerdo permanente de los mismos hechos o imágenes de lo vivido puede ser también una forma de pensamiento recurrente u obsesivo que no ayuda a enfrentar los hechos o sus consecuencias. (p. 12).

Sumado a los recuerdos, aparecen las distorsiones cognitivas, que al igual que los primeros, imposibilitan el funcionamiento de la persona. Moreno (2009) define las distorsiones cognitivas como:

Esquemas equivocados de interpretar los hechos que generan múltiples consecuencias negativas: alteraciones emocionales como consecuencia de la perjudicial creencia en los pensamientos negativos, conflictos en las relaciones con los demás donde es posible que las interpretaciones erróneas generen conflictos, o en la manera de ver la vida dando lugar a una visión simplista y negativa.

Por su parte Kirchner; Torres y Forns (1998) señalan los principales errores cognitivos según Beck siendo estos:

- **Inferencia arbitraria:** se anticipa una determinada conclusión sin una evidencia que la apoye o incluso con una evidencia contraria.
- **Abstracción Selectiva:** Consiste en centrarse en un detalle extraído fuera de su contexto y basar toda la experiencia en este fragmento.

- **Generalización excesiva:** A partir de uno varios hechos, se llega a una conclusión que se aplicara tanto a situaciones relacionadas como inconexas.
- **Maximización-Minimización:** Va referido al error en calibrar la magnitud de un suceso.
- **Personalización:** Tendencia a atribuirse a uno mismo fenómenos externos sin base real.
- **Pensamiento Dicotómico:** Tendencia a clasificar todas las experiencias en una dos categorías opuestas.

2.8.4.3 AFECTACIÓN DE LOS PROCESOS AFECTIVO EMOCIONALES.

Tobar et al (s.f.) *define afecto como el tono emocional placentero o displacentero que acompaña toda idea.* Vallejo-Nájera citado por Tobar (s.f.) explica:

Emoción “es la respuesta fisiológica pasajera ante un estímulo pasajero mientras que, sentimiento es descrito como, un “estado afectivo elaborado en la consciencia, mediante el aporte de la experiencia, que le confiere caracteres de estabilidad, sujetividad y especificidad individual y cuyo grado de pureza depende de la capacidad comprensiva de cada intelecto y cuya tonalidad depende de las inclinaciones naturales de la personalidad” (p. 24)

Jara y Dörr (2015) compendian algunos de los componentes que suele atribuirse a las emociones siendo estos:

- Apreciaciones cognitivas de la situación (por ejemplo apreciaciones de una situación como amenazadora e incontrolable).
- Estados sentimentales subjetivos (por ejemplo tensión psíquica).
- Alteraciones fisiológicas (por ejemplo, aumento de las palpitaciones del corazón, secreción del sudor).
- Tendencias motivacionales (por ejemplo, deseos de escapar de la situación).
- Comportamiento expresivo (por ejemplo expresión de angustia en el rostro).
- Conducta instrumental, por ejemplo la huida.

Como se ha mencionado anteriormente las emociones surgen ante cualquier estímulo, y ante situaciones de vulneración de derechos humanos como el desplazamiento forzado, no es la excepción, ya que es una situación que genera un conglomerado de emociones, dando origen un daño emocional en las personas, es decir su estado emocional se ve alterado por la situación vivida y a lo cual puede llamársele experiencias traumáticas.

Lo cual Perren-Klinger (1996) citado por Beristain (2007) define experiencias traumáticas como: 1) *un sentimiento de desamparo, de estar a merced de otros, de haber perdido el control sobre la propia vida.* 2) *una ruptura de la propia existencia, una ruptura de un sentimiento de continuidad vital* 3) *y un estrés negativo extremo* (p. 12)

Por su parte Echeburúa (2001) define estas afectaciones emocionales como “daño psicológico” término acuñado por este mismo en sustitución del término jurídico y poco psicológico “daño moral”. Para este autor la afectación emocional atraviesa tres estadios:

“En una primera etapa suele surgir una reacción de sobrecogimiento, con un cierto enturbiamiento de la consciencia y con un embotamiento general, caracterizado por lentitud, un abatimiento general, unos pensamientos de incredulidad y una pobreza de reacciones. En una segunda fase a medida la consciencia se vuelve más penetrante y se diluye el embotamiento producido por el estado de Shock, se abren paso vivencias afectivas de un colorido más dramático: dolor, indignación, rabia, impotencia, culpa, miedo, que se alternan con momentos de profundo abatimiento. Y por último, hay una tendencia a reexperimentar el suceso, ya sea de forma espontánea o por un estímulo concreto asociado (como un ruido, olor, persona, objeto, etc.) o por parte de un estímulo más general” (una festividad, etc.) (p. 140)

Otra respuesta frecuente es la culpa, aunque en muchos casos no tenga una base objetiva. *“La culpa es un sufrimiento psicológico asociado a pensamientos y emociones de tipo auto-acusatorio. Las personas desplazadas que han salido de*

su lugar de origen pueden sentirse culpables por haber podido escapar mientras sus familiares, amigas o amigos murieron” (Beristáin, 2007; p.22)

Deben tomarse en cuenta que la persona afectada por estos traumas (desplazamiento forzado) no es un ente pasivo que ha quedado circunscrita de sus habilidades, recursos personales y mucho menos vislumbrar el suceso trágico suscitado como una cicatriz de por vida de la cual nunca podrán salir adelante y superarlo, es importante tener en cuenta también que estas experiencias de vida negativas afectan a las personas de forma diferente de acuerdo a sus características de personalidad.

2.8.4.4 AFECTACIÓN DE LOS PROCESOS VOLITIVOS, MOTIVACIONALES Y CONDUCTUALES.

a. Procesos Volitivos.

La actividad del ser humano puede ser segmentada en dos tipos de acciones las involuntarias y las voluntarias. Siendo las primeras aquellas que son ejecutas sin una regulación premeditada la cual tiene un carácter impulsivo. Por otra parte las funciones voluntarias son las que se efectúan por medio de la regulación de la consciencia. La mayor parte de las acciones voluntarias se ven supeditadas a la voluntad o actividad volitiva de la personalidad.

La actividad volitiva es definida como una forma de actividad voluntaria que supone la previa consciencia de un fin. Se diferencia de la actividad involuntaria porque en ésta no hay plena consciencia de su personalidad. La actividad volitiva es propia sólo del ser humano, surge y se desarrolla en la interacción del sujeto con el mundo social. La actividad Volitiva está estrechamente ligada a la actividad cognitiva, afectiva y la motivación.⁴⁷

Pero también este proceso psíquico puede verse afectado en personas vulneradas de sus derechos, tal es el caso de personas que han sufrido el fenómeno del desplazamiento forzado, si bien los aspectos cognitivos y afectivos son claves para concretar objetivos o por el contrario para desistir de ellos, en este grupo de personas sus proyectos de vida personales y familiares se han visto destruidos,

⁴⁷ Recuperado de: <https://es.scribd.com/doc/106935202/PROCESOS-VOLITIVOS>

por lo cual llega a existir una poca motivación sumado ello la preocupación excesiva por sus vida y la de su familia que conlleva a que los niveles de voluntad trascienden a niveles paupérrimos, donde las personas en muchas ocasiones pierden la voluntad de luchar, de seguir adelante, de comer, de emprender nuevos proyectos, etc. Situaciones que conducen a alteraciones de la voluntad como la **Abulia, que es definida por Galimberti (1992):**

“Como sinónimo de falta de voluntad y se refiere, o bien a un trastorno de la actividad *intencional*, por lo que el individuo se muestra incapaz de decidir aun cuando se trate de elecciones de escasa importancia, o a una alteración de la *motivación (voluntad)*, por lo que el individuo no es capaz de iniciar o de continuar una acción aun cuando ésta es deseada.” (p. 4)

b. Procesos Motivacionales.

Palmero; Martínez (p.2) citados por Hernández (2012; p. 204) definen Motivación como las *“fuerzas que permiten la ejecución de conductas destinadas a modificar o mantener el curso de la vida de un organismo, mediante la obtención de objetivos que incrementan la probabilidad de supervivencia, tanto en el plano biológico cuanto en el plano social.”*

Toda actividad humana consciente es motivada o causada. Al igual que los procesos volitivos los procesos afectivo-emocionales y cognitivos son claves en la motivación.

Maslow establece una jerarquía de necesidades que el ser humano debe suplir o alcanzar para verse motivado y satisfecho, a esto se le conoce como la pirámide de las necesidades siendo estas: 1. las necesidades fisiológicas, 2. Necesidades de Seguridad, 3. Necesidades Sociales, 4. Necesidades de estimación y 5. Autoactualización o autorrealización⁴⁸.

Ahora, si bien este es un ideal, no se ve reflejado en una persona que ha sido desplazada, pues al huir de su hogar, por su calidad de víctima y por la falta de reconocimiento del Estado, sufre muchas vulneraciones, ya que hay una escasez

⁴⁸ Retomado de Wexley (1990, p. 34)

de alimentos, agua, implementos de higiene, reposo (necesidades fisiológicas), abandono de los sitios de trabajo, falta de ingresos económicos, ausencia de vivienda, falta de atención a la salud física y mental (necesidades de seguridad), ruptura de círculos sociales como familia, comunidad, iglesia (necesidades sociales) culpa, inseguridad, baja autoestima, daños a la dignidad humana, estigmatización (necesidades de estimación), todo ello conlleva a que la persona no se sienta autorrealizada.

C. Afectación Conductual.

- **Agresividad/Violencia.**

Como sea mencionado con anterioridad las personas que han afrontado experiencias traumáticas, en este caso el desplazamiento forzado, atraviesan una alteración en sus emociones, siendo una de las principales la ira o enojo yaciendo ésta como parte de una etapa del proceso de duelo normal ante la pérdida de bienes materiales e inclusive seres queridos. En muchas ocasiones ésta emoción de ira suele traducirse en una exteriorización violenta hacia sí mismo o hacia los demás, resultando una forma inadecuada de poder canalizarla.

- **Consumo de sustancias: Alcoholismo.**

Cuando las personas se ven oprimidas por situaciones agobiantes, estresantes o traumáticas buscan refugios y consuelo, muchas veces en otras personas, en su trabajo, en sus terapeutas, en las instituciones que les proporcionan ayuda siendo algo positivo, otras por el contrario, suelen recurrir al consumo de sustancias psicoactivas que de forma efímera les permiten olvidar sus penas, su tristeza de haber renunciado a sus hogares y círculos sociales de forma involuntaria, convirtiendo a las bebidas embriagantes en sus aliados para dejar de lado el estrés y el dolor; sin embargo, este método lo único que acarrea es mayores conflictos estresantes, ya no es solamente el desplazamiento forzado sino que ahora también comienza a generarse una desintegración familiar o violencia intrafamiliar, sumado a ello se crea una dependencia al alcohol. Como señala Bustos y Guzmán (2012):

El desplazamiento forzado es un evento devastador para la estructura mental de la persona victimada y la de sus familias; en este sentido, el estado de afectación induce a muchas personas al consumo de sustancias psicoactivas tanto de uso legal como ilegal; se debe tomar en cuenta que la decisión de consumir estas sustancias está mediada por los antecedentes y habilidades para confrontar la crisis y los estados traumáticos que devienen de dichas experiencias extremas, aunque no se limitan a ellas (p.2).

2.9. FACTORES ENDÓGENOS Y EXÓGENOS QUE CONTRIBUYEN A LA SUPERACIÓN DEL HECHO TRAUMÁTICO.

Aunque la situación que se viva sea la misma, cada persona la experimenta de forma distinta; en nuestro país miles de personas han sido y están siendo desplazadas forzosamente por los grupos delincuenciales denominados pandillas, este fenómeno social es algo de mucho impacto físico, económico, social y psicológico para las familias, pues pierden sus hogares, objetos materiales, su patrimonio, su proyecto de vida sufre un cambio drástico; esto a su vez les genera ciertas alteraciones psicológicas como el miedo, angustia, ansiedad, depresión, duelo, estrés pos trauma, etc.

Sin embargo, se sabe que los seres humanos contamos con recursos internos que ayudan a la recuperación psicológica y volver a la estabilidad que se había perdido, estos recursos varían de persona a persona.

De igual forma se sabe que el ser humano es un ser social por naturaleza, es así como la redes de apoyo y muchos factores externos también ayudan en el afrontamiento de problemáticas psicológicas.

A continuación se describen algunos de estos factores y su importancia en el afrontamiento del desplazamiento forzado.

2.9.1. FACTORES ENDÓGENOS:

La forma en que las personas afrontan las consecuencias psicológicas del desplazamiento forzado varían de persona a persona y dependiendo de su edad e intensidad del trauma.

Generalmente la respuesta inmediata depende mucho del tipo de temperamento (es innato, se destacan los tipos flemático, colérico, melancólico y sanguíneo) que la persona posee, sin embargo, frente a una amenaza tan latente y cruel como lo son las pandillas las personas han aprendido a “controlarse y ceder” ante la ley y orden de estos grupos delincuenciales, entonces se evidencia la modificación que el carácter (a diferencia del temperamento el carácter es adquirido) ha sufrido en la mayoría de las y los salvadoreños, por la misma condición social de violencia.

Cada persona posee un tipo diferente de personalidad que le ayuda a afrontar el desplazamiento forzado, Bowman (1997) citado en Gaborit (2006) asegura que estas diferencias individuales de personalidad explican mejor las reacciones al trauma.

Las personas con pocas ideas irracionales y una autoestima saludable generalmente tratan de enfocarse en las soluciones, mantenerse optimista (los padres suelen mostrarse fuertes ante los niños, para no generar mayor caos). En el caso de los niños/as el nivel de desarrollo cognitivo y social en el que se encuentre, incidirá directamente en su capacidad de afrontar una situación traumática. Una mayor capacidad cognitiva o social le permite al niño ejercer más control sobre la situación y, por ende, podrá reducir la ansiedad asociada a ella.

Gaborit (2006) explica que aquellas personas que poseen cierta resiliencia al estrés podrán identificar, con cierta facilidad, momentos y formas en las que pueden ejercer control sobre la situación y, en consecuencia, interpretarán el evento como menos traumático.

Garmezy (1991) citado en Becoña (2006) define la resiliencia como *“la capacidad para recuperarse y mantener una conducta adaptativa después del abandono o la incapacidad inicial al iniciarse un evento estresante”*. Es decir el concepto de resiliencia no implica tanto una invulnerabilidad al estrés, sino la habilidad de recuperarse de eventos negativos.

2.9.2. FACTORES EXÓGENOS:

De acuerdo con Gaborit (2006) el contexto social quizá es el más importante que ayuda a que las personas se recuperen en situaciones adversas, es la cantidad de apoyo social que tienen. Este apoyo social tiene una relación directa con la red de relaciones interpersonales que la persona ha desarrollado a lo largo de su vida y con la que cuenta en situaciones normales y de emergencia.

Las redes de apoyo son algo imprescindible para la superación de un trauma, según Norris y Kaniasty (1996) citados por Gaborit (2006) explica que el apoyo social influye en el afrontamiento de tres maneras, ayuda a las personas a:

- A. estructurar situaciones de tal manera que se experimenten menos eventos estresantes en la vida.
- B. desarrollar mejores estrategias de afrontamiento.
- C. buscar y obtener ayuda, especialmente en aquellos momentos en que más se necesita.

Las redes de apoyo son muy importantes, pero la situación se vuelve más difícil para aquellas familias en donde a parte del desplazamiento forzado, también tienen familiares desaparecidos, están siendo extorsionados, han sufrido algún tipo de abuso; se hace un conglomerado de situaciones que impactan de forma más intensa y vuelven el problema más difícil.

Muchas de las personas desplazadas forzosamente se movilizan hacia donde otros familiares o amigos/as, sin embargo, hay una gran cantidad de personas que no tienen dónde ir, es allí donde acuden a ciertas instituciones y organizaciones que proporcionan refugio y ayuda humanitaria.

2.10. MARCO LEGAL Y JURIDÍCO DEL DESPLAZAMIENTO FORZADO.

2.10.1 ÁMBITO INTERNACIONAL.

A nivel mundial existen diferentes organismos que tienen como finalidad velar por la protección de personas desplazadas forzadamente de acuerdo al contexto social que sus naciones atraviesan.

Organismos como El Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR)⁴⁹ que es el organismo de las Naciones Unidas encargado de proteger a los refugiados y desplazados por persecuciones o conflictos y promover soluciones duraderas a su situación, mediante el reasentamiento voluntario en su país de origen o en el de acogida; también organismos como IDMC y NRC⁵⁰ que han promovido la creación a nivel mundial de leyes, políticas e instrumentos normativos sobre desplazamiento interno.

La ONU en el informe del secretario general elaborado para la cumbre: “Una Humanidad: Responsabilidad Compartida” señaló dos áreas de compromiso normativo: 1. “Desarrollar legislaciones, políticas y capacidades nacionales para la protección de las personas desplazadas” y 2. “Adoptar y aplicar marcos jurídicos y políticos regionales y nacionales sobre los desplazamientos internos”

Para ACNUR según su informe, básicamente, hay dos opciones principales para que los Estados regulen su respuesta al desplazamiento interno: mediante la adopción de leyes o políticas independientes centradas específicamente en el tema, o incorporándola en otras leyes. Incluso cuando se adapta una ley o política independiente sobre desplazamiento interno, a menudo funciona como un complemento y por lo general se requiere un cierto grado de racionalización y adaptación de las normativas sectoriales existentes. Cualquiera de estos enfoques es aceptable siempre y cuando implique llevar a cabo discusiones entre todas las partes interesadas y cubra en su totalidad las necesidades de protección de los desplazados internos.

⁴⁹ UNHCR (United Nation High Commissioner for Refugees) ACNUR(Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados)

⁵⁰ IDMC (Internal Displacement Monitoring Centre) NRC(Norwegian Refugee Council)

Así también señala que es posible que se necesiten tomar una serie de pasos adicionales durante el proceso de desarrollo de un marco adecuado. Estos incluyen medidas legislativas para armonizar las disposiciones de un instrumento específico sobre desplazamiento interno con las leyes y políticas sobre cuestiones como la educación, bienestar social, vivienda, salud, documentación civil, tierra y propiedad.

ACNUR sugiere a los Estados que la adopción de instrumentos normativos es una tarea soberana. Sin embargo, se debe tomar un enfoque consultivo con participación de otras partes interesadas durante todo el proceso. La participación de organismos humanitarios y de desarrollo, de las Organizaciones de Sociedad Civil, de los propios desplazados internos y de otras comunidades afectadas por el desplazamiento, ya que esto ayuda a identificar temas de interés y crea el consenso necesario para preparar el camino hacia la adopción y aplicación de un nuevo instrumento. En el desarrollo de instrumentos sobre desplazamiento interno se señalan tres pasos: 1. planificación y coordinación, incluyendo la designación de un centro de coordinación, la asignación de recursos suficientes y la colaboración entre todas las partes interesadas; 2. iniciativas para mejorar los conocimientos y capacidades, tales como la capacitación, actividades de sensibilización y una difusión más amplia y 3. Un seguimiento y evaluación eficaz para medir el progreso e identificar los vacíos e insuficiencias de inmediato.⁵¹

Para ACNUR son importantes en la creación de leyes los Principios Rectores de los Desplazados Internos para cada país, de los cuales se pueden enfatizar en los siguientes⁵²:

- **Principio 3:** *Inciso 1.* Las autoridades nacionales tienen la obligación y la responsabilidad primarias de proporcionar protección y asistencia humanitaria a los desplazados internos que se encuentren en el ámbito de su jurisdicción.
Inciso 2. Los desplazados internos tienen derecho a solicitar y recibir

⁵¹ Retomado de: IDMC/Brookings-LSE, Instrumentos Nacionales sobre Desplazamiento Interno: una Guía para su Desarrollo, septiembre de 2013, disponible en <https://goo.gl/3XvfrK>

⁵² ACNUR(1998) Los Principios Rectores; Disponible en: <http://www.acnur.org/fileadmin/scripts/doc.php?file=fileadmin/Documentos/BDL/2001/0022>

protección y asistencia humanitaria de esas autoridades. No serán perseguidos ni castigados por formular esa solicitud.

- **Principio 18:** 1. Los desplazados internos tienen derecho a un nivel de vida adecuado. 2. Cualesquiera que sean las circunstancias, las autoridades competentes suministrarán a los desplazados internos, como mínimo y sin discriminación, y se cerciorarán de que pueden recibir en condiciones de seguridad: a) alimentos indispensables y agua potable; b) cobijo y alojamiento básicos; c) vestido adecuado; y d) servicios médicos y de saneamiento indispensables; 3. Se tratará en especial de garantizar que las mujeres participen plenamente en la planificación y distribución de estos suministros básicos.
- **Principio 19:** Los desplazados internos enfermos o heridos y los que sufran discapacidades recibirán en la mayor medida posible y con la máxima celeridad la atención y cuidado médicos que requieren, sin distinción alguna salvo por razones exclusivamente médicas. Cuando sea necesario, los desplazados internos tendrán acceso a los servicios *psicológicos* y sociales (...)

La promulgación de leyes y políticas nacionales es testimonio del reconocimiento oficial de un gobierno del problema del desplazamiento interno en su territorio, establece su enfoque para hacerle frente y envía una solicitud a sus socios para colaborar con ese fin (ACNUR, s.f.; p.28)

Otras normativas importantes a señalar son los *Declaración sobre los principios fundamentales de justicia para las víctimas de delitos y del abuso de poder*⁵³ y que resulta importante denotar algunos de sus artículos:

A.-Las víctimas de delitos

1. Se entenderá por "víctimas" las personas que, individual o colectivamente, hayan sufrido daños, inclusive lesiones físicas o mentales, sufrimiento emocional, pérdida financiera o menoscabo sustancial de los derechos fundamentales, como

⁵³ ACNUDH (1985) *Declaración sobre los principios fundamentales de justicia para las víctimas de delitos y del abuso de poder*, Asamblea General, Resolución 40/34. Recuperado de: <http://www.ohchr.org/SP/ProfessionalInterest/Pages/VictimsOfCrimeAndAbuseOfPower.aspx>

consecuencia de acciones u omisiones que violen la legislación penal vigente en los Estados Miembros, incluida la que proscribe el abuso de poder (...)

Acceso a la justicia y trato justo

4. Las víctimas serán tratadas con compasión y respeto por su dignidad. Tendrán derecho al acceso a los mecanismos de la justicia y a una pronta reparación del daño que hayan sufrido, según lo dispuesto en la legislación nacional (...)

6. Se facilitará la adecuación de los procedimientos judiciales y administrativos a las necesidades de las víctimas: **a)** Informando a las víctimas de su papel y del alcance, el desarrollo cronológico y la marcha de las actuaciones, así como de la decisión de sus causas, especialmente cuando se trate de delitos graves y cuando hayan solicitado esa información; **b)** Permitiendo que las opiniones y preocupaciones de las víctimas sean presentadas y examinadas en etapas apropiadas de las actuaciones siempre que estén en juego sus intereses, sin perjuicio del acusado y de acuerdo con el sistema nacional de justicia penal correspondiente; **c)** Prestando asistencia apropiada a las víctimas durante todo el proceso judicial; **d)** Adoptando medidas para minimizar las molestias causadas a las víctimas, proteger su intimidad, en caso necesario, y garantizar su seguridad, así como la de sus familiares y la de los testigos en su favor, contra todo acto de intimidación y represalia; (...)

Resarcimiento

8. Los delincuentes o los terceros responsables de su conducta resarcirán equitativamente, cuando proceda, a las víctimas, sus familiares o las personas a su cargo. Ese resarcimiento comprenderá la devolución de los bienes o el pago por los daños o pérdidas sufridos, el reembolso de los gastos realizados como consecuencia de la victimización, la prestación de servicios y la restitución de derechos.

Indemnización

12. Cuando no sea suficiente la indemnización procedente del delincuente o de otras fuentes, los Estados procurarán indemnizar financieramente: **a)** A las

víctimas de delitos que hayan sufrido importantes lesiones corporales o menoscabo de su salud física o mental como consecuencia de delitos graves; **b)** A la familia, en particular a las personas a cargo, de las víctimas que hayan muerto o hayan quedado física o mentalmente incapacitadas como consecuencia de la victimización.

Asistencia

14. Las víctimas recibirán la asistencia material, médica, *psicológica* y social que sea necesaria, por conducto de los medios gubernamentales, voluntarios, comunitarios y autóctonos.

2.10.2 ÁMBITO NACIONAL.

Al no existir leyes específicas que ratifiquen, reconozcan y atiendan la problemática del desplazamiento forzado interno, se vuelve entonces necesario señalar aquellas normativas que amparan los derechos de las personas víctimas de desplazamiento forzado.

Constitución de la República: Es la norma es fundamental de nuestro país, se encuentra vigente desde 1983 y reconoce a la persona humana como el origen y el fin de la actividad del Estado.

Art. 2 Toda persona tiene derecho a la vida, a la integridad física y moral, a la libertad, a la seguridad, al trabajo, a la **propiedad** y **posesión**, y a ser protegida en la conservación y defensa de los mismos.

Se garantiza el derecho al honor, a la intimidad personal y familiar y a la propia imagen.

Art. 5. Toda persona tiene libertad de entrar, de permanecer en el territorio de la República y salir de éste, salvo las limitaciones que la ley establezca.

Nadie puede ser obligado a cambiar de domicilio o residencia, sino por mandato de autoridad judicial, en los casos especiales y mediante los requisitos que la ley señale (...)

Art. 20. La morada es inviolable y sólo podrá ingresarse a ella por consentimiento de la persona que la habita, por mandato judicial, por flagrante delito o peligro inminente de su perpetración, o por grave riesgo de las personas. La violación de este derecho dará lugar a reclamar indemnización por los daños y perjuicios ocasionados.

Otros artículos que se consideran importantes señalar y tomar en cuenta que garantizan derechos de este segmento poblacional (Desplazados) y que no están siendo cumplidos son: Art. 11, art. 18 (Derechos individuales); art. 32, 34, 35 (Familia); art. 37 (Trabajo y seguridad social); art. 53 (Educación); art. 65 (salud); art. 152-B (LILIC) (ulteriormente detallado).

2.10.2.1 Las respuestas del Estado ante el fenómeno del Desplazamiento Forzado.

- **Limitación Ilegal a la Libertad de Circulación (LILIC).**

En los últimos años el desplazamiento forzado ha sido un tema polémico entre organizaciones de sociedad civil y El Estado cada uno de ellos con diferentes posturas, mientras las primeras buscan su reconocimiento el segundo se niega a aceptarlo e inclusive suele denominarlo con otro categoría (“movilidad humana”). “En los últimos meses tanto la Corte Suprema de Justicia (CSJ), la PDDH, y en marzo de 2018 el Ministerio de Justicia y Seguridad Pública (MJSP) han reconocido en diferente dimensión la existencia de casos de personas en situación de desplazamiento, las primeras instancias incluso han realizado recomendaciones al Ejecutivo, para la creación inmediata de medidas de protección a estas familias.” (Cristosal, 2018, p.22)

Si bien El Estado se ha negado ante dicha problemática, en el año 2017 la asamblea legislativa se dispuso a configurar un delito consignado en el Código Penal denominado **“Limitación Ilegal a la Libertad de Circulación”** (LILIC) art. 152-B el cual reza:

“El que, mediante violencia, intimidación o amenaza sobre las personas o los bienes, impida a otros circular libremente, ingresar, permanecer o salir de cualquier lugar del territorio de la República, será sancionado con prisión de cuatro a ocho años.

En igual sanción incurrirá el que realizare cualquier conducta descrita en el inciso anterior y ésta fuere ejecutada en perjuicio de alguna persona mientras realice o intentare realizar actos de comercio lícito.

Sí la conducta descrita en el inciso anterior fuere realizada por dos o más personas, será sancionado con prisión de seis a diez años. Cuando la violencia, intimidación o amenaza sobre las personas o los bienes se realizaren para obligar a otro a abandonar su lugar de domicilio, residencia, trabajo, estudios o de realización de cualquier actividad lícita, se impondrá la pena de ocho a doce años de prisión.”

Cristosal (2018) acota: “hay que reconocer que como casi todos los delitos implicados en el desplazamiento interno, los niveles de denuncia son bajos y por lo tanto los registros de LILIC pueden mostrar un importante sub-registro” (p.26).

- **Plan El Salvador Seguro (PESS).**

Es importante también señalar una de las políticas públicas ejecutadas por el Estado en los últimos años, y que consta de muchas acciones que si bien son benefactoras para la población no son ejecutadas al cien por cientos de la forma planteada, aun así existen muchos vacios en ella. El PESS (2015) es definido como:

“Un solo Plan, de carácter integral y flexible que consta de cinco ejes y ciento veinticuatro acciones prioritarias, urgentes, de corto, mediano y largo plazo, para enfrentar la violencia y la criminalidad, garantizar el acceso a la justicia y la atención y protección a víctimas” (p. 3)

Una de de sus apuestas señaladas dentro de su informe es el Mejorar la vida de las personas y los territorios para reducir la incidencia e impacto de la violencia y

el crimen. Si bien, cada uno de sus ejes resulta importante conocer, es de retomar el eje 4: atención y protección a víctimas⁵⁴ (detallado en tabla 2)

TABLA 2. EJE CUATRO DEL PLAN EL SALVADOR SEGURO: ATENCIÓN Y PROTECCIÓN A VÍCTIMAS.

Problema.	Los elevados niveles de violencia y criminalidad generan daños psíquicos, físicos y materiales de manera directa a numerosas personas, familias y comunidades quienes no reciben una adecuada y suficiente atención y protección del Estado, lo cual genera pérdida de apoyo y confianza en la institucionalidad
Resultado.	Existe un marco legal y una oferta institucional para garantizar la atención integral y protección a las víctimas con el fin de reducir el impacto del daño provocado por la violencia y criminalidad.
Estrategia.	Construcción de un modelo, una política y un marco legal para la articulación de la oferta institucional orientada a garantizar la atención integral y la protección de las personas, familias y comunidades víctimas de la violencia.

Si bien, es un eje benefactor y plausible, se sabe que no existe un número suficiente de instituciones gubernamentales y no gubernamentales que puedan facilitar la atención a toda la población afectada, muchas veces la población desconoce o desconfía de las instancias públicas, sumado a ello el no reconocimiento del desplazamiento forzado violenta los derechos de esta población y anula la atención adecuada por parte del Estado, es aquí donde resulta importante acotar que ante la falta de reconocimiento no existe un protocolo estandarizado de atención psicológica, legal y social a este segmento poblacional, de manera que cada institución sigue sus protocolos y lineamientos internos.

Ortiz (2017)⁵⁵ entrevistada por Avelar (2017)⁵⁶ expresó que El Estado solo puede ofrecer dos cosas a las víctimas: *“Mandar un operativo policial a la Colonia de la*

⁵⁴ Ver anexo III: Acciones y Estrategias del PESS del Eje IV: Atención y Protección a Víctimas.

⁵⁵ Directora de Atención a Víctimas, Ministerio de Justicia y Seguridad Pública.

Victima para espantar o capturar a los pandilleros que ocasionaron el desplazamiento, o encerrar a la víctima en una casa de seguridad.”

- **Oficinas Locales de Atención a Víctimas (OLAV)**

Asimismo, bajo normativas del Ministerio de Justicia y Seguridad Pública (MJSP) específicamente de Dirección de Atención a Víctimas se crearon las OLAV organismos que tiene de acuerdo con las autoridades como objetivo fortalecer la atención integral de las víctimas de delitos (como cumplimiento a la Acción III del PESS); en el año 2017 se instalaron 19 OLAV en los 14 Departamentos de la Nación. *“Oficinas que procuran la atención integral de las personas víctimas de delitos principalmente en los ámbitos jurídicos, psicológicos y sociales, a fin de buscar su reparación social y evitar la revictimización a futuro”* (Dirección de Atención a Víctimas, 2017).

Sin embargo, el crear mecanismos de atención a víctimas sin un sistema integral estatal que lo respalde y garantice la atención adecuada como las OLAV, que no cuentan recursos especializados, personal capacitado, protocolos de atención adecuados, ni una planificación clara de cómo llegar a alcanzar estos objetivos, es una ruta poco viable (Cristosal, 2018, p. 45)

2.11. AYUDA SOCIAL

Las personas en condición de desplazamiento se ven perturbadas en diversas áreas afectando su calidad de vida, sin embargo el área social es una de las más afectadas, es por eso que se hace necesario el apoyo social en cuanto a la ayuda humanitaria que compense las necesidades básicas de alimentación, salud física y mental, alojamiento, transporte o traslados de emergencia, etc.⁵⁷ Así mismo se debe brindar orientación, asistencia y acompañamiento legal si es necesario.

⁵⁶ Avelar (2017) La Historia de una Mujer sin País (Factum) <http://revistafactum.com/la-historia-de-una-mujer-sin-pais/>

⁵⁷ Para mayor información lea completos los 10 derechos de las personas desplazadas en Colombia, disponible en: <http://m.el tiempo.com/justicia/servicios/10-derechos-de-las-personas-desplazadas-en-colombia-81040>

2.11.1 INSTITUCIONES QUE COOPERAN EN LA AYUDA DEL DESPLAZAMIENTO FORZADO.

Ante la falta del reconocimiento del “*Desplazamiento Forzado Interno*” por parte del Estado, y por ende la falta de creación de políticas públicas y programas especializados para la atención de víctimas de la violencia delictiva, ocasionada mayoritariamente por grupos de pandillas u otros grupos de crimen organizado, la sociedad civil se ha organizado en lo que se llama “Mesa de la Sociedad Civil Contra el Desplazamiento Forzado por Violencia y Crimen Organizado en El Salvador”, la cual está conformada por 14 instituciones las cuales son: Cruz Roja Salvadoreña (CRS), Americans Friends Service Committe (AFSC), Fundación de Estudios para la Aplicación del Derecho (FESPAD), Fundación Cristosal, Fundación Quetzalcoatl, Grupo de Monitoreo Independiente de El Salvador (GMIES), Iglesia Anglicana de El Salvador, Pastoral de Atención al Migrante de la Red de Misioneros de San Carlos Scalabriniano (SIMN), Instituto de Derechos Humanos de la Universidad Centroamericana José Simeón Cañas (IDHUCA), Universidad Tecnológica de El Salvador, Save the Children, Sínodo Luterano Salvadoreño (SLS), Servicio Social Pasionista (SPASS) y Red para Las Migraciones- El Salvador (REDMIGRES).

Dichas organizaciones de la Mesa trabajan en diferentes ámbitos de los Derechos Humanos cada una con su peculiaridad, se involucra a favor de la víctimas del desplazamiento y demanda una mayor atención hacia ellas, a fin de promover acciones que le permitan encontrar soluciones duraderas ante los graves daños ocasionados por los delitos que han tenido que experimentar. Dicha mesa trabaja desde el 2014, desde entonces realiza esfuerzos para atender a las víctimas.

La creación de la mesa surge ante el incremento de casos recibidos en las diversas organizaciones, es decir incremento masivo de personas o familias que buscan apoyo humanitario, por afectación grave a su integridad o seguridad a causa de la violencia. En algunas ocasiones les brindan apoyo psicológico y medico, asesoría y acompañamiento legal, resguardo, alimentación entre otros.

CAPITULO III. METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION.

3.1 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN:

La presente investigación se rige bajo un *diseño de campo*, dado que se basa en la recolección de datos e información directamente de la realidad (de los sujetos investigados), todo ello, sin realizar la manipulación de alguna variable, es decir, se obtiene información sin alterar las condiciones existentes. Así también dicho diseño permite la búsqueda y empleo de documentos secundarios, con los cuales se procedió a la elaboración y estructuración del marco teórico, pero confiriendo relevancia a los datos primarios para poder responder a los objetivos planteados y la búsqueda de una solución al problema planteado (en este caso la solución se refiere a la propuesta de intervención psicoterapéutica grupal planteada en la presente investigación).

3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN.

En cuanto al tipo de estudio la presente, se caracterizó por ser *exploratoria y diagnóstica*, siendo lo primero por pretender familiarizar y abordar un tópico poco investigado y novedoso, y lo segundo como se planteó anteriormente, se buscó establecer un diagnóstico psicológico sobre la problemática que afecta a este segmento de personas y que esto permitiese posteriormente la elaboración de un programa de intervención (protocolo) psicoterapéutico que ayudase a estos individuos en la superación de esta situación social.

3.3 MÉTODO Y TIPO DE MUESTREO.

A. MÉTODO MIXTO.

Integra tanto el enfoque cuantitativo como cualitativo, no solo en la construcción de instrumentos y en la recolección de datos sino en el análisis de estos. El cualitativo, alude a las cualidades, se apoya en describir de forma minuciosa los comportamientos e interacciones de las personas después de haber sufrido un desplazamiento forzado; y además anexa tales experiencias, pensamientos, actitudes, creencias etc. que las víctimas experimentan o manifiestan; por ende es que se dice que la investigación cualitativa hace referencia a las cualidades. Por su parte, el enfoque cuantitativo es aquel que permite examinar los datos de manera numérica (estadística), de manera que la presente hace mención de datos

y estadísticos nacionales y algunos internacionales acerca del fenómeno del desplazamiento forzado, y como producto de dicha investigación se muestra un capítulo de los datos obtenidos con la aplicación de los instrumentos.

B. TIPO DE MUESTREO.

El tipo de muestreo utilizado es “*no probabilístico*” de tipo *intencional* o de *juicio*, ya que la elección de las personas no fue al azar, sino por las características de la investigación; se seleccionaron a personas adultas, víctimas directas o indirectas del desplazamiento forzado y que han sido o están siendo atendidas en la Unidad de Atención Psicosocial de la Cruz Roja Salvadoreña, Delegación de España.

3.4 UNIVERSO Y MUESTRA.

A. UNIVERSO

El universo para la presente investigación son las víctimas directas o indirectas que han sufrido el fenómeno del desplazamiento forzado causado por las pandillas, de las cuales se calcula que aproximadamente 273,036 es el número total de personas desplazadas en 2017 (Cristosal 2018; p. 24).

B. MUESTRA

Los individuos con los que se efectuó el presente estudio han sido personas afectadas por el fenómeno del desplazamiento forzado causado por la violencia por parte de grupos delincuenciales, para efectos de esta investigación se retomó a (30) de ellos, debido a la dificultad para contactar con este tipo de personas y la poca colaboración por parte de las instituciones de la mesa, estas personas fueron 24 mujeres y 6 hombres, cuyas edades oscilan entre 18 a 67 años; con dicha muestra planteada pudo obtenerse un diagnóstico preciso que responde a la propuesta del programa de intervención psicoterapéutico que se detalla más adelante .

3.5 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

A. TÉCNICAS

TÉCNICA DE LA ENCUESTA

Para poder efectuar la presente investigación diagnóstica se hizo uso de la técnica de “*La Encuesta*” para la recolección de datos, en dicha técnica se utiliza un

conjunto de procedimientos estandarizados de investigación mediante los cuales se recoge y analiza una serie de datos de una muestra de casos representativa de una población o universo más amplio, del que se pretende explorar, describir, predecir y/o explicar una serie de características⁵⁸.

Para lo cual se elaboró un cuestionario cuyo objetivo es *conocer la experiencia personal de las víctimas de desplazamiento forzado, e identificar las principales necesidades psicosociales que presentan para poder realizar un diagnóstico específico*, dicho instrumento se dividió en cuatro apartados, 1. *Información general*, que incluye: edad, sexo, lugar de procedencia, número de miembros de la familia, escolaridad, ocupación. 2. *Características del desplazamiento*. Las cuales se pueden mencionar el número de veces que ha sido desplazado, causas por las que fue desplazado, quien o quienes fueron los autores del desplazamiento, la afectación de acuerdo a la edad. 3. *Afectación psicológica: que evalúa las cogniciones, los procesos afectivos emocionales, volitivos, motivacionales, conducta, relaciones interpersonales e intrapersonales y afectación somática*. 4. *Afectación social: Que incluye las áreas de sus vidas que más ha sido afectadas por causa del desplazamiento, por ejemplo: académica, económica, laboral, familiar y otra*. 5. *Observaciones*. Que incluye su aspecto, su actividad y conducta general; su tiempo de aplicación es de aproximadamente es de 20 minutos (ver anexo A).

- **ENTREVISTA SEMI-ESTRUCTURADA:** Se refiere a la comunicación interpersonal establecida entre el investigador y los sujetos expertos en el tema a investigado; a fin de obtener información valiosa y enriquecedora para sustentar el marco teórico.

Dicha entrevista tenía como objetivo indagar información relevante sobre el desplazamiento forzado en nuestro país, así como sus causas y consecuencias, con el fin de obtener una opinión profesional que permitió una ampliación de los conocimientos en relación al tema. Dicho instrumento subdividido en dos partes: 1.

⁵⁸ La encuesta. En: García M, Ibáñez J, Alvira F. El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de Investigación. Madrid: Alianza Universidad Textos, 1993; p. 141-70. Disponible en: <http://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-la-encuesta-como-tecnica-investigacion--13047738>

Datos Generales y 2. Datos Específicos (12 interrogantes) relacionados a las características del desplazamiento forzado (ver anexo B)

B. INSTRUMENTOS.

- **ESCALA DE GRAVEDAD DE SÍNTOMAS DEL TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO:** es una escala cuyo objetivo *medir la afectación y sintomatología de los individuos luego de un suceso traumático*. Consta de 30 reactivos que se segmentan en cuatro niveles de evaluación: 1. La reexperimentación del suceso traumático (5 ítems); 2. Evitación (7 ítems); 3. Aumento de la Activación (5 ítems), y 4. Escala Complementaria (13 ítems) y cuya afectación general, es medida en un rango de 0 a 51 donde entre mayor sea la puntuación obtenida mayor será el grado de afectación (ver anexo C).

3.6 PROCESO DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS

Para la realización de la investigación de *“Las necesidades psicológicas de las víctimas de desplazamiento forzado por la violencia provocada por la delincuencia pandilleril”*, se creó un protocolo de encuesta dirigido a víctimas de desplazamiento forzado, una entrevista semiestructurada para profesionales que atienden a las víctimas y la aplicación de la *Escala de Gravedad de Síntomas del Trastorno de Estrés Posttraumático*.

Para propiciar la validación de los instrumentos se tomó en cuenta lo siguiente:

- a. Evaluar si ambos instrumentos detallados con anterioridad, son aptos para recolectar datos oportunos para la investigación.
- b. Estimar el tiempo preciso de aplicación de cada uno de los ellos.
- c. Verificar la calidad de los instrumentos para comprobar la validez, confiabilidad y eficiencia de este en la información que recolectan.

Por lo que se procedió a realizar un proceso de pilotaje de dichos instrumentos, con seis personas de la muestra y con tres profesionales de la Cruz Roja Salvadoreña de la Unidad de Atención Psicosocial, teniendo como resultado del pilotaje las siguientes modificaciones:

En el caso de la **entrevista semi-estructurada** dirigida a profesionales, no se encontraron dificultades de comprensión de los reactivos que comprendía la entrevista pero si inconvenientes en cuanto a la redacción de los siguientes aspectos en los datos generales:

- Se agregó ¿Cómo ayuda la institución a las víctimas de desplazamiento forzado? y ¿Dónde están ubicados?

En cuanto a las interrogantes se señala lo siguiente:

- **La pregunta 1.** *De acuerdo a sus conocimientos y experiencia ¿Qué se puede entender por desplazamiento forzado?* se cambio por: ¿Ud. ha recibido formación para trabajar con víctimas de desplazamiento forzado? ¿Cómo ha sido su formación?
- En cuanto al **interrogante 3** su redacción cambio de: *¿Con que frecuencia considera que se presenta esta problemática (desplazamiento forzado) en nuestro país?* A: ¿Podría decirnos con qué frecuencia se atienden personas o familias desplazadas en la institución?
- **El ítem 6:** *¿Hay diferencias en la afectación psicológica de los padres, adolescentes y niños? ¿Cómo el desplazamiento forzado los afecta dependiendo su edad o rol familiar?* Fue redactado nuevamente de la forma siguiente: *Cuál es la diferencia en la afectación psicológica del desplazamiento forzado en: padres; niños; adolescentes.*
- La **pregunta 7** la cual decía: *¿Cuál es el rol de las y los psicólogos en la ayuda a las personas que han sufrido el desplazamiento forzado?* fue nuevamente redactada, de la siguiente manera: *¿Cómo puede el/la psicólogo/a ayudar a las víctimas del desplazamiento forzado?.*

Se añadieron las siguientes preguntas:

- *¿Qué acciones realiza la institución en pro de aliviar el sufrimiento de las victimas a corto, mediano y largo plazo?* (en la posición 8);
- *¿Existen protocolos o programas (individuales o grupales) para intervenir a las víctimas? ¿Cómo los trabajan?* (posición 11).

Resultados de **Encuesta a víctimas de desplazamiento forzado**: En el caso de la encuesta NO se encontraron dificultades de comprensión de los reactivos que comprendía dicho instrumento. Sin embargo, aun sin existir problemas de comprensión se añadieron algunos *reactivos*, a continuación se detallan dichas modificaciones y añadiduras:

- En los datos generales: se añadió código y se eliminó el cuadro de datos familiares, ya que eran datos poco relevantes y generaba contratiempo.

En cuanto, a las interrogantes de la primera sección: características del Desplazamiento Forzado, se añadieron las siguientes preguntas:

- ¿Hace cuanto sucedió el hecho? (en la posición 2),
- ¿se ha desplazado más de una vez? ¿Cuántas veces? (en la posición 3);
- ¿A quién/es considera que les ha afectado mas el suceso?
- Asimismo, se añadió un cuadro de sintomatología de afectación psicológica con 34 reactivos, segmentados en 6 áreas (1. Cognitiva, 2. Afectiva, 3. Voluntad y Conducta, 4. Área Interpersonal, 5. Área Intrapersonal, y 6. Área fisiológica).
- Y en por último, se modificó cambiando el apartado 3 de afectación psicosocial, convirtiéndose en el apartado 4 como afectación social, la cual comprende los siguientes puntos: académica, económica, laboral, familiar y otros.

Por medio de la información obtenida en dichos instrumentos, se procedió a realizar los últimos cambios para abordar la muestra para la investigación. Los cambios fueron presentados y aprobados por el docente asesor de tesis,

3.7 RECURSOS

HUMANOS:

- Coordinador General de Proceso de Grado Licenciado Mauricio Evaristo Morales.
- Docente asesor de Trabajo de Grado Lic., y MSC. Marcelino Díaz Menjivar.
- 2 Alumnos Egresados que conforman el equipo de tesis.

- Autoridades de Instituciones que proporcionan ayuda a las víctimas de desplazamiento forzado.
- 30 Víctimas de desplazamiento forzado.

MATERIALES:

- Lápices.
- Lapiceros, Bolígrafos.
- Papel Bond.
- Impresiones y Copias.
- Computadoras.
- Impresoras.
- Tinta.
- Cuadernos de notas.
- Otros.

FINANCIEROS.

Ψ Papelería	\$40.00
Ψ Lápices y lapiceros	\$10.00
Ψ Fotocopias	\$30.00
Ψ Impresiones	\$200.00
Ψ Transporte	\$123.00
Ψ Tabla para encuestas	\$8.00
Ψ Alimentación	\$124.00
Total.	\$535.00

3.8 PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO

A. FASE PREOPERATORIA DE LA INVESTIGACIÓN

Discusión y elección de tema a investigar.

Búsqueda de Docente Asesor.

Primer contacto con la institución

Inscripción del proceso de grado

Presentación y aprobación del tema de investigación

Recopilación de información sobre la temática

Entrega de carta oficial a la institución

Presentación del proyecto a la Institución

Creación del marco teórico

Elaboración de la metodología

B. FASE DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN.

Creación y diseño de instrumentos

Prueba piloto

Elaboración de solicitud para trabajar con víctimas de Cruz Roja Salvadoreña.

Validación de instrumentos

Selección de la muestra

Aplicación de instrumentos

C. FASE DE SISTEMATIZACIÓN DE LA INFORMACIÓN

Análisis e interpretación de resultados

Creación de la propuesta de intervención

Diseño del informe final.

Aprobación del informe final

Defensa del informe final.

3.9 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

No.	Etapas	Febre	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agost
		ro						o
		1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4 5	1 2 3 4	1 2 3 4 5	1 2 3 4
1	Discusión y elección de tema a investigar.	x						
2	Búsqueda de Docente Asesor.		x					
3	Primer contacto con la institución		x					
4	Inscripción del proceso de grado			x				
5	Presentación y aprobación del tema de investigación			x				
6	Recopilación de información sobre la temática			x	x			
7	Entrega de carta oficial a la institución			x				
8	Presentación del proyecto a la Institución			x				
9	Creación del marco teórico			x	x	x	x	x

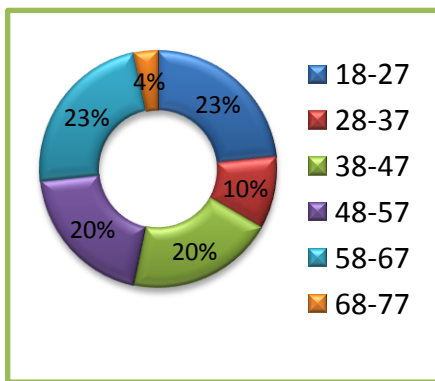
CAPITULO IV: PRESENTACIÓN DE RESULTADOS.

4.1 ANALISIS CUANTITATIVO

A. RESULTADOS DE LA ENCUESTA DIRIGIDA A VICTIMAS DE DESPLAZAMIENTO FORZADO.

A. Datos Generales.

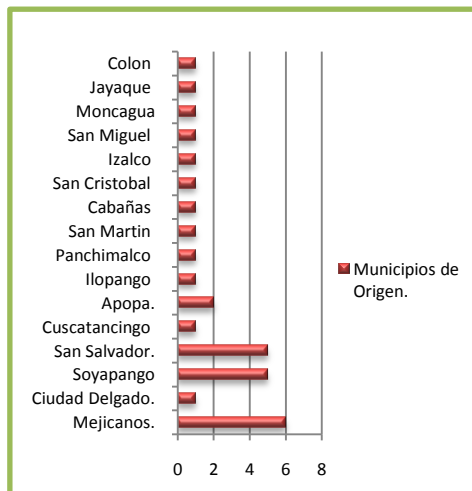
Grafico 1: Edad de las víctimas de desplazamiento.



Explicación: de acuerdo a los resultados obtenidos se pueden observar que las edades más afectadas son personas de **18 a 27 y de 58 a 67 años** lo que indica que son personas en edad productiva, que por causa del desplazamiento han tenido que abandonar sus actividades relacionadas a su edad, así mismo han tenido que abandonar su familia, trabajo amigos, etc. Lo que conlleva a una carga emocional excesiva (estrés) por la frustración de no poder proveer seguridad, protección y satisfacción de necesidades básicas a su familia.

Edades de las personas entrevistadas

Grafico 2: Lugar de procedencia de las victimas de desplazamiento forzado.

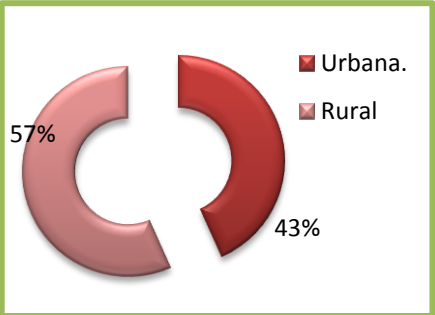


Municipios de residencia

Explicación: La mayoría de la población afectada corresponde al departamento de San Salvador, específicamente algunos del AMSS (Área Metropolitana de San Salvador) y particularmente a municipios que reportan altas tasas de homicidios y de violencia, municipios como Mejicanos, Soyapango, San Salvador, Ilopango, San Martín, Apopa, Ciudad Delgado, Panchimalco, es importante señalar que dichos territorios, son

densamente poblados, y por ende donde existen mayores condiciones de pobreza, hacinamientos, y violencia que generan desplazamientos; no obstante, otros departamentos se ven reflejados dentro de los datos recabados como La Libertad, Sonsonate, Cuscatlán, San Miguel y Cabañas.

Grafico 3: Ubicación de la Vivienda de Origen de las víctimas de Desplazamiento Forzado.

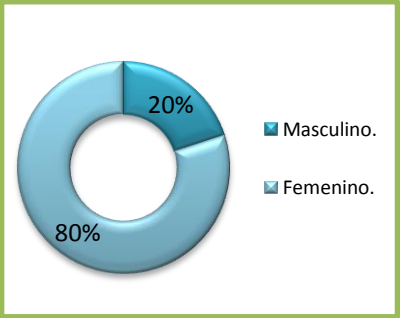


Zona de la vivienda de origen

Explicación: Conforme a los datos recolectados puede denotarse un elevado índice de personas que han dejado sus hogares en la zona rural, siendo personas de pocos recursos económicos dedicados a actividades agrícolas, cafetaleras o ganaderas, en su mayoría estas personas se han reubicado en zona Urbanas lo que ha afectado

sus medios de subsistencias acostumbrados (economía, trabajos), por su parte el restante 43% de las personas proviene de la zona urbana específicamente de áreas densamente pobladas y con elevados índices de violencia (como Mejicanos, Soyapango, entre otros).

Grafico 4: Género de las víctimas que han experimentado desplazamiento forzado.



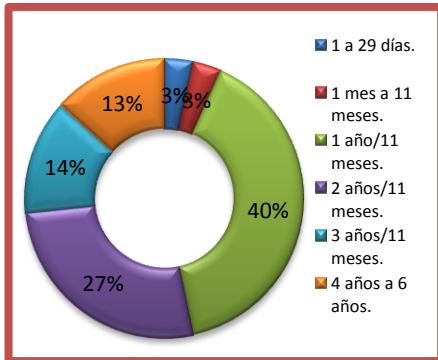
Género de las víctimas.

Interpretación: Conforme los resultados obtenidos la mayoría de la población afectada son mujeres (80%), lo que conlleva a inferir que son mujeres (en su mayoría) las que encabezan los grupos familiares, ya sea por la ausencia (madres solteras), muerte (viudez) o asesinato del conyugue o por no encontrarse el esposo en el momento de la

aplicación del instrumento; por su parte, la población masculina representa un 20%, lo que conlleva a afirmar que: muchos de ellos han sido las víctimas principales de la violencia causal del desplazamiento por ende su ausencia.

B. Características del Desplazamiento Forzado.

Grafico 5: Tiempo en que sucedió el desplazamiento forzado.

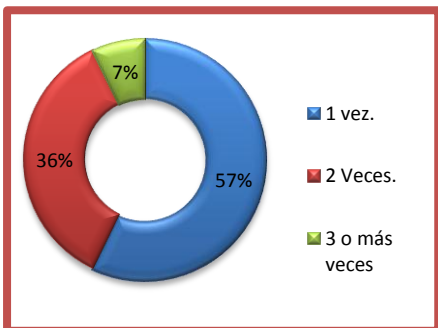


Tiempo transcurrido del desplazamiento forzado

Explicación: De acuerdo a los datos recolectados el tiempo que ha transcurrido del desplazamiento en la muestra es variable de 40% es que el hecho sucedió en un intervalo de 1 año con 11 meses, lo que concuerda con cifras estadísticas que señalan un incremento del

fenómeno del desplazamiento forzado en los últimos dos años (2017-2018). Es importante acotar que la sintomatología de la afectación varía de acuerdo al periodo de tiempo en que haya sucedido el evento traumático (desplazamiento forzado).

Grafico 6: Número de veces que ha ocurrido el desplazamiento forzado.

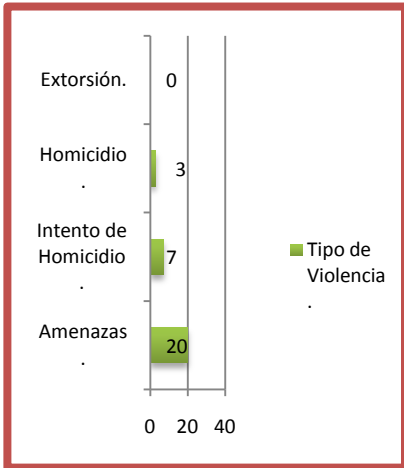


Cantidad de veces que ocurrió el desplazamiento

Explicación: Las cifras indican que un 57% de las víctimas han abandonado una vez sus hogares, lo que ha significado la pérdida de un proyecto de vida familiar, y al mismo tiempo la readaptación a un nuevo lugar; sin embargo, aun siendo cifras menores de un 36% que ha dejado en dos ocasiones su lugar de domicilio y un 7% tres veces o más, es importante señalar que estos dos últimos grupos han sufrido una

afectación psicológica aún mayor ya que sus proyectos de vida han sido quebrantados no solo una vez sino en muchas ocasiones, además de una endeble adaptación e inserción en nuevas comunidades, de las que posteriormente tienen que abandonar y reubicarse en una nueva, lo que genera una carga de estrés, desanimo y recelo en la persona.

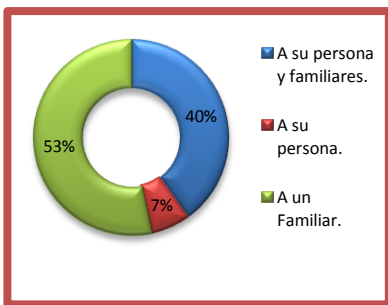
Grafico 7: Tipo de Violencia que generó el desplazamiento forzado en la víctima.



Tipo de violencia

Explicación: Dentro del principal causal del desplazamiento forzado de las víctimas, esta la *amenaza* a muerte por parte de los grupos delincuenciales, delito que en la mayoría de las ocasiones es silenciado por las personas por la falta de confianza en las instituciones del Estado, otros delitos que ocasionan este fenómeno son los *Intentos de Homicidio* con un 23% y el *Homicidio* de un familiar (esposo, hijo/a, nieto/a) con un 10%. Otros delitos que surgen como concausas son la desaparición de un familiar, violaciones, agresiones.

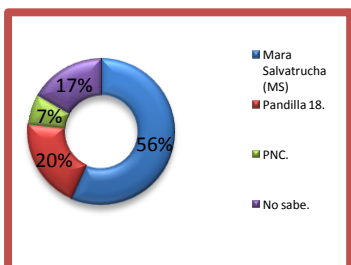
Grafico 8: Sujeto al que se dirigió la violencia que provocó el desplazamiento



Persona a quien se dirigió la violencia

Explicación: El 53% de las personas expresan que la violencia (amenaza, intento de homicidio) se dirigió a un familiar; por su parte, un 40% manifiesta que la violencia fue dirigida a su persona y a un familiar al mismo tiempo; mientras que un 7% indica que la violencia fue dirigida a su persona únicamente; en todos los casos se puede denotar la vulnerabilidad de la población en sufrir cualquier hecho de violencia.

Grafico 9: Perpetradores del desplazamiento forzado.

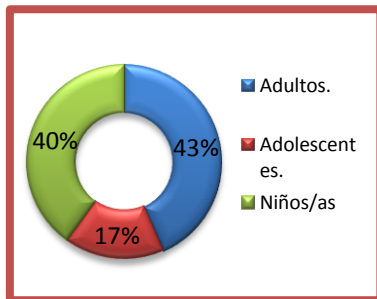


Perpetradores del desplazamiento forzado

Explicación: Los estadísticos revelan que el mayor perpetrador de DF es la Mara Salvatrucha (con un 56%), ya que en los últimos años su dominio y extensión territorial ha aumentado; Un 20% detalla que fue la pandilla 18 la responsable del desplazamiento,

un tercer grupo (17%) afirma no saber quien fue el perpetrador, por temor a represalias; mientras que un 7% manifiesta que el desplazamiento es productos de las autoridades que realizan actividades extrajudiciales.

Grafico 10: Persona a la que más afecta el D.F.



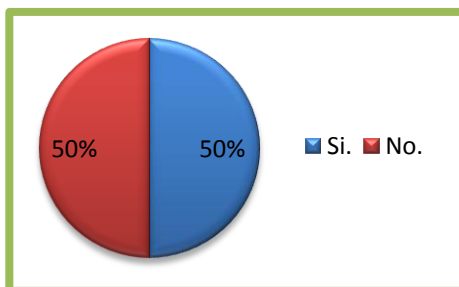
Personas que se ven más afectadas

Explicación: De acuerdo con los datos el 43% de las personas señala que los adultos son los más afectados por el excesivo estrés que acumulan por el hecho traumático sumado a ello el estrés que se genera por no poder suplir necesidades básicas de su familia; un 40% puntualiza que la afectación del desplazamiento recae en los niños/as, ya que se ven obligados a abandonar sus estudios, amigos y rutinas,

etc. Mientras que un 17% señalan que la mayor afectación recae sobre adolescentes quienes después de ser desplazados se producen sentimientos de frustración, limitaciones, experiencias dolorosas y además rompe los vínculos sociales y familiares lo que conlleva a los adolescentes a la difusión de su identidad, es decir, crisis emocionales que dificultan su desarrollo y crecimiento personal.

C. Afectación Psicológica.

Grafico 11: Área de Afectación Cognitiva de la víctima de Desplazamiento Forzado (D.F.).



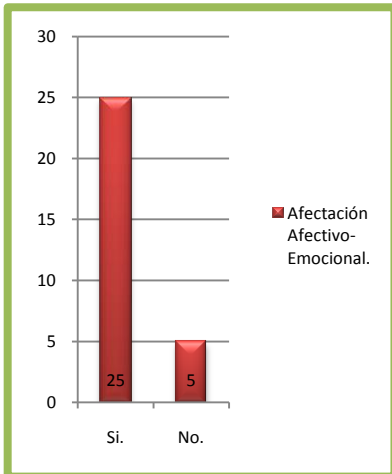
Afectación cognitiva

Explicación: El desplazamiento forzado es un suceso traumático que genera múltiples consecuencias, entre ellas la afectación cognitiva, es decir, la generación o elaboración mental de pensamientos negativos que se caracterizan por su carácter automático e inflexible, se les atribuye una certeza absoluta;

lo anterior se ve reflejado en un 50% de la muestra. Por el contrario el otro 50% de la muestra denota que no tiene afectación cognitiva, probablemente sea así, por

que estos han recibido atención psicoterapéutica que les fue de gran ayuda reestructurando su sistema cognitivo o por sus mismas características de personalidad (resiliencia, optimismo, et.)

Grafico 12: Área de Afectación Afectivo-Emocional de la víctima.

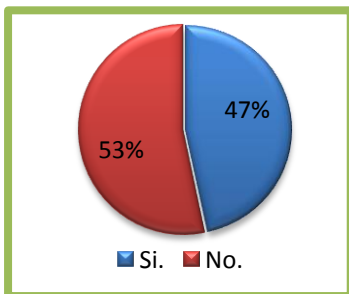


Afectación efectivo-emocional

Explicación: Los resultados reflejan afectaciones emocionales en las personas (75%) mediante síntomas tristeza, desanimo, episodios de ira, represión emotiva, estrés, ansiedad, inadecuación afectiva, temor a la muerte, embotamiento emocional, debido a la pérdida de sus bienes materiales (vivienda) que representaban parte de la identidad de la persona. Un pequeño porcentaje de

un 25% refleja poca o ninguna afectación emocional, posiblemente se deba a la ayuda psicoterapéutica recibida, y/o también a sus características de personalidad, que le proporcionan niveles altos de resiliencia.

Grafico 13: Área de Afectación Volitiva y Conductual en la víctima de D.F.

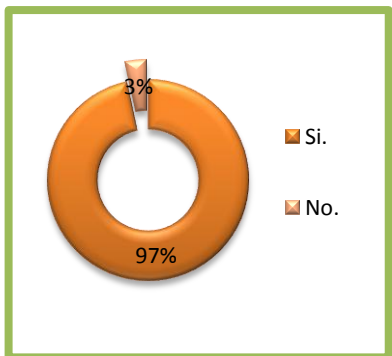


Afectación de los Procesos Volitivos y Conductuales.

Explicación: Cuando las personas han sido víctimas de hechos traumáticos sus estados cognitivos y emocionales se ven alterados lo que repercute también en los procesos volitivos generando un marcado desinterés en la persona en realizar actividades que antes le resultaban placenteras y al mismo tiempo produce sensación de desesperanza que disminuye los estados motivacionales de emprender algo nuevo o algo

ya conocido, síntomas que se encuentra relacionado con un cuadro depresivo y/o de estrés postraumático, alteraciones psicológicas provocadas en la mayoría de casos de desplazamiento forzado, esto se refleja en un 47% de la muestra.

Grafico 14: Área de Afectación de las Relaciones Interpersonales en las víctimas.

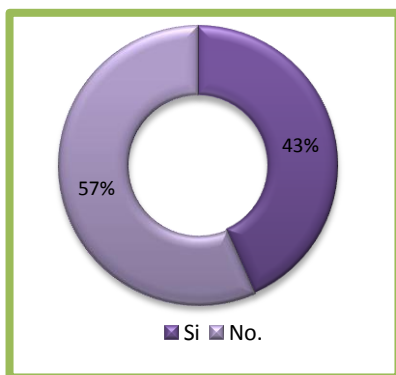


Afectación de las Relaciones Interpersonales

Explicación: Puede observarse que el 97% de las víctimas manifiestan alteraciones en sus vínculos sociales como producto del suceso traumático, el cual genera una percepción profunda de indefensión (el estar a merced de todo tipo de peligros), lo cual se concatena con ideas de persecución, suspicacia (paranoia) situación que es normal ante dicho suceso pero que genera mucha carga afectiva (Estrés); por otra parte es importante señalar que la afectación en

las relaciones interpersonales no se limita únicamente a lo anterior, sino también mediante conductas de aislamiento, ya sea por desconfianza o por encontrar la forma de canalizar las emociones por cuenta propia para evitar contagios emotivos; pero también en otras personas sucede lo contrario pues necesitan de la atención de los demás excesivamente, formando dependencias emocionales excesivas.

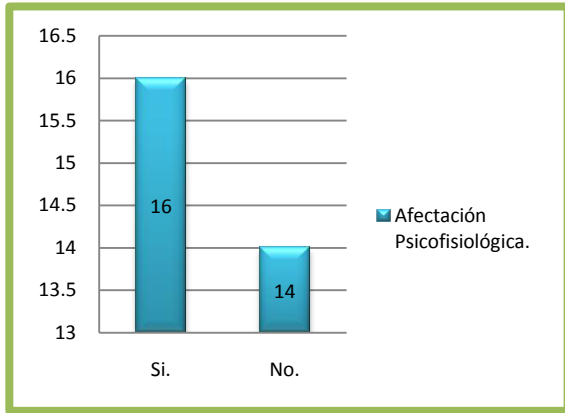
Grafico 15: Área de Afectación Intrapersonal de las víctimas de D.F.



Afectación Intrapersonal.

Explicación: El 43% de las personas entrevistadas muestran afectación a nivel intrapersonal, de acuerdo con el instrumento esto evidenciado a través de sentimientos de inseguridad en sí mismo, sensación de incontrolabilidad (de carecer de control sobre su vida propia y de su futuro) confusión, dificultades en la toma de decisiones, descuido y poca atención del aspecto personal.

Grafico 16: Área de Afectación Psicofisiológica en las víctimas de D.F.



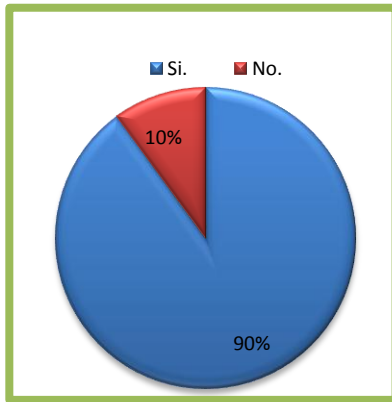
Afectación Psicofisiológica.

Explicación: La conexión entre la mente y el cuerpo es insoslayable, por ende cuando una persona es víctima de un hecho traumático se genera una descompensación mental y emocional que afecta la fisiología de la persona hecho evidenciado en un 53% de la

muestra, como consecuencia de la exacerbación de sus estados emocionales, lo cual provoca reacciones como: cefaleas, pérdida del apetito, insomnio, pesadillas, problemas gastrointestinales, dolores musculares, que a largo plazo pueden desencadenar en las personas enfermedades crónicas como: diabetes, hipertensión arterial, gastritis, enfermedades cutáneas, etc.

D. Afectación Social.

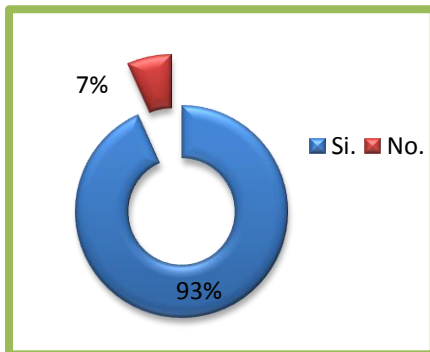
Grafico 17: Afectación en el área escolar o académica en la víctima.



Afectación en el Área Académica.

Explicación: El 90% de las personas indica que el desplazamiento forzado ha generado afectación en el área académica ya que sus hijos han desertado de los centros educativo a causa del desplazamiento forzado, abandonando sus procesos académicos, en algunos casos la pérdida de uno o dos años de estudios, mientras que otros señalan la dificultad de adaptación e inserción de los menores en nuevos centros educativos donde son reubicados.

Grafico 18: Área de Afectación Económica en la víctima.

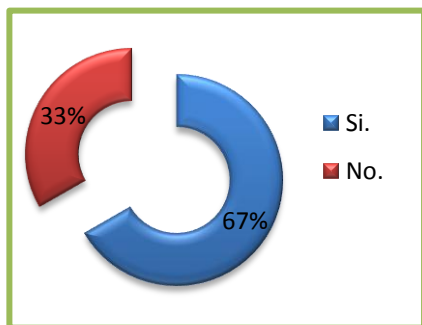


Afectación económica

Explicación: En este rubro el 93% de las personas entrevistadas expresan que hay una marcada afectación a nivel económico, manifestándose ésta a través de dos forma: **1.** que ante el desplazamiento no solamente se abandonó el hogar sino también los empleos, provocando la

búsqueda de uno nuevo, pero con salarios menores, lo que ha ocasionado que las familias experimenten una reducción de sus ingresos. **2.** el nulo ingreso monetario, es decir, la carestía de dinero y por ende de la insatisfacción de las necesidades básicas (alimentación, salud, educación, etc.); en ambos casos la reubicación de un nuevo hogar, se coliga con factores como: desempleo por la falta de experiencia, por el cambio de contexto, por cambio de labores (de un trabajo formal a un trabajo informal).

Grafico 19: Área de Afectación Laboral en la Víctima.

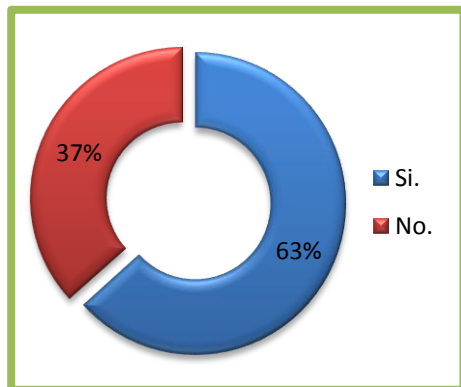


Afectación Laboral.

Explicación: El 67% de las personas expresa que no posee un empleo lo que dificulta su subsistencia y al mismo tiempo le genera estrés, depresión, frustración, estancamiento, sensación de inutilidad; las razones por las que no lo tiene son: la edad (45-70 años), el cambio de vivienda que lo introduce en

un contexto desconocido que le genera paranoia, la falta de experiencia, un ambiente distinto (del campo a la ciudad), la pérdida de negocios y clientela, cambio de labores; es decir, de un empleo formal a un empleo informal, todo ello causa un déficit en los ingresos económicos y genera estilos de vida paupérrimos e insatisfactorios.

Grafico 20: Área de Afectación Familiar en la víctima de desplazamiento.



Afectación en las Relaciones Familiares.

Explicación: Luego a travesar el desplazamiento forzado suelen aparecer pues las tensiones que debilitan o rompen las relaciones, ya que la exacerbación emocional en uno u otro miembro generan muchos conflictos familiares por desacuerdos sobre las crisis económicas, por la culpabilización de lo sucedido a algún miembro de la familia, por comportamientos desafiantes/agresivos de alguien en el círculo

familiar, por discrepancias en la toma de decisiones; el desplazamiento también ha provocado que las familias se desintegren por el asesinato, desaparición, huida o abandono/negligencia de un familiar, así también los traumas de la situación vivida provocan que uno o más miembros se aíslen; todo lo anterior es parte de la dinámica de vida del 63% de la muestra. Por su parte un 37% señala que no existen dificultades en esta área.

e. Observaciones Generales.

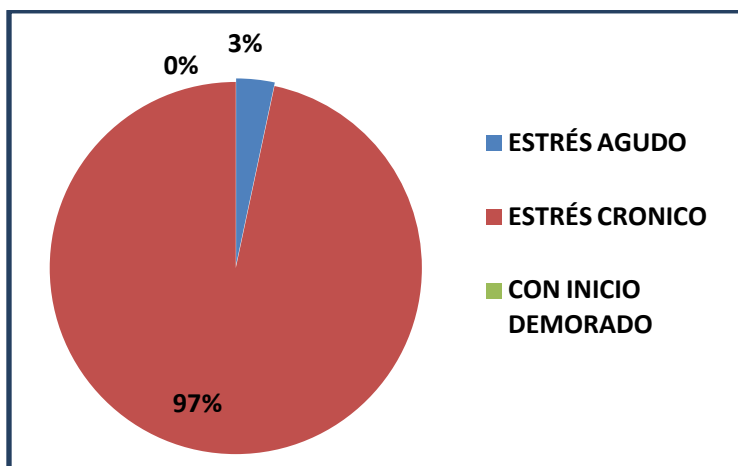
Resultados Generales de la Observación.

De acuerdo con lo observado en la muestra se señala lo siguiente de forma global:

Aspecto.	Vestuario ordenado, hábitos de aseo, vestimenta sencilla y humilde, personas piel morena, estatura promedio, en edades que oscilan entre los 18 a 68 años, 24 del sexo femenino y 6 del sexo masculino, cabello oscuro, de complejiones magras y otras robustas.
Actividad.	El 100% de las personas se desplazan por sus propios medios.
Conducta.	La conducta general denota comportamientos acordes al contexto, ninguna manifestación de patologías psiquiátricas, procesos psicomotores, lingüísticos, mnemotécnicos adecuados, afectaciones en los procesos cognitivas y afectivas, volitivos y motivacionales (normales por la situación traumática), así mismo se observa que los factores endógenos que ayudan a la superación del trauma se encuentran principalmente el temperamento, el carácter, la fe y la resiliencia. Mientras que en los factores exógenos se encontraron las redes de apoyo: la familia, amigos, la iglesia y las instituciones (Cruz Roja Salvadoreña).

B. RESULTADOS DE LA ESCALA DE GRAVEDAD DE LOS SINTOMAS DEL TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO (TEPT)⁵⁹

Grafico 21: Presencia de síntomas de TEPT en las víctimas de desplazamiento.



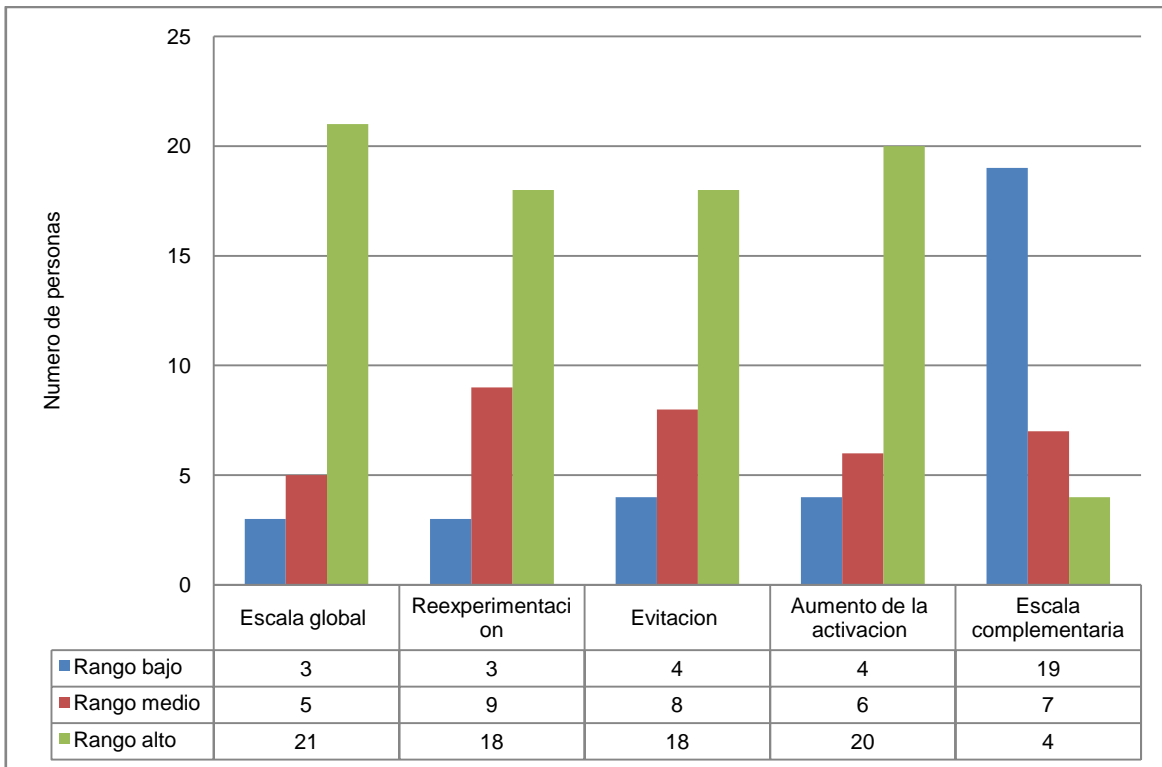
Presencia y gravedad del trastorno de estrés posttraumático según la escala global.

De acuerdo a los resultados obtenidos se puede inferir que el 3% de personas presenta estrés agudo; mientras que el 97% presentan una gravedad en los síntomas denominado estrés crónico, ya que la mayoría de los síntomas se han presentado más de tres meses aun después del evento traumático, y se mantienen variando su intensidad a lo largo del tiempo; esto trae como consecuencia mayores afectaciones en cuanto a *re experimentar* el suceso mediante diferentes formas como recuerdos y sueños desagradables, flashbacks del suceso, etc. Provocando así mucho malestar psicológico que le impide realizar sus actividades cotidianas con normalidad, por lo que decide *evitar* todo aquello que le recuerda el evento, que van desde esfuerzos por ahuyentar los pensamientos como evitar lugares que le evoquen el recuerdo. Así mismo se ve afectada en la *activación* de su cuerpo con respecto a problemas para conciliar el

⁵⁹ Ver anexo G: vaciado de resultados de la escala de gravedad de los síntomas del trastorno de estrés posttraumático

sueño, irritabilidad, falta de concentración y facilidad para alertarse de manera súbita.

Grafico 22. Gravedad de los síntomas del TEPT de las víctimas de Desplazamiento Forzado de acuerdo a las Sub-escalas



Subescalas del Trastorno del Estrés Postraumático y Escala Complementaria

De acuerdo con los datos obtenidos, se infiere que en la escala global predomina, el rango alto, lo que indica que la mayoría de personas presenta un trastorno de estrés postraumático crónico, debido al desplazamiento forzado, el cual ha ocurrido hace cuatro años el más antiguo y 5 meses el más reciente, teniendo en común que la mayoría han sido producto de la violencia social, específicamente la violencia ejercida por pandillas, y han traído como consecuencia diferentes tipos de violencia como lo son amenazas, intento de homicidio a sí mismos o a un familiar, entre otros, generando así diferente sintomatología postraumática como se observa en la subescala de reexperimentación del suceso, con un rango alto, lo

que indica que las personas suelen tener recuerdos recurrentes e intrusivos del acontecimiento que les provocan malestar psicológico intenso. Así también en la subescala de evitación, se observa rango alto, que podría indicar la persistencia de las personas por tratar de evitar los estímulos que les que les recuerden el hecho, trayendo como consecuencia el aislamiento y la pérdida del interés por las actividades que antes realizaban, además se da una ruptura del proyecto de vida y pocas expectativas hacia su futuro. Por otra parte en la subescala de aumento de la activación, predomina el rango alto, que podría ser un indicador de inadecuadas relaciones interpersonales debido a la susceptibilidad de descontrolarse emocionalmente. Por otra parte es importante hacer mención sobre la escala complementaria de las manifestaciones somáticas de la ansiedad, en donde si bien es cierto que el rango que predomina es el bajo, hay que aclarar que para la mayoría de víctimas con ese puntaje ya han transcurrido más de 1 año del suceso, lo que les ha permitido crear estrategias de afrontamiento sobre cómo salir del problema, han reforzado sus redes de apoyo y mejorado sus factores personales como la resiliencia; mientras que para los demás la sintomatología somática es más frecuente porque aun hay negación de lo sucedido, y eso trae como consecuencia ansiedad y miedo hacia el futuro propio y de su familia, ya que no solamente han perdido su hogar, sino también sus empleos, su familia, su estudio, etc. se puede decir entonces que mientras mayor sea el tiempo transcurrido del evento traumático menores indicadores somáticos presentara la persona, y que la superación del mismo también dependerá de los factores personales que posea y de la ayuda social que reciba.

CAPÍTULO V: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.

5.1 ANÁLISIS CUALITATIVO.

En los últimos años la situación de violencia social en El Salvador ha incrementado excesivamente, provocando consigo consecuencias negativas a las personas más vulnerables, tanto social como económicamente; y dentro las consecuencias más latentes pero invisibilizadas se encuentra el fenómeno del desplazamiento forzado, siendo los principales perpetradores las maras o pandillas, que buscan ejercer control territorial mediante diferentes acciones violentas como amenazas, intento de homicidios, asesinatos, lesiones, extorsiones, entre otras. Obligando a las víctimas a abandonar sus viviendas y con ello el valor emocional que dicho inmueble representa para ellos.

Son tantas las formas de violencia, que las víctimas se ven afectadas en el ejercicio de sus derechos humanos, mientras los graves daños físicos, materiales, sociales y psicológicos a los que han sido expuestas quedan sin respuesta oficial, obligándoles a recurrir a redes familiares o sociales para desplazarse internamente ya que el Estado Salvadoreño no reconoce oficialmente el desplazamiento forzado interno causado por violencia, categorizándolo como “Movilidad Interna a Causa de la Violencia”, abordado de forma muy somera, lo que impide asumir eficaz y efectivamente la responsabilidad de brindar asistencia y protección, así como de llevar un registro objetivo de las víctimas del desplazamiento interno por violencia.

Es por tal razón que la presente investigación tuvo como objetivo indagar los factores psicológicos que afectan a las víctimas de desplazamiento forzado, y particularmente conocer el nivel de las experiencias traumáticas que manifiestan después del suceso.

Por ende, para concretar dicho objetivo fue necesario diseñar y aplicar instrumentos de investigación, que permitieron identificar la presencia de los efectos psicológicos y sociales en dicho segmento poblacional; siendo el primero una encuesta dirigida a víctimas de desplazamiento forzado y el segundo la escala de gravedad de síntomas del trastorno de estrés postraumático, con los

cuales pudieron recolectarse datos relevantes y significativos que se mencionan a continuación:

Las víctimas investigadas (muestra), provienen de contextos socio-ambientales inconsistentes y endebles, es decir, son personas de escasos recursos económicos que dejaron atrás lo único y poco que poseían, además de ello, por su misma condición, sus niveles de escolaridad suelen ser bajos y por ende sus labores u ocupaciones diarias son poco remuneradas, son personas con poco o nulo acceso a la salud física y mental, cuyos sistemas familiares en la mayoría de ocasiones son desintegrados. Sumado a ello, los lugares donde residen antes y después del desplazamiento se caracterizan por ser densamente poblados (hacinamientos), con altos índices de criminalidad (comunidades, zonas marginales, zonas rurales), lugares con niveles altos de exclusión y marginación.

Se vuelve entonces importante señalar que la mayoría de las víctimas proceden de zonas rurales y semi-urbanas (marginales) que corresponden al departamento de San Salvador, específicamente algunos municipios pertenecientes al AMSS (Área Metropolitana de San Salvador) y particularmente municipios que reportan altas tasas de homicidios y de violencia, esto último debido a que son lugares que cuentan con poca o nula presencia y control policial.

Como se ha señalado con anterioridad las víctimas de desplazamiento generalmente son **de escasos recursos económicos** dedicadas a actividades agrícolas, cafetaleras o ganaderas, en su mayoría estas personas se ha reubicado en zona urbanas; mientras que en otras familias, sólo se ha desplazado uno o dos miembros por falta de recurso o de redes de apoyo, y los miembros que aún siguen en sus viviendas están resignados al confinamiento dentro de sus casas.

Se ha podido evidenciar que los rangos de edades más afectados en las víctimas son: el primero de los 18 a 27 años (adultez temprana) denotando que la juventud es un factor de riesgo, sumado a ello es una etapa donde las relaciones interpersonales son vitales, las cuales deben generar una sensación de compañía, seguridad y confianza; pero, que el desplazamiento forzado ha destruido, causando sentimientos de soledad y aislamiento y generando síntomas depresivos; el segundo segmento de edades es de 58 a 67 años, edades donde la

persona dedica tiempo a los suyos, donde prioriza una productividad y donde ésta poco a poco va decreciendo, edades donde se visualiza el futuro de la vida propia, de la familia, es el momento donde existe una búsqueda de sentirse necesitado por los demás, el ser y sentirse útil, situación que se ve obstaculizada por el desplazamiento forzado que quebranta su proyecto de vida, el de su familia, donde se abandona o hay cambio de labores, factores que propician una sensación de estancamiento.

Cabe acotar que la afectación de las víctimas de varía de acuerdo a las edades, y es que tanto adultos como adolescentes y niños se ven afectados gravemente pero de diferentes maneras, a los adultos por ejemplo les afecta por el excesivo estrés que acumulan por el hecho traumático y por las precariedades que pueden existir a su alrededor como consecuencia del desplazamiento, por otra parte los niños y adolescentes se ven obligados a cambiar totalmente su estilo de vida y a abandonar sus estudios, amigos y rutinas, etc. lo que trae como consecuencia comportamientos depresivos y cambios emocionales bruscos, en ocasiones se sienten culpables por lo sucedido trayendo como secuela sentimientos de frustración y ruptura en su proyecto de vida.

En cuanto al género de las víctimas, resulta interesante destacar el número significativo de mujeres presentes en la muestra (24 féminas) en comparación al de los hombres (6 individuos), lo que conlleva a inferir que como bien se sabe culturalmente son las mujeres las que se preocupan y se ocupan más por la salud de su familia y la propia; por otra parte, muchas de ellas son las que han asumido la dirección de su hogar o familia (“jefas o cabezas de hogar”), rol adjudicado ya sea porque su pareja ha sido víctima de homicidio o porque éste les abandonó constituyéndose en madre soltera.

La mayoría de estos individuos han sufrido una única vez la experiencia traumática del desplazamiento forzado, lo que ha implicado dejar atrás sus pertenencias, que con trabajo duro y mucho sacrificio construyó; sin embargo otra parte representativa de la muestra ha experimentado dicha situación de violencia dos veces o más, lo que implica una afectación psicológica de mayores

proporciones, dado que sus proyectos de vida han sido quebrantados no sólo una vez sino en muchas ocasiones lo que genera en el individuo desesperanza y una percepción de inestabilidad (poco control de su vida) por lo que rehúye a efectuar planes a largo plazo por temor a ilusionarse y luego volver a romperlos. Pero también puede denotarse una endeble adaptación e inserción de estos individuos en las nuevas comunidades de las que posteriormente tienen que abandonar y reubicarse en una nueva, lo que genera una carga de estrés, desanimo, negativismo, sensación de indefensión y recelo en la persona.

Ahora bien, se hace importante mencionar el **tiempo transcurrido** después del desplazamiento, ya que esto nos permite inferir el nivel de afectación de las personas, y van desde los 20 días hasta los 4 años, y lo cual se puede compaginar con los resultados obtenidos en la Escala de Gravedad de los Síntomas del Trastorno de Estrés Postraumático, donde se evidencia claramente que las víctimas con mayor tiempo transcurrido tienden a tener menos sintomatología traumática, ya que han tenido más tiempo para crear estrategias de afrontamiento sobre cómo salir del problema, han reforzado sus redes de apoyo y mejorado sus factores personales como la resiliencia; mientras que las personas que tienen menos de un año que ha ocurrido el suceso, tienden a aumentar la sintomatología somática ya que aun hay negación de lo sucedido, y eso trae como consecuencia ansiedad y miedo hacia el futuro propio y de su familia, ya que no solamente han perdido su hogar, sino también sus empleos, su familia, su estudio, etc.

Así mismo se debe señalar las diferentes **causales** o tipo de violencia ejercidas para provocar el desplazamiento forzado se encuentran en orden descendente las siguientes: amenazas de muerte por parte de los grupos delincuenciales, delito que en la mayoría de las ocasiones es silenciado por las personas por la falta de confianza en las instituciones del Estado, otros delitos que ocasionan este fenómeno son los intentos de homicidio, ya que en varias ocasiones uno o más miembros de la familia han sobrevivido para contar los hechos, siendo víctimas de violencia extrema como los golpes, disparos con arma de fuego, etc. Mientras que en otras ocasiones se ha perpetrado el homicidio de un familiar (esposo,

hijo/a, nieto/a) generando así el desplazamiento obligatorio, pues la muerte del familiar solo es una amenaza explícita de hacer daños en el futuro, o hacer daño a los demás miembros de la familia, por lo que optan como medida preventiva abandonar su inmueble y proteger a los demás. Otros delitos que surgen como factores son la desaparición de un familiar, violaciones, agresiones.etc. Y estas pueden ir dirigidas hacia la persona, a los familiares o personas cercanas.

Lo más difícil en situaciones de desplazamiento forzado es que **los perpetradores** son las maras o pandillas, grupos delincuenciales con marcadas características psicopatológicas que controlan el territorio, mediante la intimidación por medio de actos delictivos llenos de odio y barbarie, que atemorizan a cualquiera. Pero también hay un número menor pero significativo de desplazamiento forzado a causa de las autoridades como la Policía Nacional Civil (PNC) y La Fuerza Armada de El Salvador (FAES) que realizan actos extrajudiciales, según mencionan las víctimas ellos generan hostigamiento hacia las personas jóvenes que creen que están involucradas o colaboran con las pandillas, en ocasiones los golpean brutalmente, los amenazan y ejercen todo tipo de violencia física, verbal y psicológica, por lo que si los padres o responsables se oponen igualmente les amenazan, y a mediano o largo plazo generan hostigamiento o amenazas frecuentes por lo que optan por buscar otro lugar de residencia, esto es algo muy preocupante porque provienen de instituciones que deberían de combatir los delitos y proveer seguridad a los ciudadanos pero hacen lo contrario; es por eso que las familias deciden huir las veces que sean necesarias sin resistirse o hacer una denuncia, pues de hacerlo traería consecuencias más graves y perturbadoras; al no existir un reconocimiento legal, se carece de políticas públicas que desarrollen planes, estrategias o líneas de acción para la atención y protección a las víctimas, lo que genera indefensión de las mismas e incide negativamente en las oportunidades de protección internacional.

Ante todo lo anteriormente planteado se pueden destacar las siguientes consecuencias producto del desplazamiento forzado encontradas en las víctimas:

A nivel familiar el desplazamiento forzado tiene muchas implicaciones que afectan dicho primer sistema de socialización, dado que la desintegración familiar se vuelve una de las dinámicas y consecuencias más evidentes del desplazamiento, debido a que algunas familias tienen que separarse, ya sea previo o luego de desplazarse como un mecanismo de preservación y resguardo de la vida de uno o todos los miembros, o también por déficits económicos; en otras ocasiones la historia es diferente, uno o más familiares han sido asesinados lo que provoca, primero desplazarse y segundo lidiar con el dolor de la pérdida (duelo) y tercero asumir el rol de la persona ausente (figura de autoridad o proveedor económico). Pero, las afectaciones no acaban ahí, pues dentro de la misma estructura familiar suscitan crisis que alteran la dinámica y tranquilidad de ésta, debido a las excesivas cargas emocionales (estrés) que provoca la experiencia traumática junto con las concausas que le acompañan, provocando el debilitamiento o rompimiento de las relaciones intrafamiliares, ya que la exacerbación emocional en uno u otro miembro generan muchas tensiones y conflictos por desacuerdos sobre las crisis económicas, por la culpabilización de lo sucedido a algún miembro de la familia, por comportamientos desafiantes/agresivos de alguien en el círculo familiar, por discrepancias en la toma de decisiones, por la desesperanza de no saber qué hacer, etc.

A nivel económico y laboral hay que destacar los déficits en los monetarios, particularmente para aquellas personas que deben abandonar sus fuentes de ingreso a consecuencia del desplazamiento. Esto las lleva a recurrir a trabajos con menor remuneración y en condiciones de informalidad, restringiendo sus posibilidades de recuperarse y desarrollarse económicamente. Lo que conlleva a las personas a vivir en condiciones paupérrimas donde no se pueden suplir necesidades básicas como: una alimentación saludable y balanceada, un acceso a la salud física y mental, un momento de recreación y ocio saludable, a la privacidad, la seguridad, la privacidad, el acceso al agua potable, lo que causa en las víctimas descompensaciones emocionales, sentimientos de frustración, síntomas depresivos.

A nivel patrimonial, se puede destacar dos aspectos encontrados en las víctimas investigadas: 1. El abandono definitivo de sus bienes materiales (inmuebles y enseres) ya que es imposible volver a recuperarlos, porque ya no se puede volver ahí, porque de ser así se pone en juego la vida propia, además lo que se dejó atrás en la mayoría de ocasiones es saqueado por los mismos perpetradores que causaron el desplazamiento; 2. Los lugares de destino en los que se han reubicado las víctimas en la mayoría de veces reflejan condiciones deplorables, usualmente llegan a los lugares de recepción con pocos o ningún recursos, por lo que se ven obligadas a alquilar viviendas precarias o asentarse en zonas ilegales, en condiciones de inseguridad jurídica de tenencia, o a buscar acogida con familiares o conocidos, lo que puede generar situaciones de hacinamiento, trayendo consigo diferentes problemáticas en las relaciones interpersonales.

A nivel académico es importante destacar que muchos de los hijos de las víctimas ante el desplazamiento han desertado de sus estudios, abandonando sus procesos académicos, en algunos casos la pérdida de uno o dos años de estudios, mientras que otros señalan la dificultad de adaptación e inserción de los menores en nuevos centros educativos donde son reubicados. Es importante señalar que para los infantes sus hogares y escuela representan sus zonas de seguridad, confianza, recreación, de cohesión e interacción con personas de su mismo nivel (edad), pero el abandono y los cambios drásticos que conlleva esto, pueden ocasionar una afectación en la construcción de su autoestima, provocar sentimientos de soledad, sentimientos de inferioridad, aislamiento, dificultades o trastornos de adaptación.

A nivel psicológico, las consecuencias devienen de la experiencia traumática del desplazamiento forzado, dado que el abandono repentino del hogar rompe vínculos emocionales que atan a la persona con sus posesiones, rompe rutinas a las que el individuo estaba habituado, quebranta la seguridad y privacidad que la persona percibía en su hogar, destruye parte de la identidad de la víctima, sumado a ello en la mayoría de ocasiones un ser querido ha sido asesinado lo que también implica un proceso de duelo (por la pérdida de sus bienes y de su familiar), todo ello, desencadena pensamientos negativistas (pensamientos automáticos), ideas

irracional, recuerdos, reexperimentaciones, sentimientos de culpa, tristeza, incertidumbre, ira, ansiedad, estrés elevado o hasta cuestionarse la decisión de huir, frustración, entre otras. Como se mencionó con anterioridad, el desplazamiento suele provocar duelos por los hechos sufridos, dichos duelos suelen no elaborarse, debido a la urgencia de desplazarse del lugar de vivienda de forma repentina. Todo esto genera una grave perturbación emocional que no es afrontada por las víctimas, pues se ven en la obligación de asegurar primero su vida.

Si bien muchas son las afectaciones y consecuencias del desplazamiento forzado, también resulta importante destacar el papel imprescindible de los factores de protección que pueden permitir la superación de dicha situación, los cuales suelen segmentarse en: **1. Los factores de protección endógenos** aluden a aquellos recursos intrapersonales con los que cuenta cada individuo; y **2. los factores exógenos de protección** que hacen referencia a aquellos aspectos externos al individuo. Los cuales se han visto evidenciados en algunas de las víctimas investigadas a través del contacto directo con estas y la observación, y que se ponen de manifiesto de las siguientes maneras:

- Muchas de las víctimas por sus mismas características de personalidad como el temperamento y el carácter, se sobreponen al suceso traumático aún en las circunstancias más difíciles y críticas con optimismo, seguridad, autoconfianza, autocontrol emocional, asertividad.
- Las habilidades de resiliencia son otra parte fundamental que ayudan a las víctimas en el control de su situación ya que mediante ellas, echan a andar planes y medidas de resolución de conflictos inmediatos, redoblan esfuerzos para mejorar su situación, se vuelven perseverantes, búsqueda de oportunidades (p. ej.: recurrir a instituciones por ayuda).
- La fe es pieza clave en la mayoría de los individuos y la cual les inspira esperanza y anhelo de un mejor futuro tanto para ellos como su familia.
- En cuanto a los factores exógenos se puede destacar tres elementos que ayudan a las víctimas: **1.** el inmenso apoyo familiar que la mayoría de las víctimas recibe, con el tan solo hecho de ser acogidos en un momento difícil, lo

representa una sensación de alivio a las personas; de igual manera el apoyo y estrechamiento de vínculos (unidad familiar) para salir adelante (colaboración entre ellos mismos); **2.** La asistencia a grupos religiosos (iglesia católica/evangélica) que proporciona una sensación de catarsis a las víctimas, una oportunidad de despejar la mente de negativismo y la sensación de confianza y apoyo de un ser exterior (Dios); **3.** El apoyo (monetario, alimenticio), asistencia (jurídico, psicológico y salud física) y respaldo que las instituciones (ONG`s) facilitan a éste segmento poblacional.

5.3 DIAGNÓSTICO DE LAS NECESIDADES PSICOLÓGICAS DE LAS VÍCTIMAS DE DESPLAZAMIENTO FORZADO POR LA VIOLENCIA PROVOCADA POR LA DELINCUENCIA PANDILLERIL.

La presente investigación luego de lo explicitado a lo largo de su fundamentación teórica, de los resultados obtenidos con los instrumentos aplicados (Encuesta y Escala), de la observación y de la cercanía establecida con las víctimas, plantea lo siguiente:

“El desplazamiento forzado es un fenómeno social cuyos índices de incidencia en los últimos años han incrementado notablemente, adyacentemente con ello, son muchas las personas que lo experimentan y las cuales sufren alteraciones en su psiquismo producto de ello. Es importante iniciar señalando que por obvias razones los niveles de motivación de estas personas se ubican en niveles paupérrimos, es decir existe una marcada insatisfacción, sensación que ve determinada por la carestía de múltiples factores sociales, que son inherentes para la vida del ser humano como: la salud, la vivienda, la seguridad, la educación, el trabajo; cuando la persona abandona su hogar forzosamente, en su mayoría pierde todos estos elementos, la reubicación genera un impacto monetario considerable, puesto que el trabajo en muchas ocasiones se pierde, el alimento se vuelve escaso, la frustración se vuelve parte de la dinámica de los desplazados, lo que propicia que experimenten condiciones físicas que pueden volverlos más propensos a enfermarse física y mentalmente.

La experiencia traumática y lo puntualizado anteriormente, han provocado en las personas investigadas una descompensación cognitiva, que ha conllevado a la

elaboración de ideas o pensamientos negativos, que se han aferrado progresivamente y que se han vuelto parte de un ciclo negativo sumergiendo a la persona en estados ansiógenos o depresivos, el desplazamiento ha ocasionado un cambio drástico en los sistemas de creencias de los individuos, donde éste se cuestiona a sí mismo, a los demás, a Dios, a su futuro, buscando establecer responsabilidades y culpas; también es importante señalar la presencia de distorsiones cognitivas que propician la vulnerabilidad de la persona y al mismo tiempo impiden su desarrollo y superación de la experiencia traumática, entre las distorsiones evidenciadas en base al instrumento se encuentran: catastrofismo, negativismo, sobregeneralización; esto, evidenciado en la afirmación de ítems como: “es imposible salir de esto, la vida y el mundo son injustos, últimamente solo pasan ideas o pensamientos negativos por su mente, la vida y el futuro no tienen sentido”.

En cuanto a los procesos afectivo-emocionales, se puede destacar que es la variable con mayores niveles de afectación en la población investigada, ya que la carga emocional que ha recaído en las personas es exorbitante; el desplazamiento ha implicado para los individuos:

- 1. Miedo excesivo y suspicacia, por el hecho de perder la vida y/o la de un familiar, el miedo a no saber dónde ir, en cómo será el lugar donde se reubicará, es ahí donde han surgido sentimientos de indefensión y excesivas ideas paranoides (distorsiones cognitivas) desconfianza excesiva en los demás.*
- 2. Dolor y frustración por el renunciar aquello que con mucho sacrificio construyó (su casa e inmuebles).*
- 3. Rabia e impotencia, manifestada como una crisis, caracterizada por una inestabilidad emocional, con malestares como el desasosiego y la inquietud.*
- 4. Sentimientos de incertidumbre y desconcierto, sobre su vida, su familia y su futuro, ¿qué le depara la vida?*
- 5. Indecisión sobre el que hacer, que acciones tomar, donde recurrir, cómo reaccionar frente a las circunstancias de la vida cotidiana.*
- 6. Desesperanza y negativismo, en pensar que nunca se podrá salir adelante.*

7. *Embotamiento emocional: a muchas de las persona luego de la experiencia traumática se le ha dificultado experimentar o manifestar emociones como alegría, amor, etc.*

8. *Represión emocional, muchos por no provocar contagios emocionales o porque son la cabeza del hogar (“la persona que tiene que ser la más fuerte”) evitan exteriorizar el dolor y la tristeza que llevan consigo.*

9. *Tristeza y melancolía, manifestada por la pérdida de sus bienes materiales, por el asesinato de un familiar que desencadenó el desplazamiento, por las condiciones paupérrimas de vida.*

Otra área afectada son **las relaciones interpersonales** en la cual los individuos manifiestan las siguientes afectaciones:

1. *frágiles vínculos sociales, producido por la desconfianza (paranoia) en los demás, puesto que temen por sus vidas, y el contexto de violencia asfixia a las personas a diario.*

2. *Algunas de las personas tienden a aislarse de los demás, esto relacionado a planteamientos anteriores de ocultar sus emociones.*

3. *Por el contrario unos pocos tienden a manifestar conductas de dependencia emocional.*

En cuanto a su **relación intrapersonal**, algunos de los individuos presentan inseguridad en sí mismos, deficientes habilidades de resiliencia y descuido de su aspecto personal tanto por su limitada situación económica como por una autoestima dañada por la experiencia de vida negativa.

En cuanto a los **procesos volitivos**, se puede evidenciar en los individuos anhedonia es decir la poca voluntad y motivación por realizar actividades que antes les resultaban gratificantes (pérdida del placer) así como visualizar un futuro incierto y sin proyectos (poca motivación).

Por último, es importante subrayar la dialéctica entre mente y cuerpo, manifestada a través de **síntomas fisiológicos** a raíz de la situación sufrida, entre la afectación somatomorfa expresada por las personas se pueden mencionar: cefaleas, pérdida o aumento de apetito, insomnio o hipersomnias, terrores nocturnos, problemas gastrointestinales, dificultades de concentración, dolor y tensiones musculares.

Por tanto, en base al análisis anterior puede decirse el 98% de la población presenta indicadores significativos de los siguientes cuadros clínicos:

A. Estrés postraumático: se encontró en la mayoría de las víctimas estrés crónico, como consecuencia del desplazamiento forzado interno, ya que la sintomatología se ha presentado más de tres meses después del evento traumático, y se mantienen variando su intensidad a lo largo del tiempo; ya sea como experiencia directa con el suceso o por el conocimiento que la violencia a ocurrido a un familiar próximo o a un amigo íntimo, y se manifiesta a través de diferentes síntomas de reexperimentación del suceso mediante flashbacks, o también se manifiesta en la evitación de cualquier estímulos que le recuerde el suceso o la activación somática.

B. Duelo: Es la reacción emocional ante situaciones de pérdida o separación de alguien o algo que guarda mucho significado afectivo para la persona. Ante el desplazamiento forzado la persona ha enfrentado una pérdida real, es decir, su casa, su rutina habitual, el asesinato de un ser querido que provocó el desplazamiento forzado; pero también una pérdida simbólica (sus proyectos de vida, la identidad y los arraigos emocionales que su casa representaba).

B.1. Depresión: dicho cuadro clínico se encuentra estrechamente relacionado al Duelo, siendo parte de una de sus etapas de éste. La depresión, se caracteriza por una combinación de síntomas que interfieren con la capacidad para trabajar, dormir, estudiar, comer, y disfrutar de las actividades que antes resultaban placenteras. La depresión incapacita a la persona y le impide desenvolverse con normalidad. Un episodio de depresión puede ocurrir solo una vez en el curso de vida de una persona, pero mayormente, recurre durante toda su vida.

CAPITULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 CONCLUSIONES.

En base a la información teórica presentada, los datos cuantitativos y cualitativos obtenidos y analizados en dicha investigación, se presentan siguientes conclusiones de carácter general:

- En cuanto al desplazamiento forzado se puede establecer que es un fenómeno social que se ha incrementado en los últimos años como producto de la violencia social, y junto con él las afectaciones psicológicas que produce, las cuales se vuelven parte de la dinámica de la vida de la víctima, en este punto resulta importante subrayar esos efectos psicológicos evidenciados en estas personas, denotando los siguientes: **1.** afectación en los procesos afectivo-emocionales que influyen en bajos estados anímicos, tristeza, ansiedad, embotamiento emocional, represión afectiva, estados de ira, preocupaciones excesivas y temor; **2.** Afectación a nivel cognitivo se ve manifiesta mediante ideas o pensamientos negativistas, catastróficos, exigencias (como debo ser fuerte), visión negativa del futuro, cambio en el sistema de creencias. **3.** Afectaciones Psico-fisiológicas cambios en el apetito, en la higiene del sueño (insomnio, dificultades para conciliar el sueño), cefaleas, problemas gastrointestinales. **4.** Otras afectaciones encontradas son suspicacia en las relaciones interpersonales, aislamiento o dependencia emocional, deficiencias en valía personal. Por tanto, se puede establecer que la salud mental de estas personas se ha visto menoscabada lo cual impide la superación de la experiencia traumática y por ende el crecimiento personal de los individuos.
- Es importante señalar dos aspectos que deben ser precisados en la afectación que representa el Desplazamiento Forzado: Primero, la afectación social de las

personas que lo han experimentado, desde el despojo de sus bienes materiales (viviendas, enseres, etc.) hasta las carestías de sus necesidades básicas, pues el desplazamiento forzado no solo les obliga a renunciar a sus proyectos de vida, sino que en algunos casos impacta negativamente las actividades laborales y por ende el ingreso de las víctimas. Para muchos el desplazamiento ha significado el cambio o la pérdida de trabajo y una disminución o anulación de los ingresos, lo que conlleva a que sus presupuestos se vean circunscritos, y que muchas de sus necesidades básicas no sean suplidas como: una alimentación adecuada, falta o deserción educativa, el deficiente acceso a la salud, la falta de recreación, la ausencia y dificultad para adquirir una nueva vivienda, la poca higiene, y la deficiente privacidad por la vida en hacinamiento, la falta de seguridad, etc. Segundo, lo anterior genera estrés y se suma a la experiencia traumática lo cual genera síntomas que conllevan a las personas a una descompensación emocional que a la larga desarrolla alteraciones psicológicas como estrés agudo, el cual se prolonga y se convierte en estrés postraumático y también se vuelve etiología de cuadros depresivos; por ello, se habla de una afectación psico-social pues ambas variables se encuentran fragmentadas por el impacto del fenómeno.

- Se concluye que muchas son las situaciones o variables que se ven implícitas en el fortalecimiento de las personas, a los cuales se les puede denominar factores de protección, dichos elementos son lo que permiten a las personas no decaer ante la situación de vida tan difícil y los cuales se han visto manifiestos en el contacto con la víctimas, entre estos se pueden mencionar dos tipo: 1. Factores endógenos (propios de la persona) como la fe, la experiencia de vida, la perseverancia, el temperamento, el optimismo, resiliencia y 2. Factores exógenos (externos a la persona) apoyo de la familia, amigos e instituciones de sociedad civil, terapias recibidas.

- Ante todas las situaciones dilucidadas anteriormente, y que representan una crisis social a la que se debe dar una pronta respuesta, nos preguntamos ¿Qué se está haciendo para ayudar a esta población? El Estado quien es el ente principal de ser garante del bienestar social, lejos de garantizar la seguridad, protección y asistencia se preocupa más por ocultar, negar, minimizar y no reconocer la existencia de dicho fenómeno; caso contrario, Organizaciones de Sociedad Civil, proporcionan ayuda a este segmento poblacional mediante asistencia y acompañamientos legales, refugio, alimentos, empoderamiento de derechos y en alguna medida ayuda psicológica; más resulta importante, señalar que no se cuenta con un programa de salud mental que vaya dirigido específicamente al tratamiento de las víctimas del desplazamiento forzado, que permita reducir significativamente la afectación psicológica y social, para poder hacer un cambio dirigido al crecimiento personal. Por lo cual, se propone el programa de psicoterapia grupal “encontrando nuevas esperanzas y visualizando nuevos horizontes” producto de esta tesis de investigación.

6.2 RECOMENDACIONES.

- Se recomienda a las diferentes instituciones que actualmente atienden a la población víctima del desplazamiento forzado, abrir espacios para dar una mayor atención psicológica de carácter individual y grupal, ya que esto permitiría un mejor proceso de afrontamiento y superación de la experiencia traumática. Así mismo, ser más flexibles y brindar información para futuras investigaciones sobre la temática.
- Se recomienda a futuros investigadores del tópico abordado, indagar sobre los efectos psicosociales que afectan a la población infantil y adolescente, así mismo visualizar la caracterización de la misma y con ello crear programas de intervención psicoterapéutica individual y grupal; asimismo se recomienda la búsqueda de instrumentos estandarizados que permitan un diagnóstico preciso de los efectos psicosociales que sufren estas persona.
- Se recomienda al Estado Salvadoreño reconocer a través de decretos legislativos el fenómeno del desplazamiento forzado basándose en los principios rectores de dicho fenómeno declarados por la ONU, y al mismo tiempo crear leyes para la reparar los daños causados, haciendo parte de esto, políticas de asistencia social y psicoterapéutica.
- Se recomienda que la propuesta de intervención producto de esta investigación pueda ser puesta en práctica por la Universidad de El Salvador, siendo aplicada a través de estudiantes de servicio social del Departamento de Psicología y también pueda ser utilizada por Instituciones de Sociedad Civil que atienden a las víctimas.

Bibliografía.

- Acevedo y Flores, (2016) El Desplazamiento Forzado por la Violencia Social como Vulneración de los Derechos Humanos en El Salvador. Tesis de maestría en Derechos Humanos y Educación para la Paz. Universidad de El Salvador, San Salvador.
- ACNUDH (1985) *Declaración sobre los principios fundamentales de justicia para las víctimas de delitos y del abuso de poder*, Asamblea General, Resolución 40/34. Recuperado de <http://www.ohchr.org/SP/ProfessionalInterest/Pages/VictimsOfCrimeAndAbuseOfPower.aspx>
- ACNUR, IDMC, NRC (s.f.) Global Protection Cluster (Marcos Normativos sobre desplazamiento interno) Recuperado de: http://www.globalprotectioncluster.org/_assets/files/tools_and_guidance/Internal%20Displacement/gpc_reg_framework_idp.es.pdf
- Aguilera Torrado, Armando (2003) Las secuelas emocionales del conflicto armado para una política pública de paz; Revista de Ciencias Sociales, Vol.10, ISSN: 1405-1435; Universidad Autónoma del Estado de México, México. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/105/10503102.pdf>
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). (1995). Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-IV-TR. Masson S.A. (*Versión Española*); ISBN 84-458-0297-6, Barcelona, España.
- Andréu, Tomas (2018) Estrategia y Negocios.net “El Salvador perdió la batalla contra las pandillas, el crimen organizado y la corrupción”. Disponible en: <http://www.estrategiaynegocios.net/lasclavesdeldia/1140011-330/el-salvador-perdi%C3%B3-la-batalla-contra-las-pandillas-el-crimen-organizado-y>
- Arias, Gustavo (2015) La Nación: Así funcionan las pandillas en El Salvador. Disponible en: <https://www.nacion.com/el-mundo/politica/asi-funcionan-las-pandillas-en-el-salvador/MOKLTQVST5GORALFVU3V6E6ZWM/story/>
- Astudillo, Wilson; Pérez, T., Magdalena, Ispizua, G., Ángel; Orbegozo, A., Ana (2007) Acompañamiento en el Duelo y Medicina Paliativa; Sociedad Vasca de Cuidado Paliativos, ISBN: 978-84-933596-0-7, España.
- Avelar, Bryan (2017) La Historia de una Mujer sin País; Revista Factum; recuperado de: <http://revistafactum.com/la-historia-de-una-mujer-sin-pais/>
- Becoña, Alisardo, Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto 2006, *Revista de psicopatología y psicología clínica*, Vol: 11 (3) Pág.: 125-146. Recuperado de: <http://aepcp.net/arc/01.2006%283%29.Becon.pdf> Consultado: 19/03/18.
- Beristain, (2010), Manual sobre Perspectiva Psicosocial Social de Investigación de Derechos Humanos, España, disponible en:

<https://cejil.org/es/manual-perspectiva-psicosocial-investigacion-derechos-humanos> extraído el 05/03/2018.

- Bustos Rojas, Juan S.; Guzmán Jiménez, Pamela (2012) Prevalencia de consumo de alcohol y cigarrillo en personas en situación de desplazamiento forzado en el Tolima; Universidad de San Buenaventura Ibagué, Colombia. Disponible en:<http://www.psicologiacientifica.com/prevalencia-consumo-alcohol-cigarrillo-personas-desplazadas/>
- Comisión Mexicana de Defensa y Promoción de los Derechos Humanos A.C. (2014) Desplazamiento Interno Forzado en México. disponible en: <http://www.cmdpdh.org/publicaciones-pdf/cmdpdh-desplazamiento-web.pdf>[Extraído el 15/02/2018.]
- Consejo Centroamericano de Procuradores de Derechos Humanos (2015) “Declaración del Consejo Centroamericano de Procuradores y Procuradoras de Derechos Humanos”. Disponible en: <http://docplayer.es/62022596-Informe-de-registro-de-la-procuraduria-para-la-defensa-de-los-derechos-humanos-sobre-desplazamiento-forzado-derechos-humanos-de-el-salvador.html>
- Consejo Nacional de Seguridad Ciudadana y Convivencia (2018) Caracterización de la Movilidad Interna a Causa de la Violencia en El Salvador. Disponible en: <http://www.seguridad.gob.sv/caracterizacion-de-la-movilidad-interna-a-causa-de-la-violencia-en-el-salvador/>
- Cornejo, Iliana (Noviembre, 27 de 2017) ¿Quiénes son las víctimas de desplazamiento forzado? Diario El Mundo. Recuperado de: <http://elmundo.sv/quienes-las-victimas-de-desplazamiento-forzado/>
- Cristosal (2018) Informe de desplazamiento interno forzado por violencia en El Salvador 2017 (Visibilizar lo Invisible: Huellas Ocultas de la Violencia).
- Dudley, Steve (2013) Insight Crime: Tregua entre pandillas en El Salvador: aspectos positivos y negativos. Disponible en: <https://es.insightcrime.org/investigaciones/los-aspectos-positivos-y-negativos-de-la-tregua-entre-pandillas-en-el-salvador/>
- Echeburúa, Enrique; Corral, Paz de; Amor, Pedro Javier (2002) Evaluación del Daño Psicológico en las Víctimas de Delitos Violentos, Vol.14 ISSN 0214-9915; Universidad del País Vasco, España.
- Gaborit, Mauricio, Desastres y trauma psicológico. Pensamiento Psicológico 2006, *Revistas científicas Javeriana*, Vol. 2 (7), pág. 15-39. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/801/80120703.pdf> Consultado: 19/03/18.
- Galimberti, Umberto (1992) Dìzionario di psicologia; 1ª Ed., Edit. unione tipografico-editrice torinese, ISBN 88-02-04613-1; Turín, Italia (Versión en Español: De Quevedo, María Emilia G. (Traductora), (2002) Ed. Siglo XXI S.A de C.V, México.)

- Halgin, Richard P.; Krauss Whitbourne, Susan (2004) *Psicología de la Anormalidad, perspectivas clínicas sobre desordenes psicológicos (Abnormal Psychology: Clinical Perspectives On Psychological Disorders)* Cuarta Edición, McGraw-Hill Interamericana Editores, S. A. de C. V, ISBN 13: 978-970-10-4019-5, México.
- Hernández Gómez, Adriana (2012) *Procesos Psicológicos básicos*, 1º Ed., ISBN 978-607-733-027-1; Red Tercer Milenio, Estado de México, México.
- Informe Global 2015: Desplazados Internos por conflicto y Violencia. Disponible en <http://www.internal-displacement.org/assets/library/Media/201505-Global-Overview-2015/20150506-GO2015-HL-SP.pdf>. [Extraído el 19/02/2018.
- Informe testimonial de Desplazamiento Forzado en el Salvador, enfocado en Niñez, Adolescencia y Juventud, realizado por la Mesa de la Sociedad Civil Contra Desplazamiento forzado por Violencia y Crimen Organizado, disponible en <http://sspas.org.sv/wp-content/uploads/2016/06/Informe-testimonial-sobre-desplazamiento-forzado.pdf>, extraído el 01/03/2018
- Instituto Nacional de la Salud Mental (National Institute of Mental Health, NIMH) (2009) *Depresión*; Public. No. SP093561. Disponible en: https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/depresion/depresion_38791.pdf
- Jaimes, (2014) *Desplazamiento Forzado y Derechos Humanos*. Tesis para la obtención del grado de doctor. Universidad de Granada. Granada. Disponible en: <https://hera.ugr.es/tesisugr/24308961.pdf> [Extraído el 16/02/2018.]
- Jara, Sonia; Dörr, Anneliese (s.f.) *Procesos Afectivos*; disponible en: https://tuvntana.files.wordpress.com/2015/06/apunte-procesos_afectivos.pdf
- Kirchner, Teresa; Torres, Mercedes; Forns, María (1998) *Evaluación Psicológica: Modelos y Técnicas*, 1ª Edición, Paidós Ibérica S.A., ISBN 84-493-0559-4, Barcelona, España.
- La Nación (2017) *Gobierno salvadoreño reforzará lucha contra extorsión de pandillas*. 27 de mayo de 2017 disponible en: <https://www.nacion.com/el-mundo/conflictos/gobierno-salvadoreno-reforzara-lucha-contra-extorsion-depandillas/N3FE6PDUZVE2FJLLOJSWESKWTU/story/>
- La Prensa Grafica (2018) *Los homicidios en El Salvador crecen un 13.5 % en lo que va del 2018*. Disponible en: <https://www.laprensagrafica.com/elsalvador/Los-homicidios-en-El-Salvador-crecen-un-13.5--en-lo-que-va-del-2018-20180328-0051.html>
- Lemus, Efrén (Diciembre, 13 de 2017) *PDDH a Sánchez Cerén: los desplazamientos forzados son un problema nacional*. El Faro. Recuperado de: https://elfaro.net/es/201712/el_salvador/21280/PDDH-a-S%C3%A1nchez-Cer%C3%A9n-los-desplazamientos-forzados-son-un-problema-nacional.htm

- Ley 387 de 1997, Título I del desplazado y de la responsabilidad del estado. Artículo 1ro del desplazado. Colombia. disponible en: <https://www.unidadvictimas.gov.co/sites/default/files/documentosbiblioteca/ley-387-de-1997.pdf> [Extraído el 12/02/2018.]
- Los 10 derechos de las personas desplazadas en Colombia, recuperado de: <http://m.eltiempo.com/justicia/servicios/10-derechos-de-las-personas-desplazadas-en-colombia-81040> [Extraído el 15/03/2018.]
- Marroquín David (2 Enero, 2017) El Salvador cerró 2016 con 5,278 homicidios. Recuperado de: <http://www.elsalvador.com/noticias/nacional/312241/el-salvador-cerro-2016-con-5278-homicidios/>
- Marroquin, David (1 enero, 2018). El Salvador cerró 2017 con un promedio de 11 homicidios por día. *El Diario de Hoy*. Recuperado de: <http://www.eldiariodehoy.com>
- Mesa de Sociedad Civil contra el Desplazamiento Forzado por violencia y crimen organizado (2016) “Informe sobre Situación de Desplazamiento Forzado por Violencia Generalizada en El Salvador (basado en casos registrados en el periodo de 2014-2015...)” Recuperado de: <http://www.movilidadhumana.com/wp-content/uploads/2016/03/Informe-sobre-Situaci%C3%B3n-de-Desplazamiento-Forzado-en-El-Salvador.pdf>
- Mesa de Sociedad Civil Contra Desplazamiento Forzado por Violencia y Crimen Organizado. Desplazamiento Interno por Violencia y Crimen Organizado en El Salvador”, Informe 2016. Disponible en <https://static1.squarespace.com/static/5784803ebe6594ad5e34ea63/t/5880c66b2994ca6b1b94bb77/1484834488111/Desplazamiento+interno+por+violencia+-+Informe+2016.pdf>
- Mesa de Sociedad Civil Contra Desplazamiento Forzado por Violencia y Crimen Organizado. Informe sobre situación de desplazamiento forzado por violencia generalizada en El Salvador”, Informe 2014-2015. Disponible en: <http://www.movilidadhumana.com/wp-content/uploads/2016/03/Informe-sobre-Situaci%C3%B3n-de-Desplazamiento-Forzado-en-El-Salvador.pdf>
- Mesa de la Sociedad Civil Contra Desplazamiento forzado por Violencia y Crimen Organizado (s.f.) *Informe testimonial de Desplazamiento Forzado en el Salvador, enfocado en Niñez, Adolescencia y Juventud*, disponible en <http://sspas.org.sv/wp-content/uploads/2016/06/Informe-testimonial-sobre-desplazamiento-forzado.pdf>
- Moran Mendoza, José David (s.f) Director técnico UNIMER; Guerra y Migración Interna en El Salvador 1978-1991. Recuperado de: <http://ccp.ucr.ac.cr/seminario/pdf/moran.pdf>
- Moreno, Nicolás (2009) *Distorsiones Cognitivas*, España; disponible en: http://www.nicolasmorenopsicologo.com/sd/3depre_distorsiones.php

- Miaja Ávila, Melina; Moral de la Rubia, José (2013) Significado psicológico de las cinco fases del duelo propuestas por Kübler-Ross mediante las redes semánticas naturales, Vol. 10, ISSN: 1696-7240, Universidad Autónoma de Nuevo León Monterrey, México.
- Ministerio de Sanidad y Consumo (2008) Glosario de términos de alcohol y drogas (OMS, 1994, Lexicon of Alcohol and Drugs Terms) Madrid, España. Recuperado de: http://www.who.int/substance_abuse/terminology/lexicon_alcohol_drugs_spanish.pdf
- Organización de Mujeres Salvadoreñas (2008). *El Salvador: con altos niveles de violencia e inseguridad*. Recuperado de: <http://observatoriodeviolencia.ormusa.org>
- Organización Internacional para las Migraciones (2006). Derecho Internacional para la migración. Glosario Sobre Migración. Séptima Edición. Suiza. Disponible en: http://publications.iom.int/system/files/pdf/iml_7_sp.pdf [Extraído el 11/02/2018.]
- Organización Mundial de la Salud (2002). *Informe mundial sobre la salud*. Recuperado de: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/67411/1/a77102_spa.pdf?ua=1
- Organización Mundial de la Salud (2003). *Informe mundial sobre la salud*. Recuperado de: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/112670/1/9275315884_spa.pdf
- Organización Panamericana de la Salud, Oficina Regional para las Américas de la Organización Mundial de la Salud (2002) Informe mundial sobre la violencia y la salud: resumen; Washington D.C., EEUU. Disponible en: http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/es/summary_es.pdf
- Plan El Salvador Seguro (2015) Resumen Ejecutivo, Gobierno de El Salvador. Recuperado de: <http://www.presidencia.gob.sv/wp-content/uploads/2015/01/El-Salvador-Seguro.pdf>
- Políticas Públicas para Prevenir la Violencia Juvenil (2009). *Informe de Discusión Violencia Juvenil, Maras y Pandillas en El Salvador*. Recuperado de: <http://www.aecid.sv>
- Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos (2016) “Análisis Situacional de los Derechos Humanos e Informe de Labores de la Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos junio 2014-mayo 2015”.
- Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos. Informe de Registro de la Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos sobre Desplazamiento Forzado (2016). Disponible en:

https://elfaro.net/attachment/922/Informe%20Desplazamiento%20Forzado%20-%20PDDH.pdf?g_download=1.

- Ruiz Fernández, M^a Ángeles; Díaz García, Marta Isabel; Villalobos Crespo, Arabella (2012) *Manual de Técnicas de Intervención Cognitivo Conductuales*; Ed. Desclée De Brouwer, S.A., ISBN: 978-84-330-2535-7, Bilbao, España.
- Secretaría General de la Organización de los Estados Americanos (2007) Definición y Categorización de Pandillas; Washington D.C., EEUU; Disponible en: <https://www.oas.org/dsp/documentos/pandillas/anexoiv.el%20salvador.pdf>
- Servicio Social Pasionista (2017), Inseguridad y Violencia en El Salvador, El Impacto en los derechos de los adolescentes y jóvenes del municipio de mejicanos (p.21 y 23). Disponible en: <http://sspas.org.sv/wp-content/uploads/2017/01/SSPAS-2017-Inseguridad-y-violencia-en-El-Salvador.pdf>
- Tobar Ramírez, Luis Carlos; Téllez Vargas, Jorge E.; Vásquez Rojas, Rafael A. (s.f.) Principios de Semiología Psiquiátrica.
- Tobías Imbernón, Cristina; García-Valdecasas Campelo, José (2009) Psicoterapias Humanístico-Existenciales: Fundamentos Filosóficos y Metodológicos. Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq., vol. XXIX, nº 104. Recuperado de: <http://scielo.isciii.es/pdf/neuropsiq/v29n2/10.pdf>
- Torres, Alex (Diciembre, 13 de 2017) Dos departamentos del país presentan más desplazamientos por pandillas. El Salvador.com. Recuperado de: <http://www.elsalvador.com/noticias/nacional/429104/dos-departamentos-del-pais-presentan-mas-desplazamientos-por-pandillas/>
- Valencia Caravantes, Daniel; Cabezas, Oscar (1 de Octubre de 2012) La Legión de los Desplazados. Recuperado de: http://www.especiales.elfaro.net/es/salanegra_desplazados/
- Wexley (1990) *Conducta Organizacional y Psicología del Personal*, Ed. CECSA, México.



**PROGRAMA DE
INTERVENCIÓN
PSICOTERAPÉUTICO:
“*ENCONTRANDO NUEVAS
ESPERANZAS Y
VISUALIZANDO NUEVOS
HORIZONTES*”.**

**Universidad de El Salvador.
Facultad de Ciencias y Humanidades.
Departamento de Psicología.**



Propuesta de Programa Intervención Psicoterapéutica de la Investigación.

“Necesidades psicosociales de las víctimas de desplazamiento forzado por la violencia provocada por la delincuencia pandilleril.”

Programa denominado: “*Encontrando nuevas esperanzas y visualizando nuevos horizontes*”.

Equipo de Investigación:

Chávez Pimentel, Rosa Lilian CP13023

Pérez Hernández, Eliseo Adonay PH13017

Para Optar por el Título de:

Licenciatura en Psicología.

Docente Asesor:

Lic. y MSC. Marcelino Díaz Menjivar.

Coordinador General del Proceso de Grado:

Lic. Mauricio Evaristo Morales.

Jueves 16 agosto de 2018

Ciudad Universitaria, San Salvador, El Salvador.

I. Introducción.

El presente plan de trabajo está encauzado en explicitar de forma detallada y sucinta sobre la afectación psicológica del desplazamiento forzado y el por qué es importante la intervención de éste, como se explica ulteriormente el desplazamiento forzado es la acción de abandonar por la fuerza el hogar por hechos o acciones de violencia; lo cual genera un conjunto de respuestas emocionales ante la situación de pérdida o separación de los bienes materiales e inclusive la muerte de un ser amado. Dicho fenómeno al ser en la mayoría de ocasiones repentino y violento no se dirime de forma adecuada, y la tristeza, la ansiedad, el negativismo, la ira y la negación que provoca se vuelven crónicos, convirtiéndose en algo patológico que impide la superación de la experiencia traumática.

Por ende, el programa aquí presentado, puntualiza la necesidad de gestionar, diseñar e implementar un programa de psicoterapia grupal, que contribuya a la obtención de pequeños y medibles cambios en la vida de personas víctimas de este fenómeno social causado por la violencia generalizada que sufre nuestro país, pretendiendo instruir y orientar a cada individuo en el cambio de sus cogniciones negativistas por otras más saludables, así como en el adecuado manejo y control afectivo-emocional, en la adquisición de estrategias de afrontamiento y resolución de conflictos, estrategias de autocuidado y otras áreas básicas del desarrollo individual que les permita seguir creciendo, superarse y desarrollarse como ser humano; es decir aceptar la pérdida como una realidad, motivar hacia un movimiento mental y emocional de continuar, proponerse nuevos objetivos, y encontrar un significado que conecte con las capacidades y habilidades que la persona posee, así como también es importante el aprender a perdonar, y al mismo tiempo prevenir el arraigamiento en estas personas de alteraciones psicológicas. El programa proyecta abarcar desde un enfoque multimodal y cognitivo conductual dicha problemática, buscando generar pequeños cambios a nivel cognitivo, afectivo, somático, inter e intrapersonal y conductual de las personas participantes.

Asimismo se describe la estructura y organización planteada de dicho programa, se establece los criterios de inclusión y exclusión de personas en el grupo psicoterapéutico, se describe la importancia de que cada grupo que se conforme este compuesto de 12 a 15 personas exactamente y no más. Se establece la calendarización de actividades, las metas del programa, el número de sesiones, su duración, los roles que los terapeutas desempeñaran en las jornadas, los recursos materiales a utilizar, los criterios de evaluación de sesiones psicoterapéuticas, en fin se busca detallar de forma minuciosa el plan de trabajo a desarrollar en la institución.

II. Justificación.

En el devenir socio-histórico del ser humano, la vivienda ha representado un valor imprescindible para las personas, pues desde los comienzos de la historia poseer un lugar donde reposar y refugiarse ha sido una necesidad básica. Hoy día, no es la excepción, la casa es el lugar donde se efectúan diferentes actividades de la vida cotidiana, donde se satisfacen las necesidades fisiológicas, sociales, de estima y seguridad. La casa es aquella estructura inmobiliaria de cuatro paredes, de diversos colores, formas, hechuras, diseños arquitectónicos modernos y antiguos, muchos señalan que las casas y sus formas representan la personalidad de quienes la habitan, siendo esto verdadero o falso, es insoslayable decir que esta tiene un profundo significado psicológico más allá del simple hecho de cobijo.

Como señala Tognoli (1975) citado por Pasca García (2014) *“la vivienda no consiste exclusivamente en un conjunto de paredes estructuradas al azar o sistemáticamente, sino que la estructura física de la vivienda se adapta para lograr una mayor satisfacción con la misma.”* Es decir, la persona busca la manera de ambientarla a su gusto propio con el fin de generar una adaptación placentera, que al mismo tiempo conlleva a la extrapolación de aspectos cognitivos, afectivos, motivacionales. Por ende, la casa representa: los aspectos culturales y sociales de sus habitantes, la identidad individual, familiar y social, los vínculos afectivos (apego, cariño), la sensación de control y seguridad. Gifford (2007) citado por

Pasca G. (2014) señala *“el hogar es un refugio que nos rodea con privacidad, seguridad, y protección frente a las adversidades de la vida.”*

Pese a todo lo anterior, en nuestro país el fenómeno del desplazamiento forzado⁶⁰, que es definido por la Organización de las Naciones Unidas como: *“aquellas personas o grupos de personas que se han visto forzadas u obligadas a huir o dejar sus hogares o residencia habitual, particularmente como resultado o para evitar los efectos de (...) situación de violencia generalizada, violación de los derechos humanos (...)* se ha incrementado por los altos índices de violencia y los hechos delictivos causados por ésta. Situación que provoca un desarraigo emocional de las personas de sus bienes materiales (hogar) cargados de significado emocional, causándoles conductas desadaptativas, especialmente de tristeza, de anhelo, de ira, ansiedad, depresión y muchas otras emociones que pueden causar deterioro en la vida psíquica, social y física de la persona.

Es por ello, que se pretende diseñar y efectuar un programa de psicoterapia grupal, que genere un impacto en la vida de personas víctimas de dicho fenómeno social que afecta a nuestra nación, ya que en los últimos años, dicha situación se ha incrementado, volviéndose parte de la vida cotidiana, y que trae mucho dolor a la población; se espera entonces poder encauzar a estas personas que participen en dicho programa, en la aceptación de la pérdida, en instruirles en el manejo de sus emociones, en la enseñanza del perdón, en el planteamiento de nuevos proyectos de vida, en el manejo y control emocional, en la adquisición de estrategias de afrontamiento y de resiliencia, etc. La importancia y trascendencia de tratar dicha dificultad radica en el hecho de permitirles a las personas visualizar sus vidas, la de su familia, su futuro y de igual forma su pérdida con positivismo, como una oportunidad de crecer, de ser más fuerte; es decir se busca reintegrar a estas personas de nuevo a sus vidas con normalidad; es contraproducente afirmar que el tiempo curará las viejas heridas, es vital que las personas puedan hacer catarsis, analizar su pérdida con detenimiento y aprendan herramientas

⁶⁰ Otros términos por los que es conocido el fenómeno son: Desplazamiento Forzado Interno, Migración, Movilidad Humana.

psicológicas que les ayuden el día a día a sobreponerse al recuerdo de esta experiencia traumática.

III. Descripción de la situación objeto de estudio e intervención psicoterapéutica.

En El Salvador el Desplazamiento Forzado suele ocurrir con frecuencia, es una situación que agobia a cientos de personas, al momento no hay estadísticas oficiales que establezcan un número exacto, dicho fenómeno es de las últimas modalidades delincuenciales en función directa a la población, muchas familias experimentan este fenómeno, principalmente en los municipios densamente poblados, con altos índices de hacinamiento, pobreza y marginación. Preguntémonos entonces ¿Qué afectación psicológica recae en estas personas? ¿Será conveniente que este segmento poblacional reciba intervención psicológica? ¿Por qué es importante? y ¿Cómo se realiza? cuando una persona ha dejado su hogar por la fuerza, sufre muchos cambios en su vida económica, social, laboral pero también psíquica, pues se experimenta un desajuste, por el rompimiento de rutinas y vínculos, además la persona se sume en estados depresivos y de ansiedad, puede incluso afirmarse que sufre un duelo,⁶¹ su cuerpo responde a dichos malestares mediante síntomas fisiológicos que no pueden explicarse desde el punto de vista médico. La persona al no saber cómo lidiar con esta situación de dolor y tristeza, y no recibir una atención psicoterapéutica, puede conllevar a que sus síntomas se agudicen y se vuelvan crónicos, llevándoles a un desgaste psicológico, a afrontar a largo plazo un trastorno psicológico que impida su desarrollo adecuado e incluso puede repercutir en una muerte prematura producto de enfermedades fisiológicas provocadas por la afectación emocional, trastornos mentales, suicidios.

Por ende, la intervención psicoterapéutica resulta necesaria en aras de poder disminuir esta serie de sintomatologías y consecuencias, previniendo o tratando las alteraciones psicológicas suscitadas a causa del hecho traumático. Es diversa la forma de abordaje psicoterapéutico, dependiendo de su enfoque así será la

⁶¹ Desajuste emocional ante situaciones de pérdida o separación de algo o alguien amado.

metodología y las estrategias a utilizar, por lo cual se retoma el enfoque Cognitivo-Conductual, cuyas premisas básicas son: *“la cualidad del pensamiento, o la manera específica de pensar en los acontecimientos o la experiencia, ejerce una gran influencia sobre las emociones, la conducta y la percepción de sí mismos. Además con el tiempo y la repetición el pensamiento distorsionado se vuelve inflexible y automático, por ende la modificación de los estilos de pensamiento puede ser muy útil a la hora de reducir las experiencias emocionales y las conductas expresivas desadaptativas.”* De forma que, basándose en estos principios se sustenta la dinámica de la intervención a seguir en el presente programa, ya que para lograr un mejoramiento en la salud mental y la superación de la experiencia traumática es imprescindible reestructurar el pensamiento negativo (esquemas mentales) para lograr efectuar cambios en otras aristas importantes de la vida de la persona, ya que de no efectuar lo primero los resultados puede que resulten contraproducentes o inalcanzables para las personas.

Así también, es importante subrayar que la intervención se regirá bajo un modelo multimodal, el enfoque CASIC⁶², que permitirá efectuar una intervención holística en cada individuo, generando cambios a nivel cognitivo, afectivo, fisiológico, inter e intrapersonal, conductual, volitivo y motivacional.

IV. Objetivos Psicoterapéuticos.

Objetivo General.

- Gestionar, diseñar e implementar un programa de intervención psicoterapéutica grupal, dirigido a víctimas del desplazamiento forzado, con la finalidad de poder fortalecer las diversas áreas psicosociales y emocionales, re-estableciendo la salud mental de dicha población.

⁶²CASIC: Cognitivo, Afectivo, Somático, Intrapersonal e Interpersonal y Conductual.

Objetivos Específicos.

- Orientar a las personas en reconocer sus distorsiones negativas, debatirlas y buscar pensamientos alternativos.
- Promover el autocontrol emocional que les permita reconocer, manejar y canalizar adecuadamente sus emociones.
- Estimular las habilidades y recursos intrapersonales de los individuos a fin de lograr en ellos la auto-confianza, empoderamiento y resiliencia, factores que les permitan sobre-ponerse a las dificultades presentes y futuras.
- Fortalecer los vínculos interpersonales (redes de apoyo) a través de técnicas de habilidades sociales.
- Potenciar en los individuos el desarrollo de habilidades de afrontamiento y resolución de conflictos.
- Instruir a las personas sobre la importancia del autocuidado en la vida cotidiana.
- Fomentar a las personas en la búsqueda de actividades placenteras y agradables que les garanticen una mayor satisfacción y plenitud personal y social.

V. Metas.

- Lograr como mínimo que el 70% de los integrantes del grupo psicoterapéutico minimice los síntomas emocionales y cognitivos ocasionados por el desplazamiento forzado.
- Desarrollar en un 100% las sesiones psicoterapéuticas grupales.
- Garantizar en un 100% el uso y aplicación completa de técnicas puramente psicológicas.
- Promover en un 95% en las personas aprendizajes experienciales y significativos mediante un enfoque constructivista.
- Mantener por lo menos un 85% de los participantes hasta el final.

VI. Estructura y Organización.

a. Frecuencia: Las sesiones psicoterapéuticas serán impartidas una vez por semana, la duración de cada sesión será de 2 horas aproximadamente.

b. Duración: El número total de sesiones será de doce, la primera de Encuadre grupal y evaluación, diez de intervención psicoterapéutica y la última de cierre y evaluación de resultados obtenidos con la aplicación del programa. Estarán organizadas en actividades destinadas a cumplir los objetivos psicoterapéuticos planteados, haciendo uso de técnicas psicológicas, actividades lúdicas, material didáctico y audiovisual, hojas de trabajo, asignación de tareas durante cada sesión para la semana, y otras que sean necesarias para lograr la cohesión grupal y la minimización de síntomas.

c. Tamaño del Grupo: El grupo psicoterapéutico deberá estar conformado en un aproximado de 12 a 15 personas, y de dos Terapeutas.

d. Tipo de Grupo: la Psicoterapia de Grupo centra su trabajo terapéutico en la minimización o eliminación de síntomas o instruye a como vivir con estas situaciones, de modo que pueden abordarse los problemas personales e interpersonales en el contexto grupal. La idea fundamental de la terapia de grupo es hablar, reflexionar y realizar ejercicios que adquieran mayor relevancia en el contexto de grupo para superar obstáculos, desarrollar el potencial de cada uno y mejorar en los ámbitos importantes de la vida cotidiana. El grupo con el que se desarrollará este programa será de tipo cerrado y de población heterogénea.

e. Características de los integrantes del grupo: personas de ambos sexos con edades de 18-80 años que hayan sido víctimas del desplazamiento forzado, que muestren la necesidad de ser apoyados a minimizar los síntomas que este suceso les ha ocasionado, así como aportar sus conocimientos y experiencias personales al grupo psicoterapéutico en beneficio de todos sus participantes.

f. Criterios de Inclusión y de exclusión:

- ✓ **Criterios de Inclusión:** personas de ambos sexos, que oscilen entre las edades de 18 a 80 años, que hayan sido víctimas del desplazamiento forzado interno directa o indirectamente. Que estén dispuestos a cumplir con asistencia, puntualidad, participación activa en cada actividad desarrollada, que muestren respeto por la opinión de los demás, así como del tiempo asignado para expresarse al interior del grupo.
- ✓ **Criterios de Exclusión:** Personas menores de 17 años o mayores de los 80 años, personas que no hayan sufrido desplazamiento forzado, personas en estado de ebriedad o drogadicción, que no respeten las normas de convivencia previamente establecidas por los integrantes del grupo, personas que no muestren un interés en solucionar su problema, personas que solo tienen curiosidad, personas con alteraciones psicóticas, organicidad o déficit mental.

g. Funciones de los coordinadores en sus roles de terapeuta y coterapeuta.

Las funciones de los coordinadores serán promover el programa de psicoterapia grupal mediante afiches, trípticos, entrevistas, etc. Además de organizar las sesiones psicoterapéuticas en el lugar asignado, llegando con media antes de la sesión. Y ejecutar dicho programa con mucha ética y profesionalismo.

- ✓ **Como terapeuta:** el terapeuta será quien dirigirá la sesión de forma activa.
- ✓ **Como coterapeuta:** hará las veces de observador participante o no participante, en estos casos llevará un registro de las sesiones, esta observación puede ser usada como supervisión, para discutirla posteriormente entre ambos, con el fin de ver lo anteriormente trabajado.

VII. Actividades.

Gestión y ejecución del programa de intervención psicoterapéutica grupal dirigido a víctimas del desplazamiento forzado, denominado *“Encontrando nuevas esperanzas y visualizando nuevos horizontes”*, evaluación de resultados obtenidos en los participantes.

VIII. Recursos.

Espacio físico que reúna las condiciones necesarias para albergar a 12 a 15 personas, con mobiliario, iluminación, ventilación y privacidad. Material didáctico como: pliegos de papel bond, una resma de papel bond tamaño carta, diez plumones permanentes de varios colores, 10 plumones para pizarra de varios colores, tres cajas de lápices, dos rollos de tirro, dos rollos de cinta ancha, cien páginas de colores, tres cajas de lapiceros Bic azul, 12 tijeras, tres botes de pega resistol, tres botes de silicón líquido, 25 folders, 25 fasteners, papel periódico, revistas, impresiones de imágenes y hojas de trabajo, colores, pinturas, rompecabezas, auto-registros, pruebas psicológicas, guías de entrevista, computadora, laptop, cañón, USB, cámara, y otros.

IX. Cronograma.

No. de Semana.	Actividades.	Fecha
1.	Apertura de Grupos terapéuticos. Aplicación de Pruebas Psicológicas (Pre-test).	
2.	Segunda sesión (Área Cognitiva).	
3.	Tercera Sesión (Área Cognitiva).	
4.	Cuarta Sesión (Área Afectiva).	
5.	Quinta Sesión (Área Afectiva).	
6.	Sexta sesión (Área Somática: autocuidado).	
7.	Séptima Sesión (Área Somática)	
8.	Octava Sesión (Área Intrapersonal).	
9.	Noventa Sesión (Área Interpersonal).	
10.	Decima Sesión (Área Interpersonal: Resolución de Conflictos).	
11.	Undécima Sesión (Área Conductual).	
12.	Fin de Grupos Terapéuticos (Despedida y Aplicación de Pruebas Psicológicas (Pos-test)).	

X. Evaluación del Programa.

En cuanto a la valoración de la efectividad del programa de psicoterapia grupal y la evaluación de los cambios mínimos producidos por este, se realizará de tres maneras:

- ✓ **Evaluación cuantitativa:** al inicio del programa se hará la aplicación de un Pre-test utilizando escalas de ansiedad y depresión con el propósito de medir el nivel de afectación en las personas; asimismo al final del programa se volverán a aplicar las mismas escalas (un Pos-test) con el fin de evaluar los cambios mínimos obtenidos en las personas luego de la ejecución completa del programa de intervención psicoterapéutica grupal.

- ✓ **Evaluación cualitativa:** se realizará a través de la cantidad de los objetivos terapéuticos alcanzados por medio del programa.

- ✓ **Evaluación técnica:** se realizará a través de la eficacia y efectividad de las técnicas psicológicas de intervención utilizadas, y esto dependerá del entendimiento, la comprensión y la práctica de los mismos por parte de los participantes, se enfocará en los comentarios y acotaciones que las personas que participen en el programa proporcionen al final del éste.

Anexos.

**Planificaciones de
las sesiones de
intervención por
áreas a trabajar.**

Sesión I: Encuadre grupal y aplicación de prueba psicológica (pre- test).





Sesión I: encuadre grupal y aplicación de prueba psicológica (pre-test).



Nombre de la Jornada: “*Conociendo a mis compañeros y compañeras*”

Tiempo: 120 minutos.

Recursos: hojas de trabajo, lápices, lapiceros, escalas, etc.

Objetivo: *presentar el programa de intervención psicológica a los participantes y evaluar sus expectativas del mismo.*

Desarrollo.

Preliminares.

Presentación de los facilitadores. Para dar inicio se dará la bienvenida a los participantes, y se les agradece por formar parte del grupo, fortaleciendo mediante palabras motivadoras la importancia que tiene este primer paso de acudir a terapia para solucionar sus problemas. Luego se hará una dinámica de integración grupal, denominada: la pelota preguntona, el facilitador entrega una pelota al equipo e invita a los presentes a sentarse en círculo y explica la forma de realizar el ejercicio. Mientras se entona una canción la pelota se hace correr de mano en mano; a una señal del facilitador, se detiene el ejercicio. La persona que ha quedado con la pelota en la mano se presenta para el grupo: dice su nombre, lo que le gusta hacer en los ratos libres, y cuál es sus expectativas del programa. El ejercicio continúa de la misma manera hasta que se presenten todos. En caso de que una misma persona quede más de una vez con la pelota, el grupo tiene derecho a hacerle una pregunta (10 minutos).

Presentación del programa de intervención. Se comenta brevemente el número de sesiones y su duración, las ventajas de la aplicación en grupo y objetivos del mismo. Se establecen las normas básicas, asistir puntualmente, participar activamente en las sesiones, mantener el secreto terapéutico, respetar las intervenciones y temas de los demás, realizar las tareas para la casa. Para ello se

utilizan cinco tarjetas preparadas previamente con las normas básicas (ver anexo 1), y el resto en blanco para que puedan escribir otras normas. Cada participante tiene que explicar lo que comprende de la tarjeta, o la norma que escribió y como cree que puede llevarse a cabo. Y luego se les pide que expliquen la importancia de su cumplimiento (15 minutos).

Dinámica de autoconfianza: ¿Qué tan lejos crees que puedes llegar? se les pide a los participantes que realicen un salto de longitud, y que antes de saltar pongan una marca en la distancia que creen que van a alcanzar. Por lo común, lo normal es que la mayoría rebase ampliamente esa marca. El facilitador irá poniendo señales con los nombres en donde haya caído cada uno para después comparar. Esto nos sirve para explicar una vez hayan saltado todos, que tenemos poca confianza en nosotros mismos y que somos capaces en general de llegar mucho más lejos y de dar más de si de lo que imaginamos (15 minutos).

Lluvia de ideas de las conductas objetivo: se le pide a cada participante que explique que le ha llevado aceptar la invitación al programa y las respuestas se escriben en papel bond, luego se comentan en grupo. (15 minutos)

Aplicación de pruebas psicológicas (ver anexo 2): como prueba pre-test, se aplicará la escala de gravedad de los síntomas del trastorno de estrés postraumático, y se les explicará que es con el objetivo de medir la gravedad de la sintomatología después del evento traumático, y que al finalizar el programa se volverá a aplicar para verificar si hubo cambios o disminuciones de dicha sintomatología (20 minutos).

Técnica de Relajación. Respiración diafragmática. Se realizará la técnica de respiración diafragmática, con la ayuda de un paleógrafo donde se ejemplifique el proceso de respiración adecuado (ver anexo 3), luego se procederá a practicarla y cuando se haya terminado se le explicara que los efectos de la respiración los puede notar inmediatamente en bienestar y relajación, pero que tardará algunas semanas en notar como con la práctica diaria este bienestar se extiende al resto

del día, esto significa que debe de practicarlos durante la semana, en cualquier situación que le provoque malestar psicológico (15 minutos).

Asignación de tareas. En esta parte se hará énfasis en la importancia de cumplir con las tareas de forma voluntaria y comprometida, no solamente por compromiso, ya que de la práctica de la misma dependerán los cambios que se puedan lograr en cada uno. Así mismo se hará énfasis en la corresponsabilidad entre el terapeuta (40%) y el paciente (60%). La tarea para esta sesión consistirá en dos autorregistros, el primero sobre las conductas objetivo que desea cambiar (ver anexo 4) y el segundo sobre la respiración diafragmática (ver anexo 5). (15 minutos).

Avisos. Se les dará espacio para dudas o comentarios y se le invitara para la próxima sesión, animándoles a ser fuertes y crear sus propias estrategias de afrontamiento para poder sobrellevar sus problemas de una forma más adecuada. (10minutos)

ANEXO 1

NORMAS BASICAS

Respetar las intervenciones y temas de los demás.

Mantener el secreto terapéutico.

Participar activamente en las sesiones.

Asistir puntualmente.

Realizar las tareas para la casa.

ANEXO 2

ESCALA DE GRAVEDAD DE SINTOMAS DEL TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO.

(Echeburúa, Corral, Amor, Zubizarreta y Sarasua, 1997)

Nombre: _____ **Nº:** _____

Edad: _____ **Fecha:** _____

Indicación: Colóquese en cada frase la puntuación correspondiente de 0 a 3 según la frecuencia e intensidad del síntoma.

0: NADA

1: UNA VEZ POR SEMANA O MENOS/POCO

2: DE 2 A 4 VECES POR SEMANA/BASTANTE

3: 5 O MÁS VECES POR SEMANA/MUCHO

Suceso traumático:

¿Cuánto tiempo hace que ocurrió (meses/años)?:

¿Desde cuándo experimenta el malestar?

REEXPERIMENTACIÓN:

1. ¿Tiene recuerdos desagradables y recurrentes del suceso, incluyendo imágenes, pensamientos o percepciones?	
2. ¿Tiene sueños desagradables y repetitivos sobre el suceso?	
3. ¿Realiza conductas o experimenta sentimientos que aparecen como si el suceso estuviera ocurriendo de nuevo?	
4. ¿Sufre un malestar psicológico intenso al exponerse a estímulos internos o externos que simbolizan o recuerdan algún aspecto del suceso?	
5. ¿Experimenta una reactividad fisiológica al exponerse a estímulos internos o externos que simbolizan o recuerdan algún aspecto del suceso?	

PUNTUACION DE SINTOMAS DE REEXPERIMENTACIÓN: (Rango 0-15)	
---	--

EVITACIÓN:

1. ¿Se ve obligado a realizar esfuerzos para ahuyentar pensamientos, sentimientos o conversaciones asociadas al suceso?	
2. ¿Tiene que esforzarse para evitar actividades, lugares o personas que evocan el recuerdo del suceso?	
3. ¿Se siente incapaz de recordar alguno de los aspectos importantes del suceso?	
4. ¿Observa una disminución marcada del interés por las cosas o de la participación en actividades significativas?	
5. ¿Experimenta una sensación de distanciamiento o de extrañeza respecto a los demás?	
6. ¿Se siente limitado en la capacidad afectiva (por ejemplo, incapaz de enamorarse)?	
7. ¿Nota que los planes o esperanzas de futuro han cambiado negativamente como consecuencia del suceso (por ejemplo: realizar una carrera, casarse, tener hijos, etc.)?	
PUNTUACIÓN DE SÍNTOMAS DE EVITACIÓN: (Rango 0-21)	

AUMENTO DE LA ACTIVACIÓN:

1. ¿Se siente con dificultad para conciliar o mantener el sueño?	
2. ¿Está irritable o tiene explosiones de ira?	
3. ¿Tiene dificultades de concentración?	
4. ¿Está usted excesivamente alerta (por ejemplo: se para de forma súbita para ver quien está a su alrededor, etc.) desde el suceso?	
5. ¿Se sobresalta o se alarma más fácilmente desde el suceso?	
PUNTUACIÓN DE SÍNTOMAS DE ACTIVACIÓN: (Rango 0-15)	

PUNTUACIÓN TOTAL DE LA GRAVEDAD DEL TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO:

(Rango 0-51)

PUNTUACIÓN TOTAL DE LA GRAVEDAD DEL TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO: (Rango 0-51)	
---	--

ESCALA COMPLEMENTARIA

MANIFESTACIONES SOMÁTICAS DE LA ANSIEDAD EN RELACIÓN CON EL SUCESO

Respiración entrecortada (disnea) o sensación de ahogo	
Dolores de cabeza	
Palpitaciones o ritmo cardíaco acelerado (taquicardia)	
Dolor o malestar en el pecho	
Sudoración	
Mareos, sensación de inestabilidad o desmayo	
Náuseas o malestar abdominal	
Sensación de extrañeza respecto a uno mismo o de irrealidad	
Entumecimiento o sensación de cosquilleo (parestesias)	
Sofocos y escalofríos	
Temblores o estremecimientos	
Miedo a morir	
Miedo a volverse loco o a perder el control	
PUNTUACIÓN ESPECÍFICA DE LAS MANIFESTACIONES SOMÁTICAS DE LA ANSIEDAD: (RANGO 0-39)	

Trastorno de estrés postraumático

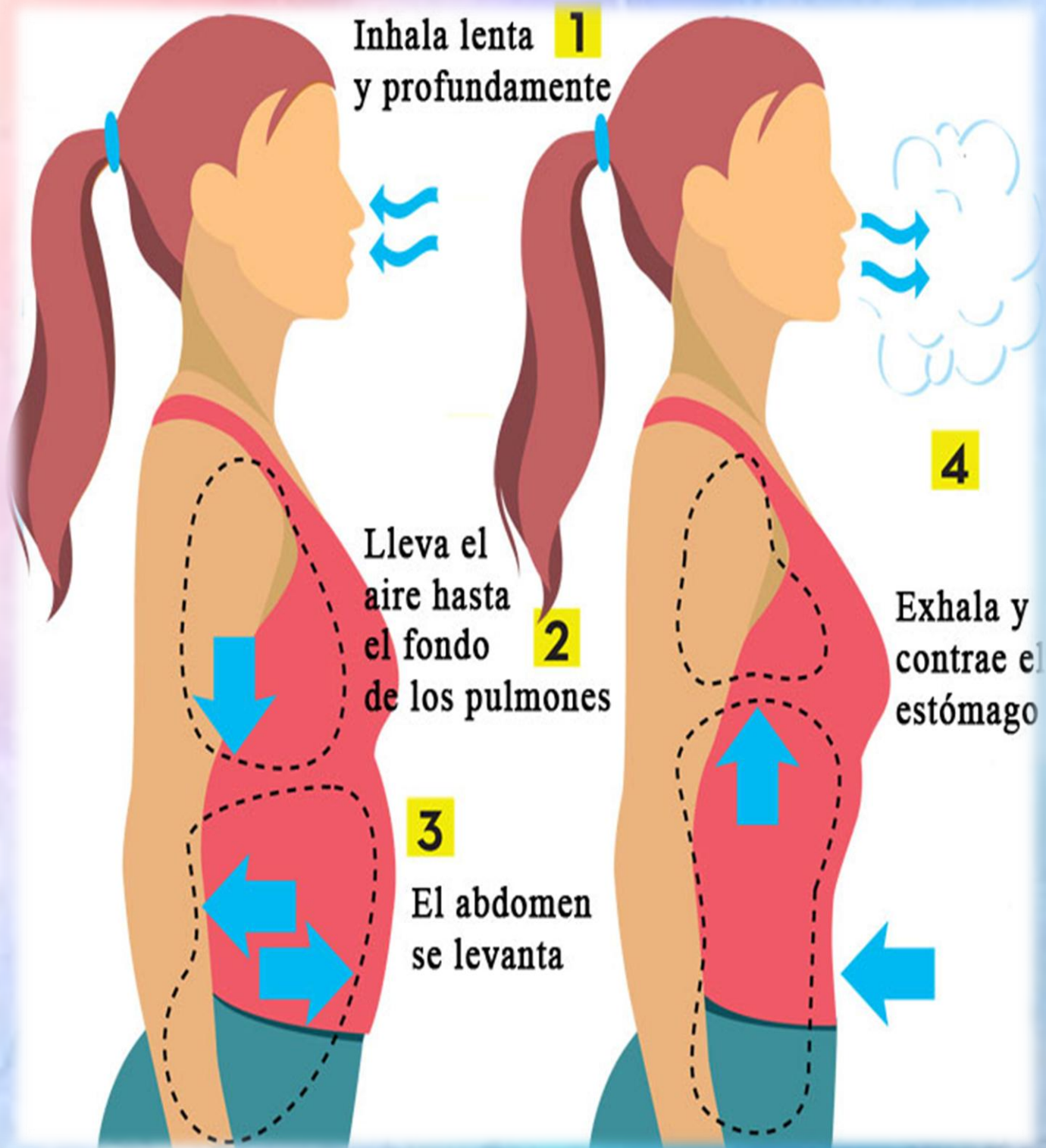
Se requiere la presencia de 1 síntoma en el apartado de reexperimentación; de 3, en el de evitación; y de 2 en el de aumento de la activación.

SI NO

Agudo (1-3 meses) Crónico (> 3 meses) Con inicio demorado

ANEXO 3

TÉCNICA DE RELAJACIÓN. RESPIRACIÓN DIAFRAGMÁTICA.





ANEXO 4
UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
ESCALA DE CONDUCTAS OBJETIVO

Nombre: _____ **Fecha:** _____

Señala a continuación las conductas que más te gustaría realizar con normalidad y que supondrían una mejoría una mejora en tu vida. Añade que grado de dificultad (0-10) encuentras en cada una de ellas.

CONDUCTAS A ALCANZAR MEDANTE EL PROGRAMA		Grado de dificultad (0-10)
Conducta 1		
Conducta 2		
Conducta 4		
Conducta 5		



ANEXO 5
UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA



AUTORREGISTRO DE RESPIRACION DIAFRAGMATICA

- A. **INDICACION:** Ud. Deberá practicar la técnica de respiración diafragmática una vez al día, deberá anotar en la tabla de abajo el día, la hora, la facilidad con la que pudo respirar, la concentración durante el ejercicio y el grado de relajación después de realizar la respiración, en escalas de 0-4 dificultad, 5-7 regular. y de 8-10 excelente.

Nombre: _____ **Fecha:** _____

DIA	HORA	FACILIDAD PARA RESPIRAR (0-10)	CONCENTRACION DURANTE EL EJERCICIO (0-10)	RELAJACION AL ACABAR (0-10)
LUNES				
MARTES				
MIERCOLES				
JUEVES				
VIERNES				
SABADO				
DOMINGO				

Sesión II: Área cognitiva 1





Sesión II: Área Cognitiva



Nombre de la Jornada: “Convierte tu mente en tu mejor amiga

Tiempo: 120 minutos.

Recursos: Globos, material impreso, hojas de papel de color, papel bond, cartulina, lapiceros.

Objetivos: 1. Orientar a los usuarios en el reconocimiento de sus cogniciones negativas y las consecuencias de ello. 2. Estimular en los usuarios una modificación de sus cogniciones negativas por otras alternativas que les permita el establecer nuevos objetivos para salir adelante.

Preliminares.

Rapport: Se iniciará la jornada estableciendo un breve y cordial saludo a los asistentes, agradeciendo la puntualidad y responsabilidad, al mismo tiempo se busca crear un ambiente de cordialidad, calidez y confianza, que proporcione un buen desarrollo de la jornada (5 minutos).

Lectura de Agenda: Se hará lectura de los aspectos a desarrollar a lo largo de la sesión con la finalidad de orientar a la persona (5 minutos).

Revisión de Tarea: para este apartado se utilizara globos que estarán colocados en los asientos correspondientes de cada participante en la parte inferior de la silla, al momento de desarrollarse esto cada participante pinchará su globo y dentro de éste encontrará una pregunta de tres diferentes, estas versan así: 1. ¿Qué fue lo que más le gusto de la tarea? 2. ¿Qué dificultad afronto para efectuar la tarea? 3. ¿Qué reflexión o comentario haría sobre a tarea? (10 minutos)

Lectura Corta:

Lectura: se hará entrega a cada participante de una breve lectura, la cual deberán de leer junto con el terapeuta, dicha lectura (ver anexo I) es la siguiente:

“La mente es la parte menos comprendida del ser humano, tan poco conocida, pero también puede ser nuestra mejor amiga, si la alimentamos con pensamientos positivos, más también puede convertirse en nuestro peor enemigo si le permitimos que piense solo pensamientos negativos. La mente no es algo material que podamos ver o tocar, aun siendo invisible sus efectos pueden verse en nuestro rostro, nuestras palabras, nuestro cuerpo, comportamiento. La mente es como el viento invisible, no podemos verlo más si sentirlo, es como los cimientos de una casa, no podemos verlos pero son los responsables de la estabilidad del edificio, como las raíces de un árbol que están bajo tierra, no las podemos ver, pero aún así le dan al árbol la fuerza para soportar las peores tormentas; entonces podemos afirmar que lo invisible determina la cualidad de lo que es visible.” (10 minutos)

Explicación de Ideas Centrales y Esquema (Esquema Cognitivo ABC): Para poder efectuar este apartado y generar una base de conocimientos enriquecedores a los participantes, se hará uso de 4 estaciones colocadas de forma estratégica en el salón, cada una de ellas representada por una de las letras del esquema cognitivo: **A** (situaciones/estímulos) , **B** (Pensamientos), **C** (Consecuencias), **D** (Estrategias de Afrontamiento), de las cuales al pasar 5 minutos las personas deberán rotarse a la siguiente, cada estación estará decorada de acuerdo a la parte del esquema que represente. Se pedirá a los participantes ponerse de pie, y comenzar la dinámica, a continuación la breve descripción de cada estación:

Estación A (Situaciones y estímulos): Aquí se explicará por medio de un papelógrafo a los participantes los tipos de situaciones (Positivas y negativas) que acontecen en la vida diaria.

Estación B: En esta sección se explicará a las personas que es un pensamiento, sus cualidades, los tipos de pensamientos, dicha explicación se hará por medio de un esquema de palabras claves (Ver anexo II). Así también se hará una breve dinámica donde se solicitará que ejemplifiquen en grupos de 3 personas (4

grupos) los cuatro tipos de pensamiento (1. Pensamientos necesarios, 2. Pensamientos inútiles, 3. Pensamientos negativos, 4. Pensamientos positivos).

Estación C: En esta estación se orientará a las personas en los tres tipos de consecuencias que suscitan a raíz de los pensamientos negativos, siendo estas: fisiológicas, emocionales y conductuales. Se solicitará la participación de las personas en señalar que consecuencias han podido evidenciar en sus vidas cotidianas lo cual será anotado en un papelógrafo.

Estación D: en esta última estación se pedirá a las personas que tomen sus respectivos asientos, para este apartado el facilitador explicará detalladamente y por medio de ejemplos las técnicas de detención del pensamiento (técnica del semáforo) y distracción (ver detalles de técnicas en anexo III); (25 Minutos).

Aplicación a la Vida Personal: Se entregará a cada persona una hoja de trabajo (Ver anexo IV), la cual contendrá un cuadro sub-dividido en tres columnas con las letras A, B y C, de manera que puedan poner en práctica lo visto con anterioridad generando así aprendizaje (15 minutos).

Técnica Grupal (Diferencia entre emoción y pensamiento): Saber distinguir entre lo que siento y pienso se vuelve difícil para las personas más aún cuando no se ha prestado la atención debida a ello, el poder hacerlo le generará mayor control cognitivo, y como consecuencia un mayor equilibrio emocional, por ende, es importante que las personas sean conscientes y capaces de poder diferenciarlos. Para ello, se dividirá a las personas en cuatro grupos, a cada persona aún estando en grupo se le entregará dos cordones de lana (o alambre) una de color azul y otra de color rojo (de tamaños diferentes), las cuales estarán mezcladas entre sí formando un lío, se pedirá a las personas desenredarlo lo cual les resultará difícil, la idea es ejemplificar como los pensamientos y las emociones se entrelazan entre sí y lo difícil que se vuelve separarlos y lo importantes de ello, al lograr desenredarlos se les pedirá que de forma grupal discutan: 1. ¿Qué diferencias hay entre cada cordón? 2. ¿Por qué se parece esto a las emociones y los sentimientos? Al discutido esto el terapeuta profundizará en la explicación de la diferencia entre lo que se siente y lo que se piensa, para posteriormente

entregarles un trozo de cartulina (de 21.59 cm x 27.94 cm) subdivido en dos partes, donde colocarán ejemplos de lo que piensa (iniciando con la frase “pienso que”) y en el otro extremo lo que sienten (completando la frase “siento que” (20 minutos).

Técnica de Respiración Diafragmática con Auto-Verbalizaciones positivas: se retroalimentará en la Respiración Diafragmática “Inhalando en 3 segundos, Reteniendo el aire en el abdomen por 4 segundos y exhalando en 3 segundos” luego de practicarla 3 o 4 veces el terapeuta dará la siguiente consigna: *“Concéntrate en el ritmo respiratorio (sintonízalo y no trates de cambiarlo), justo antes de inspirar, piensa en la palabra “inspiro”, justo antes de expirar, piensa en la frase “me relajo”.* Las palabras o frases se adecuan a lo que más le guste o aplique al usuario: “relax”, “tranquilidad”, “paz”, “feliz”, etc. (10 minutos).

Asignación de Tarea: Se entregará una hoja de auto-registro de respiración diafragmática con auto-verbalizaciones positivas (Ver anexo V) dando las indicaciones sobre cómo llenarla durante el transcurso de la semana. Luego se entregará otro auto-registro referido a lo visto a lo largo de la sesión (Reestructuración Cognitiva: Esquema ABCD) que contendrá seis columnas: 1. hora y fecha, 2. situación, 3. pensamientos que se generan, 4. consecuencias (emocionales, físicas, conductuales), 5. Técnica Utilizada y 6. Como se sintió luego de la técnica (Ver anexo VI) (5 minutos).

Retroalimentación: para desarrollar este aspecto el co-terapeuta colocara un papelógrafo, mientras el terapeuta le entregara a cada persona, una pequeña tarjeta (Ver anexo VII) donde solicitará a las personas que respondan a los siguientes tres interrogantes: ¿Qué aprendí hoy? ¿Qué comentario o crítica señalo? ¿Qué fue lo que más me gustó? (10 minutos)

Cierre y Despedida: se procederá a agradecer a las personas por su asistencia, su buena voluntad y su disposición e invitarles a la próxima sesión (5 minutos)



Anexo I: Lectura Corta.

“La mente es la parte menos comprendida del ser humano, tan poco conocida, pero también puede ser nuestra mejor amiga, si la alimentamos con pensamientos positivos, más también puede convertirse en nuestro peor enemigo si le permitimos que piense solo pensamientos negativos. La mente no es algo material que podamos ver o tocar, aun siendo invisible sus efectos pueden verse en nuestro rostro, nuestras palabras, nuestro cuerpo, comportamiento. La mente es como el viento invisible, no podemos verlo más si sentirlo, es como los cimientos de una casa, no podemos verlos pero son los responsables de la estabilidad del edificio, como las raíces de un árbol que están bajo tierra, no las podemos ver, pero aún así le dan al árbol la fuerza para soportar las peores tormentas; entonces podemos afirmar que lo invisible determina la cualidad de lo que es visible.”



Anexo II: Esquema de Palabras Claves.

¿Qué es el pensamiento?

¿Cuáles son sus características?

Típos de Pensamientos.

a. Pensamientos Necesarios.

b. Pensamientos Inútiles.

c. Pensamientos Negativos.

d. Pensamientos Proactivo.

Consecuencias de un pensamiento negativo.

Diferencia entre pensamiento positivo y pensamiento proactivo.

Ventajas de un Pensamiento Proactivo o Alternativo.



Anexo III: Técnicas a Utilizar.

1. Técnica de Detención del Pensamiento.

Desarrollo.

Esta técnica se desarrolla en una serie de cinco pasos, que se desarrollan a continuación:

Determinar cuáles son los pensamientos *rumiantes*: En primer lugar, debemos detectar cuáles son los pensamientos que repetimos más comúnmente y que nos proporcionan mayor malestar.

Focalizar la atención en el pensamiento perturbador: Es necesario buscar un lugar tranquilo en el cual estar relajado/a. Imaginar una situación en la que suele aparecer el pensamiento perturbador; imaginarlo con tantos detalles como se pueda y luego pasar a pensamientos normales. Es importante ir alternando entre pensamientos perturbadores y pensamientos no perturbadores.

Interrupción del pensamiento con ayuda: Para practicar es necesario hacer uso de un elástico o pulsera de hule; ponerse cómodo/a y cerrar los ojos y traer a la mente el pensamiento negativo abordado en el punto anterior. Cuando éste aparezca, es necesario hacer uso del elástico en la mano para golpearse significativamente y decir en voz alta “¡**BASTA!**” y dejar la mente libre del pensamiento perturbador, concentrándose únicamente en un pensamiento alternativo a éste y que sea saludable. Intentar mantener la mente en blanco treinta segundos; si el pensamiento perturbador vuelve a aparecer, decir de nuevo “¡**BASTA!**”.

Interrupción del pensamiento sin ayuda: El siguiente paso consiste en controlar el pensamiento sin las ayudas anteriores, es decir, ponerlo en práctica en la vida cotidiana. Poco a poco, hay que ir sustituyendo el “¡**BASTA!**” dicho en voz alta por el elástico y decir “¡**BASTA!**” mentalmente (ir bajando el tono poco a poco hasta que no sea necesario pronunciarlo, sino que baste con pensarlo). Cuando logremos controlar el pensamiento perturbador de esta manera, podremos intentar controlarlo sin el elástico, sino sólo con la orden mental “¡**BASTA!**”.

Sustitución del pensamiento: En la última fase, es necesario buscar varias alternativas *saludables* a un pensamiento perturbador. Por ejemplo, si el pensamiento tiene que ver con la valía como persona, se pueden utilizar pensamientos como *todas las personas tienen valía y yo no soy una excepción, soy capaz de lograr cosas si me convengo de que puedo lograrlo* u otras similares. Es necesario que sentirse cómodo/a con las frases que se elijan, que sean propias, que puedan sentirse. Una vez elegidas **varias** frases para cada pensamiento perturbador, es de sustituir el pensamiento perturbador por los saludables.

2. Técnica de distracción: Puede efectuarse de las siguientes tres formas.

1. Concentrarse en el Ambiente.

- Contar objetos (baldosas, vidrios de la ventana, ladrillos de una pared, hojas de un árbol).
- Observar con mucho detalle un objeto o paisaje.
- Concentrarse en una conversación.

2. Ejercicios Mentales.

- Hacer operaciones matemáticas (Sumas, multiplicaciones).
- Contar hacia atrás del 100 hasta 0.
- Cantar una canción.


3. Realizar una actividad absorbente.

- Cocinar.
- Leer, escribir, cantar.
- Dar un paseo.
- Conversar.
- Practicar una técnica de Relajación.



Anexo IV: Hoja de Trabajo.

Indicación: Complete el siguiente recuadro siguiendo las instrucciones del terapeuta.

A: Situación.	B: Pensamiento.	C: Consecuencia.
		

Anexo VII: Tarjetas de Retroalimentación.

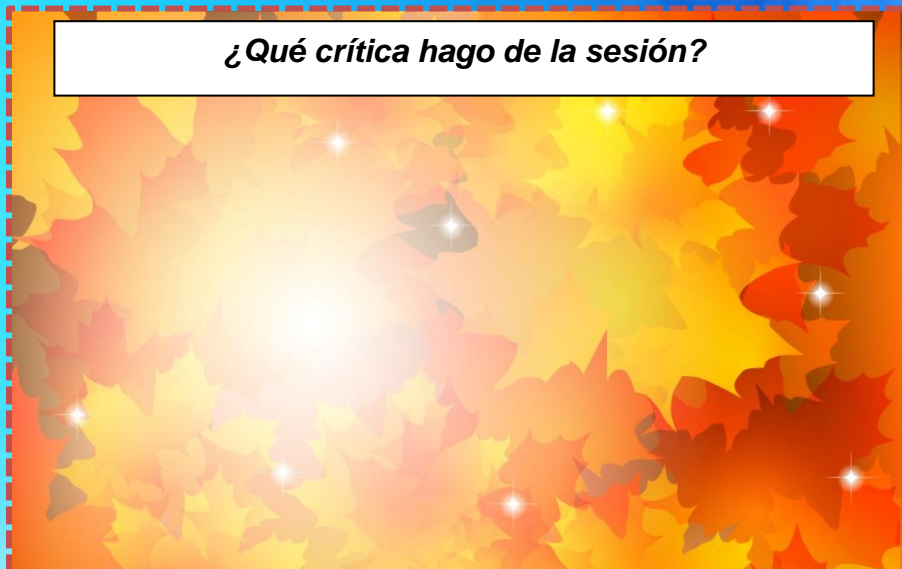
¿Qué aprendí hoy?



¿Qué fue lo que más me gusto de la jornada?



¿Qué crítica hago de la sesión?



**Sesión III: Área cognitiva
2: “Mi mente un desafío
que puedo conquistar.”**





Sesión III: Área Cognitiva II.



Nombre de la Jornada: “Mi mente un desafío que puedo conquistar.”

Tiempo: 120 minutos.

Recursos: Material impreso, hojas de papel de color, papel bond, cartulina, lapiceros, tarjetas, dado, caja de madera, auto-registros.

Técnicas Utilizadas: Identificación de Distorsiones Cognitivas, Debate Racional, Elaboración de Pensamientos Alternativos.

Objetivos: **1.** Promover en las personas la consciencia de sus distorsiones cognitivas y las consecuencias de ellas; **2.** Instruir a las personas en la práctica dialogo socrático de los pensamientos negativos que pueda serles útil en la superación de estos; **3.** Fomentar la generación de pensamientos alternativos que sirvan como recursos en el afrontamiento diario de las situaciones difíciles.

Preliminares.

Rapport: Se iniciará con un respectivo saludo y preguntando a las personas ¿Cómo han estado? ¿Qué tal les ha ido esta semana? ¿Qué cosas positivas les han ocurrido? etc., para iniciar la jornada y crear un ambiente de empatía y confianza entre los terapeutas y los participantes (5 minutos).

Lectura de Agenda: Se hará lectura de los puntos a desarrollar a lo largo de la jornada con la finalidad de orientar a la persona (2 minutos).

Revisión de Tarea: Se efectuará revisión de las tareas asignadas en la jornada anterior, para ello, se efectuará una breve dinámica similar a una rifa, en una pequeña caja irán una serie de papelitos doblados que contendrán tres tipos de pregunta o dos penitencias, siendo estas las siguientes: 1. ¿Qué fue lo que más se le dificultó de la tarea?, 2. ¿Qué le gustó o agradó de la tarea? 3. ¿Qué reflexión puede hacer de la tarea?, 4. Cuente un chiste que se sepa, 5. ¿De qué trató la sesión pasada?, los participantes tendrán que extraer de la cajita dichos

papelitos y responder en base a una de las cinco opciones anteriores que les haya salido (10 minutos).

Lectura Corta:

Lectura: se hará entrega a cada participante de una breve lectura (ver anexo I), la cual deberán de leer junto con el terapeuta y luego discutir brevemente, dicha lectura es la siguiente:

“Nos pasamos la vida esperando a que pase algo y lo único que pasa es la vida... jamás entendemos el valor de los momentos, hasta que se convierten en recuerdos. Todo esto por pensamientos negativos que nos impiden crecer, Por ello es importante hacer lo que se desea y quiere, antes de que se convierta en lo que te gustaría haber hecho. No hagamos de nuestra vida un borrador.... Por que posiblemente no tengamos el tiempo de pasarlo a limpio. Aprovechar a esas personas que tenemos al lado es fundamental, aprovecharnos a nosotros mismos, buscar pensamientos positivos que nos ayuden a crecer a luchar con las ideas negativas que a diario nos bombardean. Bien dicen que la mente es el lugar donde se libran las mejores batallas, y donde se adquiere la fortaleza para seguir adelante, tenemos los recursos y cualidades valiosas que nos ayudaran a conseguir nuestras metas, mientras pensemos positivo y veamos la vida con optimismo todo saldrá bien.” (10 minutos).

Explicación de Ideas Centrales y Esquema (Distorsiones Cognitivas): Es importante que las personas conozcan sobre las distorsiones cognitivas, sus características y sus repercusiones; por ende, para desarrollar este apartado y hacerlo de forma participativa, se hará uso de una caja de madera donde se colocarán una serie de tarjetas cada una con la definición e ilustración de una distorsión cognitiva (Ver anexo II) para que cada participante, tome una la lea y señale lo que comprende de ello, después de cada participación el terapeuta reforzará la explicitación, con el fin de que la temática pueda ser debidamente comprendida por todos los participantes (20 minutos).

Aplicación a la Vida Personal (Identificación de Distorsiones Cognitivas):

Cuando las personas hayan logrado comprender las distorsiones cognitivas, el terapeuta y el co-terapeuta entregarán a cada persona tres tarjetas en blanco, donde escribirán en cada una de ellas, un pensamiento negativo con la distorsión cognitiva que le corresponda. Lo que se busca de esta manera, es facilitar el aprendizaje por medio de la práctica, pero, también permitir que las personas hagan un análisis introspectivo de sus pensamientos negativos (distorsiones cognitivas) y visualizar la afectación que éste genera (20 minutos).

Técnicas Centrales.

-Técnica de Dialogo Socrático (El Dado de Cuestionador): Luego de lo anterior, se solicitará a los usuarios formarse en tres grupos, ya reunidos unirán sus tarjetas (de la actividad anterior) las cuales barajearán y colocarán boca abajo, luego el terapeuta les entregará un dado por grupo, y establecerá la siguiente consigna: “cada uno de Uds., es un jugador que debe lanzar el dado por turnos, luego de ello deberán tomar una tarjeta, leer el pensamiento negativo y hacer una pregunta que cuestione este pensamiento” (cada rostro del dado representa una pregunta; ver anexo III) con esta actividad se pretende ejemplificar el Dialogo Socrático de una forma constructiva y lúdica, como parte esencial en el cambio de cogniciones negativas (20 minutos).

-Técnica de Elaboración de Pensamientos Alternativos: Posteriormente el terapeuta entregará a cada usuario 4 papelitos de color, donde en cada uno de ellos completará una frase por medio de una palabra clave, el primer papelito será de color verde y su palabra clave será “SÉ”; el segundo será de color Rojo y la palabra clave: “PUEDO”; el tercer papelito será de color naranja representando la palabra “DESEO” y el último papelito de color celeste cuya palabra clave es “QUIERO”. Todas ellas son palabras claves en la estructuración de un pensamiento alternativo, que permita hacer reflexionar a los usuarios en saber que son capaces, que tiene el poder de cambiar su situación, que desean salir adelante y que quieren un futuro mejor (15 minutos).

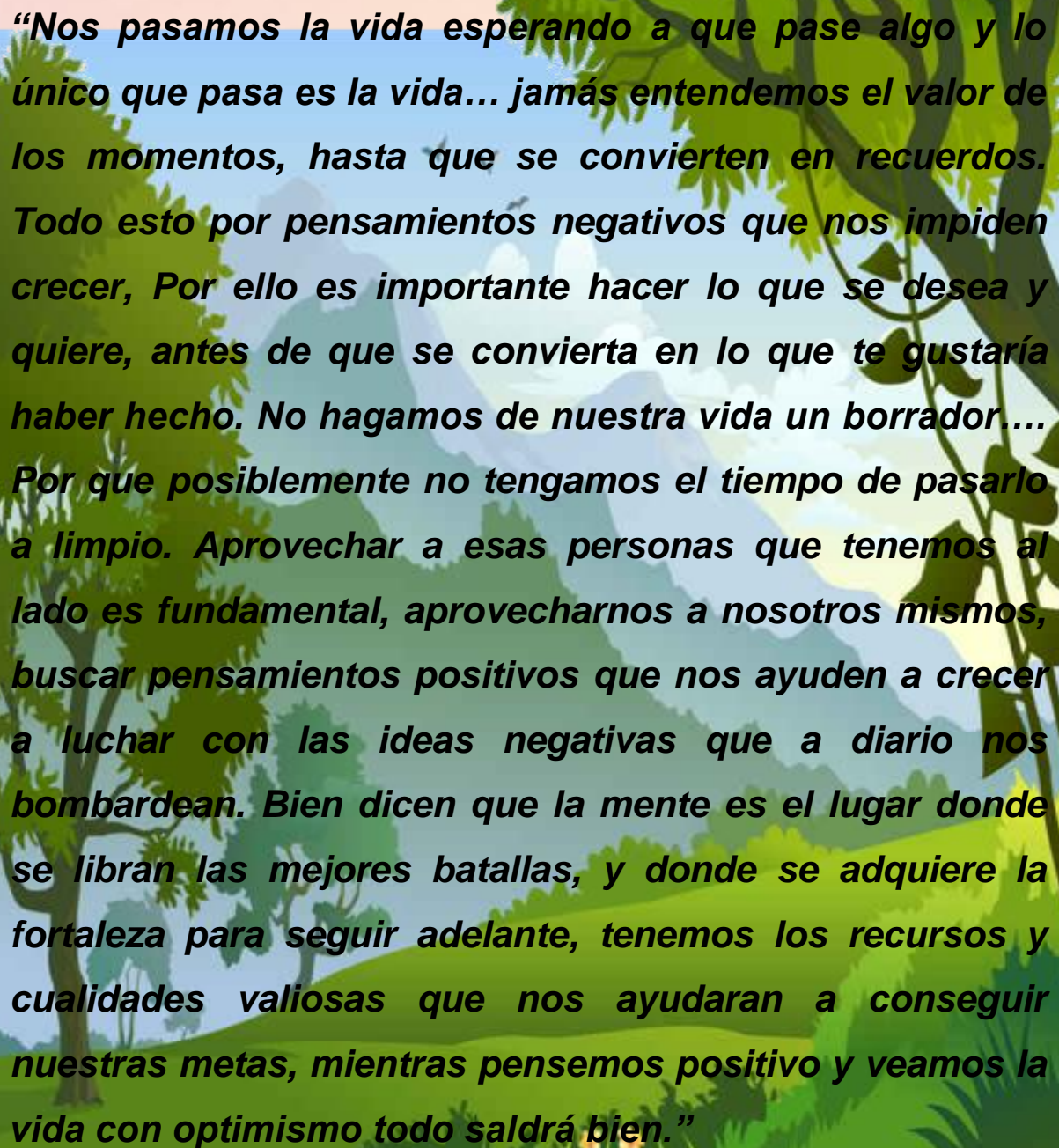
Técnica de Respiración Diafragmática con Imaginación Positiva: Se le solicitará a los usuarios sentarse de la forma más cómoda posible para iniciar la técnica, se practica la respiración diafragmática como retroalimentación “inhala en tres segundos, reteniendo en cuatro y exhalando en 3 segundos”, luego de dos o tres prácticas, se pedirá a los usuarios que con cada expiración imaginen como se van y desaparecen todas las tensiones. Con cada inspiración imaginen como se van llenando de paz y tranquilidad, que con cada inspiración, imaginen que entra en sus pulmones una gran cantidad de energía que queda almacenada en su plexo solar, que al expirar imaginen como esa energía fluye a grandes cantidades por todas las partes de su cuerpo. (El terapeuta puede centrar esas energías en las zonas especialmente tensas, débiles o enfermas del cuerpo de los usuarios) (5 minutos).

Asignación de Tarea: Se entregará una hoja de auto-registro de respiración diafragmática con imaginación positiva (Ver anexo IV) dando las indicaciones sobre cómo llenarla durante el transcurso de la semana. Luego se entregará una hoja con otro auto-registro referido a lo visto a lo largo de la sesión (Reestructuración Cognitiva: Esquema ABCD) que contendrá cinco columnas: 1. hora y fecha, 2. pensamientos que se generan, 3. consecuencias (emocionales, físicas, conductuales), 4. ¿Cómo utilizó la técnica? y 5. Como se sintió luego de la técnica (Ver anexo V) (5 minutos).

Retroalimentación: para desarrollar este aspecto el co-terapeuta colocará un papelógrafo, mientras el terapeuta le entregara a cada persona, una pequeña tarjeta (Ver anexo VIII) donde solicitará a las personas que respondan a los siguientes tres interrogantes: ¿Qué aprendí hoy? ¿Qué comentario o crítica señaló? ¿Qué fue lo que más me gustó? (5 minutos)

Cierre y Despedida: se procederá a agradecer a las personas por su asistencia, su buena voluntad y su disposición e invitarles (3 minutos).

Anexo I: Lectura Corta.



“Nos pasamos la vida esperando a que pase algo y lo único que pasa es la vida... jamás entendemos el valor de los momentos, hasta que se convierten en recuerdos. Todo esto por pensamientos negativos que nos impiden crecer, Por ello es importante hacer lo que se desea y quiere, antes de que se convierta en lo que te gustaría haber hecho. No hagamos de nuestra vida un borrador... Por que posiblemente no tengamos el tiempo de pasarlo a limpio. Aprovechar a esas personas que tenemos al lado es fundamental, aprovecharnos a nosotros mismos, buscar pensamientos positivos que nos ayuden a crecer a luchar con las ideas negativas que a diario nos bombardean. Bien dicen que la mente es el lugar donde se libran las mejores batallas, y donde se adquiere la fortaleza para seguir adelante, tenemos los recursos y cualidades valiosas que nos ayudaran a conseguir nuestras metas, mientras pensemos positivo y veamos la vida con optimismo todo saldrá bien.”

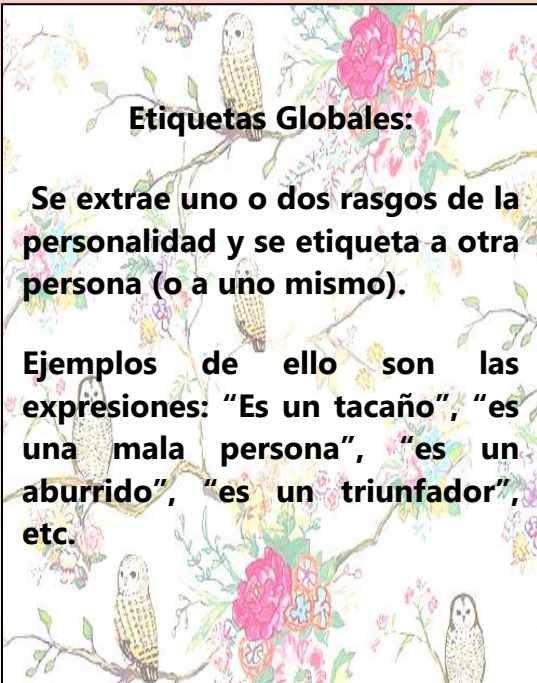
Anexo II: Tarjetas de las Distorsiones Cognitivas.

Exigencias y Perfeccionismo: Son creencias mantenidas en forma rígida e inflexible acerca de cómo debería ser uno y los demás. Por ejemplo: 'Debo de hacer las cosas bien para merecer la aprobación y el afecto de los demás' "no debo llorar" "debo ser fuerte" estas creencias en su mayoría aparecen con un "debo o tengo".

Catastrofismo: Es la tendencia a percibir o esperar catástrofes sin tener motivos razonables para ello. Estas distorsiones son el mejor camino para desarrollar ansiedad, preocupación y el miedo a vivir. El pensamiento catastrófico suele empezar por "Y si...".

Negación: Es la tendencia a negar nuestros problemas, debilidades situaciones o errores. Es la actitud opuesta de las exigencias o el catastrofismo, se concreta en pensar "no me importa", "me da igual", "paso", "no me ocurre nada"

Sobregeneralización: Es la tendencia a creer que si ha ocurrido algo una vez, ocurrirá otras muchas veces. Las palabras que suelen acompañar a esta distorsión son: "nadie", "nunca", "siempre", "jamás", "todos" o "ninguno" etc.

An illustration featuring several owls perched on branches, surrounded by vibrant pink and red flowers and green foliage. The background is white with faint floral patterns.

Etiquetas Globales:

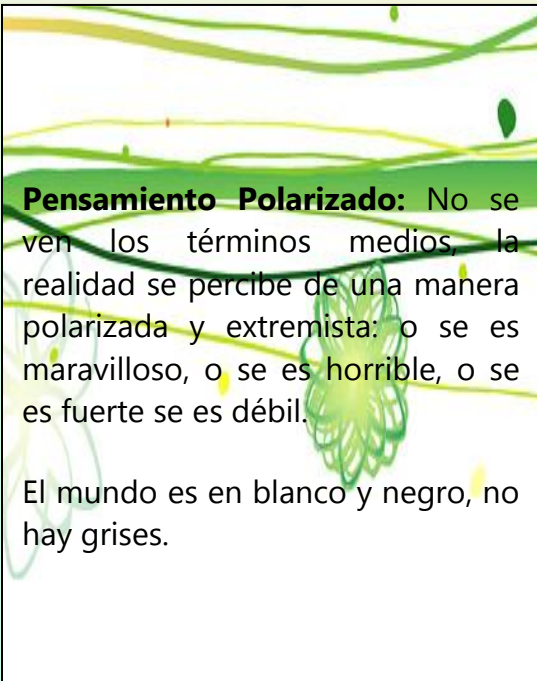
Se extrae uno o dos rasgos de la personalidad y se etiqueta a otra persona (o a uno mismo).

Ejemplos de ello son las expresiones: "Es un tacaño", "es una mala persona", "es un aburrido", "es un triunfador", etc.

A background of vibrant autumn leaves in shades of orange, yellow, and red, with some leaves appearing to glow with light.

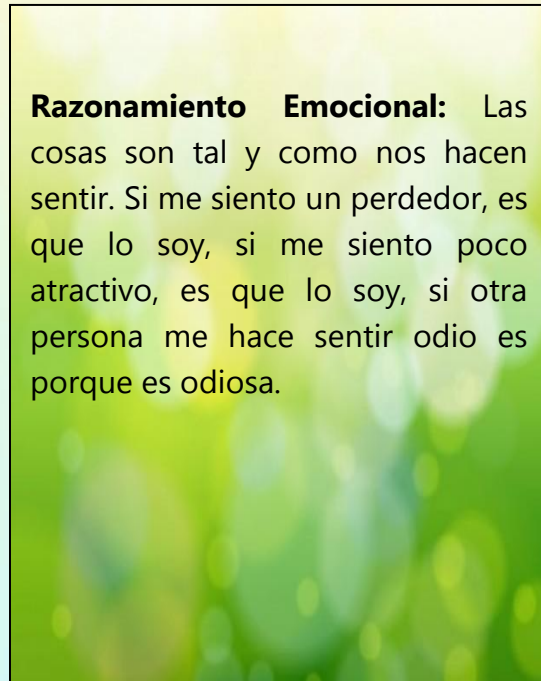
Negativismo: Se agrandan las cosas negativas y no se perciben o se desvalorizan las positivas en uno o en los demás. Una forma característica del negativismo es la realización de presagios y predicciones negativas: "no lograre salir adelante".

Sample your text here
vector eps 80

An abstract background with flowing green lines and a central green floral-like shape, set against a light green gradient.

Pensamiento Polarizado: No se ven los términos medios, la realidad se percibe de una manera polarizada y extremista: o se es maravilloso, o se es horrible, o se es fuerte se es débil.

El mundo es en blanco y negro, no hay grises.

A background of soft, out-of-focus green bokeh lights, creating a dreamy and ethereal atmosphere.

Razonamiento Emocional: Las cosas son tal y como nos hacen sentir. Si me siento un perdedor, es que lo soy, si me siento poco atractivo, es que lo soy, si otra persona me hace sentir odio es porque es odiosa.

Sesgo Confirmatorio: Se perciben y se recuerdan las cosas sesgadamente para que "encajen" con las ideas preconcebidas.

Así si pienso que alguien es torpe tenderé a acordarme de aquellos hechos que me confirman ese juicio.

Lectura de Pensamiento: Creer saber lo que piensan los demás y porqué se comportan de la forma en que lo hacen: "ella está contigo por tu dinero", "piensa que soy un inmaduro", "lo que quiere es ponerme nervioso", "lo que quiere es reírse de mí", "piensa que soy un estúpido"

Personalización: Pensar que todo lo que la gente hace o dice tiene que ver de alguna manera, para bien o para mal, con uno; o que todo lo malo que sucede es culpa o responsabilidad propia.

Filtraje Selectivo: Se escoge algo negativo de uno, de los demás o de las circunstancias y se excluye el resto. El filtraje es una distorsión con la que el mundo toma el aspecto de justamente aquello que más tememos.

Anexo III: Caras del dado (Dialogo Socrático).



¿Es útil o autodestructivo pensar de esta manera?



¿Pensar de esta manera beneficia mi salud? ¿Me ayuda a resolver las situaciones?



¿Me hace sentir bien conmigo mismo, me proporciona alegría?



¿Podría haber interpretación distinta para esto?

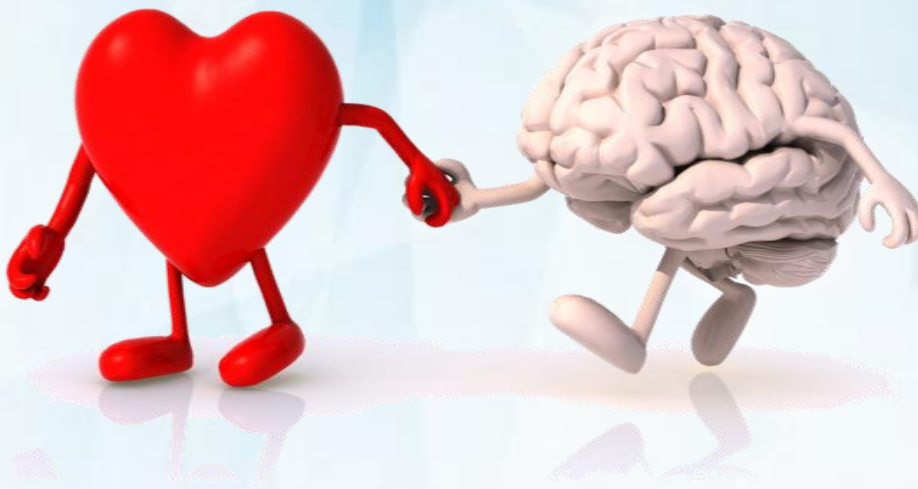


¿Cuáles son las pruebas para creer que mi creencia o creencias negativas (distorsionada) es o son realidad?



¿Puede hacer algo para cambiar esta forma de pensar?

Sesión IV: Área afectiva I: “El sentido y significado de mis emociones.”





Nombre de la Jornada: “El sentido y significado mis emociones.”

Tiempo: 120 minutos.

Recursos: Material impreso, globo, lana, papel de color, tarjetas pequeñas, post-it, caja pequeña de cartón, esquema, plumones, marcadores, lapiceros, lápices, pinturas, pliego de papel bond, otros.

Técnicas Utilizadas: Psicoeducación y Gestión emocional.

Objetivos: **1.** Instruir a los usuarios en la comprensión de la función, cualidades, características e importancia de sus procesos afectivo-emocionales; **2.** Orientar a los usuarios en el manejo y expresión adecuada de las emociones en su entorno social y personal.

Preliminares.

Rapport: Se establecerá un breve saludo con los usuarios a fin de crear un clima de empatía, confianza, disposición y cordialidad entre los terapeutas y los usuarios, lo cual proporcione un adecuado desarrollo de cada punto de la jornada.

Lectura de Agenda: Se hará lectura de los puntos a desarrollar a lo largo de la jornada con la finalidad de orientar a la persona (3 minutos).

Revisión de Tarea: para hacer revisión de la tarea asignada en la jornada anterior, se invitará a los usuarios a ponerse en pie, formar un círculo, el terapeuta entregará un globo, del cual penderá una hebra de lana, a la que el terapeuta encenderá con un fosforo⁶³, los usuarios tendrán que pasarlo rápido a su compañero de la izquierda, cuando la pequeña llama toque el globo éste explotará a quien esto le suceda, el terapeuta le efectuará una de tres interrogantes: 1. ¿Qué fue lo que más se le dificultó de la tarea?, 2. ¿Qué le gustó o agradó de la tarea? 3. ¿Qué reflexión puede hacer de la tarea? (10 minutos).

⁶³ Serán tomadas las mayores medidas y acciones de seguridad.

Lectura Corta:

Lectura: se entregará a cada participante de una breve lectura (ver anexo I), la cual deberán de leer junto con el terapeuta y luego discutir brevemente; dicha lectura es la siguiente:

“Desde que nací me acompañan unas amigas nunca me han dejado, siempre a mi lado, si algo me sucede, están pendientes en lo que pueden, si algo me pasa ellas me abrazan, una me da una sonrisa en aquellos momentos bellos de la vida, la otra me hace llorar cuando no puedo olvidar, mi otra amiga me pone roja e incluso me alborota, otra me invade de ideas que me desesperan, una de ellas me invita a despreciar lo que no puedo soportar; todas ellas son importantes pero algunas me resultan estresantes, por ello pararas en algún momento, me dará cierto aliento. Algunas de ellas son fugaces tal vez ni las notase, te las presento se llaman emociones.

También tengo amigos, que me acompañan desde mi hogar, eso ni de dudar, dicen que son eternos, no sé si estoy de acuerdo, los llaman sentimientos, de quienes me sostengo, duran tanto tiempo, que se vuelven cimientos, sobre los cuales mi vida, se desarrolla cada día. A veces son buenos, pero en otros casos se vuelven extremos. Por ellos necesito aprender, saber y comprender, que se puede hacer con ellos para que no me controlen, sino más bien me apoyen.” (10 minutos).

Explicación de Ideas Centrales y Esquema (Psicoeducación Afectivo-Emocional): El terapeuta explicitará a los usuarios sobre la importancia de las emociones, para este apartado se hará uso de una pequeña cajita que contendrá preguntas (Ver anexo II); cada participante tomara una la leerá y en seguida el terapeuta desarrollara ese tópico; la idea es desarrollar la temática e idea principal de una forma más dinámica (20 minutos).

Dinámica: se le colocara en la frente a cada persona una tarjeta con una emoción (Ver anexo III) sin que esta lo sepa, las emociones se repetirán dos veces, la idea es que los participantes se busquen entre si hasta encontrar su pareja (la persona

que tenga la misma emoción), se le dirá al inicio que la única forma de comunicarse es por gestos o mímicas, no podrán hablar (15 minutos).

Aplicación a La Vida Personal: En este apartado el terapeuta solicitará a las personas agruparse, a cada persona le entregará cuatro post-it, en dos de ellos escribirán dos situaciones agradables que les hayan sucedido en el transcurso de la semana, en los dos restantes por su parte escribirán dos situaciones negativas; ya escritas, el terapeuta dibujará o entregará a cada grupo una pirámide (pirámide de Maslow; Ver anexo IV) con la cual explicará como los factores que las satisfacen producen emociones agradables y como los factores de privación generan emociones desagradables, luego de ello, planteará el reto, que cada persona en equipo colocarán sus experiencias positivas y negativas donde creen corresponda, esto de la forma más rápida posible, procurando no equivocarse y vencer al resto de equipos; realizado lo anterior el facilitador explicará que resulta en la mayoría de ocasiones imposible o difícil influir en las situaciones externas y que no podemos elegir siempre los satisfactores o privaciones, pero que tenemos la libertad de saber cómo gestionar nuestras emociones, y para mostrar cómo hacerlo adecuadamente, el terapeuta hará uso de un cuadro de doble entrada (ver anexo IV. A) donde se especifica y explican dos formas de actuar ante estas situaciones (siendo proactivo o siendo reactivo) (20 minutos)

Técnicas Centrales: El terapeuta solicitará a los usuarios mantenerse en grupos, les asignará un papelógrafo y les planteará dos preguntas que como grupo tendrán que responder con un dibujo ¿Por qué son importantes mis emociones? ¿Cómo se reflejan en mi vida cotidiana? los grupos deberán ponerse de acuerdo en dibujar lo que les represente como grupo y responda a dichas preguntas, luego de ello, explicarán a los demás su dibujo (15 minutos).

Técnica de Respiración Alternante: este es un ejercicio de gran ayuda en control o regulación de malestares psicofisiológicos como cefaleas. Se pedirá a los usuarios **1.** Sentarse en una posición cómoda, **2.** Apoyar los dedos índice y medio de la mano derecha sobre la frente, **3.** Cerrar su ventana o fosa nasal derecha con el dedo pulgar, **4.** Inhalar lentamente por su fosa izquierda y **5.** Cerrar su ventana

izquierda con el dedo anular y abrir simultáneamente la ventana derecha, quitando de ella el dedo pulgar, **6.** Exhalar lentamente y de la forma más profunda que pueda por la fosa derecha, **7.** Inhalar por el lado derecho, **8.** Cerrar la ventana derecha con el pulgar y abrir la izquierda, **9.** Exhalar por el lado izquierdo, **10.** Repetir el ejercicio 10 a 15 veces (5 minutos).

Asignación de Tarea: se entregará a cada usuario dos Autorregistros, el primero referido a la puesta en práctica durante la semana de acciones proactivas o reactivas ante las situaciones que le acontezcan durante la siguiente semana (Ver anexo V); por su parte el segundo auto-registro será sobre la puesta en práctica de la Respiración Alternante (Anexo VI) (5 minutos).

Retroalimentación: Para evaluar los conocimientos y aprendizajes adquiridos por los usuarios, el terapeuta colocará previamente a la sesión un papelito de color bajo el asiento de cada participante cada color de papelito representará una pregunta para la evaluación: el verde que aprendí hoy, el celeste que fue lo que más me gusto y el rojo que fue lo que no me gusto, cada participante deberá responder de acuerdo al color de papelito que encontró bajo su silla (5 minutos).

Cierre y Despedida: se procederá a agradecer a las personas por su asistencia, su buena voluntad, su disposición e invitarles a la próxima sesión (2 minutos).



Anexo I: Lectura.



"Desde que nací me acompañan unas amigas nunca me han dejado, siempre a mi lado, si algo me sucede, están pendientes en lo que pueden, si algo me pasa ellas me abrazan, una me da una sonrisa en aquellos momentos bellos de la vida, la otra me hace llorar cuando no puedo olvidar, mi otra amiga me pone roja e incluso me alborota, otra me invade de ideas que me desesperan, una de ellas me invita a despreciar lo que no puedo soportar; todas ellas son importantes pero algunas me resultan estresantes, por ello pararlas en algún momento, me dará cierto aliento. Algunas de ellas son fugaces tal vez ni las notase, te las presento se llaman emociones.

También tengo amigos, que me acompañan desde mi hogar, eso ni de dudar, dicen que son eternos, no sé si estoy de acuerdo, los llaman sentimientos, de quienes me sostengo, duran tanto tiempo, que se vuelven cimientos, sobre los cuales mi vida, se desarrolla cada día. A veces son buenos, pero en otros casos se vuelven extremos. Por ellos necesito aprender, saber y comprender, que se puede hacer con ellos para que no me controlen, sino más bien me apoyen."



Anexo II: Preguntas para explicación del tema.

¿Qué son las emociones?

¿Qué emociones existen?

¿Qué son los sentimientos?

¿Qué tipos de sentimientos existen?

¿Qué es la inteligencia emocional? ¿Por qué es importante?

Como las emociones se relacionan con mis pensamientos.

Porque debo prestarles atención.

Cuáles son mis emociones alteradas.

¿Cuáles son las consecuencias de estas?

Como puedo controlarlas: 1) respiración; 2) detención de estas; 3) relajación y meditación.

Anexo III: Tarjeta de emociones.





Anexo IV: Pirámide de Maslow.

Esquema a utilizar.



Anexo IV. a: Cuadro complementario de Técnica (Pirámide): Como gestionar emociones con nuestra actitud.

	Proactivo.	Reactivo.
	Carpe-Diem.	Relajación, Confort, Conformismo.
	Auto-motivación.	Retraerse, aislarse, huir.



Anexo VI: Auto-registro.

Universidad de El Salvador.

Facultad de Ciencias y Humanidades.

Departamento de Psicología.



Autorregistro de Respiración Alternante.

Indicaciones: Ud. Deberá practicar la técnica de respiración alternante una vez al día, deberá anotar en la tabla de abajo el día, la hora, cómo se sentía antes de la técnica, cómo se sintió luego de practicarla y el nivel de relajación después de realizar la respiración.

Día y Hora,	Como se sentía antes de realizar la técnica.	Como se sintió luego de realizarla.	Nivel de Relajación (De 0 a 10).

"Quien no tiene tiempo para cuidar de su salud. Algún día tendrá que tener tiempo, dinero y paciencia para cuidar de su enfermedad."

Sesión V: Área afectiva II: "El sentido y propósito de mi vida."





Sesión V: Área Afectiva II.



Nombre de la Jornada: “El sentido y propósito de mi vida.”

Tiempo: 120 minutos.

Recursos: Material impreso, Material impreso, hojas de papel de color, papel bond, plastilina, colores, lápices, otros.

Técnicas Utilizadas: Ventilación Emocional y Metáforas.

Objetivos: 1. Contrarrestar los síntomas depresivos mediante técnicas simbólicas pero de gran contenido emocional; 2. Fortalecer los recursos emocionales de los usuarios; 3. Propiciar la exteriorización de las emociones de los usuarios.

Preliminares.

Rapport: Se dará un breve saludo a cada participante, preguntando sobre su semana, para establecer un ambiente de ameno (5 minutos).

Lectura de Agenda: Se hará lectura de los puntos a desarrollar a lo largo de la jornada con la finalidad de orientar a la persona (5 minutos).

Revisión de Tarea: se revisara el Autorregistro de la jornada anterior, se preguntara sobre las dificultades que se tuvieron y el aprendizaje obtenido (10 minutos).

Lectura Corta.

Lectura Corta: se hará entrega a cada participante de una breve lectura (ver anexo I), la cual deberán de leer junto con el terapeuta y luego discutir brevemente; dicha lectura es la siguiente:

“En la antigua Europa utilizaban un instrumento musical llamado la “guzla” su nombre deriva del turco “gazi” que significa “cuerda de crin”. Podemos comparar a la guzla con el alma humana: la guzla tiene sólo tiene una cuerda y nosotros sólo una oportunidad de vivir, realizarnos y ser felices en este intrigante y esplendoroso

episodio que es la vida. Para la cual vamos de paso como creían los antiguos egipcios, cruzando el océano de la vida a la muerte. Sueña por tanto lo que quieras soñar y volver tus sueños realidad. Ve donde te lleven tus ansias, pues solo un sendero tienes en el ciclo vital. Ama lo que te dicte el corazón, que tan sólo tienes un día para dar el amor que llevas dentro. Canta lo que quieras cantar, pues hoy es el tiempo de la canción. Da gustoso tus frutos a la vida, pues eres ese árbol de una sola estación. Finalmente, sé lo que quieras ser, pues sólo tienes este instante en el tiempo y un breve espacio en el universo para poder realizarte y ser feliz. Tan sólo “un día” tienes como la guitarra turca tan sólo una cuerda. Un día como la mariposa, como la flor de la llanura. Una noche tan sólo, como la estrella del sur. Tan sólo una vida, una oportunidad maravillosa para hacer todas las cosas hermosas que quieras hacer y alcanzar, piensa en esto, sé que aunque hay dificultades, pero tenemos la oportunidad de poder elegir como llevar mi vida, mis pensamientos y mis emociones, quiérete, amate, nunca te dejes, nunca te abandones, tú mismo eres el arquitecto de tu vida.” (10 minutos).

Explicación de Ideas Centrales (Psicoeducación): Para efectuar esta área de la jornada, se realizará en las siguientes tres etapas: **1.** El terapeuta narrará brevemente la Historia de Viktor Frankl ya que algunos aspectos de dicho personaje se asemejan a la vida de los usuarios (violencia, abandono forzado del hogar, pérdidas de seres queridos, etc.); **2.** Destacar el papel el papel de las emociones en las crisis de la vida, la tristeza, su importancia y características; **3.** Para desarrollar este último punto se formaran grupos, a quienes se les entregará de una breve metáfora o parábola (Ver anexo II) de forma grupal deberán leerlo, comentarlo y luego reflexionarlo, exponiéndolo luego a los demás grupos, el objetivo de dicha estrategia es promover un pensamiento reflexivo que modifique la concepción negativa que se asigna a la tristeza (30 minutos).

Aplicación a la Vida Personal (Exteriorizando emociones): se asignará a cada usuario un trozo de plastilina, el terapeuta indicará que con dicho elemento de forma metafórica/simbólica deberán representar su tristeza, es decir, crear una figura que refleje su estado emocional, esto de la manera más creativa; cuando ya

hayan terminado la figura los usuarios tendrán que explicarla (sin entrar en detalles sobre el hecho traumático, únicamente en su emoción); el terapeuta explicitará que “los seres humanos somos como la plastilina, ya que nos adaptamos y moldeamos a las situaciones difíciles sobreponiéndonos a ellas si nos lo proponemos”, luego pedirá que las personas destruyan esa figura, para elaborar una nueva, una que represente la fuerza, voluntad y optimismo por superar los obstáculos (15 minutos).

Técnica Central (Símbolos y Propósitos): El terapeuta entrega páginas de papel bond, colores, plumones a cada usuario, pedirá a la persona que dibuje tres símbolos que representen su pasado, su presente y su anhelo para el futuro, junto a éste último de dibujo se pedirá a los usuarios dibujen en otra página el contorno de una de sus manos y que dentro escriba todas las cosas por las que está o se siente agradecida. El objetivo de la actividad es propiciar la expresión emocional y que la persona canalice los significados emotivos, así como establecer aspectos positivos para contrarrestar los síntomas depresivos (20 minutos).

Técnica de Entrenamiento Autógeno: en esta jornada se abordará el entrenamiento (ver anexo III) (15 minutos).

Asignación de Tarea: Se hará entrega de un Autorregistro a los usuarios sobre la práctica del entrenamiento autógeno en el transcurso de la semana (Ver anexo IV); una segunda tarea es proponer a los usuarios que se escriba a sí mismo una carta desde el futuro, diez o quince años adelante. Donde ha superado los problemas que les traído a terapia, y es una versión mayor de sí misma, en dicha carta debe animar a la persona actual y le comente como logró salir adelante (5 minutos).

Retroalimentación: se realizará mediante una lluvia de ideas sobre todo lo aprendido en la sesión, y se escribirán en un papelógrafo (10 minutos).

Cierre y Despedida: se agradecerá a cada uno por su participación y colaboración, y se dará por finalizada la sesión; haciendo la atenta invitación para la próxima jornada (2 minutos).

Anexo I: Lectura Corta.

“En la antigua Europa utilizaban un instrumento musical llamado la “guzla” su nombre deriva del turco “gazl” que significa “cuerda de crin”. Podemos comparar a la guzla con el alma humana: la guzla tiene sólo una cuerda y nosotros sólo una oportunidad de vivir, realizarnos y ser felices en este intrigante y esplendoroso episodio que es la vida. Para la cual vamos de paso como creían los antiguos egipcios, cruzando el océano de la vida a la muerte. Sueña por tanto lo que quieras soñar y volver tus sueños realidad. Ve donde te lleven tus ansias, pues solo un sendero tienes en el ciclo vital. Ama lo que te dicte el corazón, que tan sólo tienes un día para dar el amor que llevas dentro. Canta lo que quieras cantar, pues hoy es el tiempo de la canción. Da gustoso tus frutos a la vida, pues eres ese árbol de una sola estación. Finalmente, sé lo que quieras ser, pues sólo tienes este instante en el tiempo y un breve espacio en el universo para poder realizarte y ser feliz. Tan sólo “un día” tienes como la guitarra turca tan sólo una cuerda. Un día como la mariposa, como la flor de la llanura. Una noche tan sólo, como la estrella del sur. Tan sólo una vida, una oportunidad maravillosa para hacer todas las cosas hermosas que quieras hacer y alcanzar, piensa en esto, sé que aunque hay dificultades, pero tenemos la oportunidad de poder elegir como llevar mi vida, mis pensamientos y mis emociones, quiérete, amate, nunca te dejes, nunca te abandones, tú mismo eres el arquitecto de tu vida.”

Anexo II: Metáforas (Historias Terapéuticas).

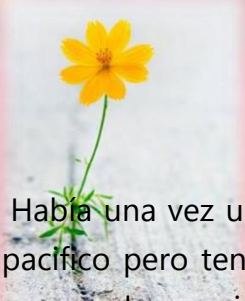
Primera Historia:

El alto costo de amar.

Cuenta la leyenda que una mujer fue al río Estigia en donde Caronte un gentil balseiro, estaba listo para llevarla a la región de los muertos. Caronte le recordó a la mujer que tenía el privilegio de beber de las aguas del Río y si ella lo hacía olvidaría por completo todo lo que dejaba atrás. Ansiosa y un poco contenta le respondió la mujer: "olvidaré lo que he sufrido" a lo que Caronte le respondió: "pero recuerda también olvidarás tus alegrías". Entonces le dijo la mujer "olvidaré mis fracasos" el viejo balseiro añadió: "y también tus victorias". Nuevamente la señora respondió: "olvidaré como he sido lastimada". El respondió: "también olvidarás como has sido amada". Entonces la mujer se detuvo a pensar la situación cuidadosamente. La historia termina diciéndonos que ella no bebió de las aguas del Río. Prefirió tener sus recuerdos, aun los de su sufrimiento y pena, en lugar de ceder los recuerdos de sus alegrías y sus amores.

Alguien escribió que "el no haber sufrido es no haber sido humano". El dolor pasa, los recuerdos permanecen; los seres queridos nos dejan, hay situaciones difíciles, pero también los recuerdos y situaciones positivas perduran. Y somos mucho más ricos por haber sufragado el alto costo de amar.





Segunda Historia:

Parábola de la Tristeza.

Había una vez un pequeño pueblo a las orillas de un río en la selva, era un lugar pacífico pero tenía un gran problema: la boa constrictora (serpientes). Estas boas no eran las serpientes que conocemos hoy en día, sino mucho más grandes. Eran animales fuera de control cuya crueldad solo era superada por su apetito. La mayor parte del tiempo se alimentaban de otros animales, pero sin duda alguna, el alimento favorito de la boa eran los humanos. Un día una mujer se puso a hablar su dolor, estrechamente relacionado con la boa. Hablaba sobre sus dos hijos que habían sido devorados por la bestia, y se lamentaba por vivir en un lugar tan poco seguro. En voz alta se preguntó si no había quien pudiera acabar con el reino de terror de las serpientes. Su esperanza era que la gente del pueblo viviera en paz. Un hombre que tocaba la flauta escuchó la pena y sufrimiento. Se puso a pensar en lo que la mujer había dicho y decidió hacer algo al respecto. Empacó un costal de maíz y un pequeño cuchillo y salió a la selva. El hombre eligió cuidadosamente el lugar en la selva y se sentó a tocar la flauta. Estaba consciente de que la boa se acercaba pero aun así continuó tocando. De repente la serpiente lo atacó y se lo tragó. La oscuridad dentro de la panza de la serpiente era total, el flautista se acomodó lo mejor que pudo desempacó sus pertenencias y el cuchillo. Utilizó su arma para ir cortando poco a poco la panza de la serpiente. La serpiente reaccionó al terrible dolor, el flautista sabía que le iba a tomar un buen rato terminar la tarea de matar aquella enorme serpiente, cada vez que sentía hambre le cortaba un pedacito de panza, esto duró un buen tiempo y la boa sentía un terrible padecimiento. Por tal causa, se aseguró de decirles a todas sus amigas serpientes que no volvieran a comer humanos para no sufrir las punzantes consecuencias. Después de un tiempo el flautista llegó al corazón de la bestia y al cortarlo esta murió. El hombre salió y regreso al pueblo donde contó su proeza y mostró como prueba. La gente supo entonces que la serpiente estaba muerta.



Tercera Historia:

Lo interno de nuestras vidas.

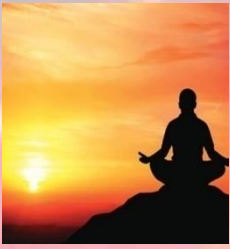
Había una vez un niño que solía golpear un tambor todo el día, todos los días, no paraba. Algunos decían que no podía parar. Se hicieron varios intentos para acabar con el incesante ruido. Una persona le dijo que se le perforarían los tímpanos si continuaba haciendo tanto escándalo. Sin embargo, este razonamiento fue demasiado complicado para el niño, quien no era ni un científico ni un académico.

Una segunda persona le dijo al niño que tocar el tambor era una actividad sagrada, de la cual debería ser realizada solamente en ocasiones especiales y bajo la dirección de gente especial. Pero no dio resultado.

Una tercera persona ofreció tapones para los oídos a sus vecinos, para que pudieran aislar el ruido del tambor y evitar su ritmo estruendoso. Una cuarta persona le dio un libro al niño: "toma lee esto, es sobre técnicas para tocar el tambor" y de igual forma no funcionó. Una sexta persona dio a sus vecinos libros acerca de cómo lidiar con el ruido, controlar la ira y la frustración. Una sexta persona le dio al muchacho ejercicios de meditación para tranquilizarse y le explicó que la realidad estaba en su interior.

Una persona muy sabia aportó la clave para solucionar la crisis. Le dio al muchachito un martillo y un cincel y le dijo: "me pregunto que habrá dentro del tambor".





Anexo III:

PASOS PARA LA TECNICA DE ENTRENAMIENTO AUTOGENO

1. Siéntese en una posición cómoda con los ojos cerrados.
2. Tome conciencia de cualquier ruido fuera del salón o lugar dónde nos encontremos (hacerlo durante 10 segundos aproximadamente)
3. Tome conciencia de cómo se siente el cuerpo en la silla (donde estemos sentados), de los puntos de contacto de la cabeza, la espalda, los brazos, las piernas, etc. (hacerlo durante 10 segundos aproximadamente).
4. Repita mentalmente lo siguiente: “Estoy completamente tranquilo/a”.
5. Luego, concéntrese en su brazo derecho. Comience a decirse mentalmente “Mi brazo derecho me pesa mucho” (3 veces, alternándolo con “Estoy completamente tranquilo/a”). Luego, repetir lo mismo con el brazo izquierdo, la pierna derecha y la pierna izquierda. Así: “Mi brazo derecho me pesa mucho, estoy completamente tranquilo/a” (3 veces). Luego, “Mi brazo izquierdo me pesa mucho, estoy completamente tranquilo/a” (3 veces). Luego “Mi pierna derecha me pesa mucho, estoy completamente tranquilo/a” (3 veces). Y luego “Mi pierna derecha me pesa mucho, estoy completamente tranquilo/a” (3 veces).
6. Después de esto, vuelva a concentrarse en su brazo derecho para decirse mentalmente “Mi brazo derecho está caliente” (3 veces, alternándolo con “Estoy completamente tranquilo/a”). Luego, repetir lo mismo con el brazo izquierdo, la pierna derecha y la pierna izquierda.
7. Apoye la mano sobre la zona del corazón. Concéntrese en esa zona y repita mentalmente “Mi corazón late tranquilo y fuerte” (3 veces, alternándolo con “Estoy completamente tranquilo”).
8. Céntrese en tu respiración sin forzarla ni cambiarla y repita mentalmente “Mi respiración es tranquila, algo respira en mí” (3 veces, alternándolo con “Estoy completamente tranquilo”).
9. Concéntrate en el plexo solar (zona entre el ombligo y el final del esternón) y repite mentalmente “Mi plexo solar irradia calor” (3 veces, alternándolo con “Estoy completamente tranquilo”).
10. Concéntrese en la frente y repita mentalmente “Mi frente está agradablemente fresca” (3 veces, alternándolo con “Estoy completamente tranquilo”).
11. Induzca nuevamente todo el ciclo repitiendo mentalmente: “Estoy completamente tranquilo... Mi cuerpo de pesa mucho... Mi cuerpo está caliente... Mi corazón late tranquilo y fuerte... Mi respiración es tranquila, algo respira en mí... Mi plexo solar irradia calor... Mi frente está agradablemente fresca... Estoy completamente tranquila”.
12. Finalmente, respire profundamente al menos 3 veces, vaya moviendo lentamente y de a poco las distintas partes de nuestro cuerpo (pies, piernas, manos, brazos, etc.). Luego, abra los ojos lentamente cuando lo considere necesario.

Anexo IV:
UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

Autorregistro del entrenamiento autógeno.

INDICACION: Ud. Deberá practicar la técnica del entrenamiento autógeno una vez al día, deberá anotar en la tabla de abajo la hora, la facilidad con la que pudo efectuar la técnica, la concentración durante el ejercicio y el grado de relajación después de realizar el entrenamiento autógeno, en escalas de 0 a 10.

Nombre: _____ **Fecha:** _____

DIA	HORA	FACILIDAD PARA RESPIRAR (0-10)	CONCENTRACION DURANTE EL EJERCICIO (0-10)	RELAJACION AL ACABAR (0-10)
LUNES				
MARTES				
MIERCOLES				
JUEVES				
VIERNES				
SABADO				

Sesión VI: Área somática

1: autocuidado.





Sesión VI: Área Somática I.



Nombre de la Jornada: “Mi salud es importante.”

Tiempo: 120 minutos.

Recursos: Material impreso, recortes, pegamento, papelografo, otros.

Técnicas Utilizadas: Autocuidado.

Objetivo: Concientizar a los usuarios sobre la importancia del autocuidado de la salud física y mental, y fomentar así un estilo de vida más saludable que les permita desarrollarse plenamente.

Preliminares.

Rapport: se proporcionará un breve y cordial saludo a los usuarios, agradeciendo su asistencia, y al mismo tiempo crear un ambiente de cordialidad, calidez y confianza que propicie un buen desarrollo de la jornada (5 minutos).

Lectura de Agenda: se dará lectura a cada aspecto a desarrollar durante la jornada (3 minutos).

Revisión de Tarea: el terapeuta asignará un número del 1 al 3 a cada participante, a quien le corresponda el número 1 el terapeuta le preguntará ¿Que fue lo que más se le facilitó de la tarea?; al número dos se le preguntará ¿Qué fue lo que más se le dificultó? y al número 3 ¿Qué reflexión extrae de la tarea? (10 m)

Lectura Corta.

Lectura Corta: se hará entrega a cada participante de una breve lectura (ver anexo I), la cual deberán de leer junto con el terapeuta y luego discutir brevemente; dicha lectura es la siguiente:

“El autocuidado hace referencia, a esa responsabilidad que tenemos con nuestro cuerpo, tanto la salud física como mental. El autocuidado demuestra cuanto te amas a ti mismo/a y te permite tener una mejor calidad de vida. Recuerda que

quien no tiene tiempo para cuidar de su salud algún día tendrá que tener tiempo, dinero y paciencia para cuidar de su enfermedad". (10 minutos).

Explicación de ideas centrales (Psicoeducación): el terapeuta mediante un breve material entregado a los usuarios (ver anexo II) explicará la importancia del autocuidado en la prevención de enfermedades físicas y psicológicas, detallará sobre las variables implícitas en el autocuidado (25 minutos).

Técnica Central: se formarán 3 grupos y se les entregará un papelgrafo, en el cual tendrán que realizar un collage de sus hábitos de autocuidado en el área de la alimentación, ejercicio, sueño y relajación (ver anexo III). Para esto en una mesa se ubicarán varias imágenes alusivas a hábitos saludables y no saludables para que puedan elaborar su collage, luego lo compartirán con el resto de personas. Después de la reflexión cada uno escribirá en un post-its los hábitos que va cambiar o mejorar (35 minutos).

Técnica de Relajación Progresiva: se iniciará con esta técnica, específicamente con los músculos del rostro y cuello (ver anexo IV) (10 minutos)

Asignación de Tarea: Se le entregará a cada usuario dos Autorregistro (ver anexo V de la sesión) y se explicará su llenado (5 minutos).

Retroalimentación: se formará un círculo con todos los participantes y se les preguntará que aprendieron en esta sesión, que fue lo que más les gustó y que no les gustó. Ellos responderán de forma voluntaria (10 minutos).

Cierre y Despedida: se agradecerá por la asistencia y participación, motivándoles a continuar asistiendo y realizar sus tareas (2 minutos)

Anexo I: Lectura.

“El autocuidado hace referencia, a esa responsabilidad que tenemos con nuestro cuerpo, tanto la salud física como mental. El autocuidado demuestra cuanto te amas a ti mismo/a y te permite tener una mejor calidad de vida. Recuerda que quien no tiene tiempo para cuidar de su salud algún día tendrá que tener tiempo, dinero y paciencia para cuidar de su enfermedad”.



AUTOCUIDADO

Autocuido: Es la práctica de actividades que los individuos realizan en favor de sí mismos para mantener la vida, la salud y el bienestar. Es el poder de un individuo para dedicarse a actividades estimativas y de producción esenciales para el autocuidado.

Elementos del Autocuido o Autocuidado.

Alimentación saludable

Una alimentación saludable es aquella que aporta todos los nutrientes esenciales y la energía que cada persona necesita para mantenerse sana.

Una persona bien alimentada tiene más oportunidades de:

- Desarrollarse plenamente.
- Vivir con salud.
- Aprender y trabajar mejor.
- Protegerse de enfermedades.

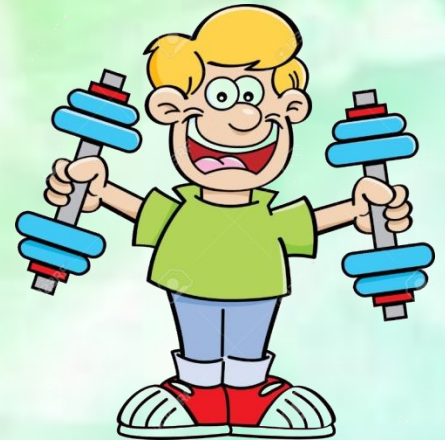


La alimentación variada asegura la incorporación y aprovechamiento de todos los nutrientes que necesitamos para crecer y vivir saludablemente.



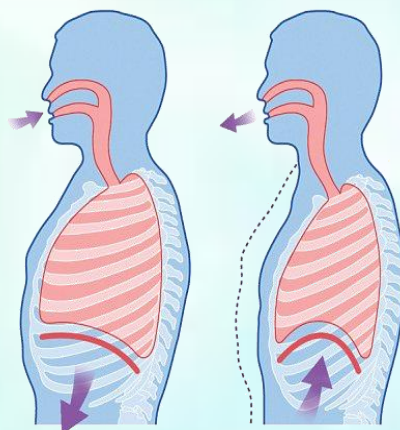
Ejercicio.

Se llama ejercicio físico a cualquier actividad que mejora y mantiene la aptitud física, la salud y el bienestar de la persona. Se lleva a cabo por varias razones, como el fortalecimiento muscular, mejorar el sistema cardiovascular, desarrollar habilidades atléticas, deporte, pérdida de grasa o mantenimiento, y el bienestar emocional así como actividad recreativa.



Técnicas relajación

Relajación: Una técnica de Relajación es cualquier método, procedimiento o actividad que ayude a la persona a reducir su tensión física y/o mental. Generalmente permite que la persona alcance un mayor nivel de calma y tranquilidad, reduciendo sus niveles de estrés, ansiedad o ira. La relajación física o mental está íntimamente relacionada con la alegría, la calma y el bienestar personal del individuo.



Descanso.

Dormir, hace que nos sintamos bien al momento del sueño como a lo largo del día. Es importante tener un sueño placentero durante la noche ya que esto es lo que determina el estado de ánimo que tengas a lo largo del día. Por regla general, las personas necesitamos entre 6 y 9 horas de sueño para sentirnos descansados y con energías para afrontar un nuevo día.



Tu cerebro ESTÁ OCUPADO
Durante el descanso fortaleces tu memoria o practicas las habilidades que aprendes durante el día

Te ayuda a tener mejores ideas y ser más creativo

6 a 8 horas
Menos de 6 a 8 horas puede ser muy malo para tu salud.
Dormir más de 9 horas al día no te perjudica a tu salud

Mejora tu sistema cardiovascular
Una siesta de 45 minutos al día, tiene beneficios para el sistema cardiovascular: tu presión arterial se mantiene más baja si duermes la siesta

Tu dieta MÁS EFECTIVA
Tienen mejores resultados en personas que están más descansadas

Evita la DEPRESIÓN
Dormir reduce tu estrés y combate la irritabilidad, el mal humor y la depresión



Tener un pasatiempo-Ocio.

El ocio saludable es un término completo, que se refiere al disfrute del tiempo libre en hacer lo que deseamos, queramos y que al mismo tiempo utilizamos para crecer como seres humanos, para alimentar nuestro cuerpo, nuestra alma y nuestra mente en su sentido más amplio.



Anexo III: Elementos de Collage.



Anexo IV: Técnica de Relajación Progresiva (1ª Parte).

Relajación de cara, cuello y hombros con el siguiente orden (repetir cada ejercicio tres veces con intervalos de descanso de unos segundos):

- **Frente:** Arruga unos segundos y relaja lentamente.
- **Ojos:** Abrir ampliamente y cerrar lentamente.
- **Nariz:** Arrugar unos segundos y relaja lentamente.
- **Boca:** Sonreír ampliamente, relaja lentamente.
- **Lengua:** Presionar la lengua contra el paladar, relaja lentamente.
- **Mandíbula:** Presionar los dientes notando la tensión en los músculos laterales de la cara y en las sienes, relaja lentamente.
- **Labios:** Arrugar como para dar un beso y relaja lentamente.
- **Cuello y nuca:** Flexiona hacia atrás, vuelve a la posición inicial. Flexiona hacia adelante, vuelve a la posición inicial lentamente.
- **Hombros y cuello:** Elevar los hombros presionando contra el cuello, vuelve a la posición inicial lentamente.
-

Cierra los ojos, siéntate en el sillón o acuéstate en la cama lo más cómodamente para que tu cuerpo pueda relajarse al máximo posible.

Anexo V: Autorregistros.

Nombre: _____

Meta pequeña semanal: _____

Indicaciones: Usted deberá de registrar que alimentos a consumido a diario (procure alimentarse sanamente), deberá de anotar que tipo de actividad física realizó (si no tiene por costumbre hacerlo esta semana iniciará) y cuánto tiempo lo hizo, y practicará al menos 1 vez al día la respiración diafragmática, para ello ubique en la escala del 0 al 10 (0 ausencia de tensión; 10 mucha tensión) cuanta tensión sentía antes de hacer la técnica y después de la técnica.

Autocuidado Días	Alimentación	Actividad física	Respiración diafragmática.	
			Tensión antes	Tensión después
Día 1				
Día 2				
Día 3				
Día 4				
Día 5				
Día 6				
Día 7				



Universidad de El Salvador.
Facultad de Ciencias y Humanidades.
Departamento de Psicología.
Auto-registro de Relajación Progresiva.

Nombre: _____ **Código:** _____

Indicaciones: Durante la siguiente semana Ud., debe poner en práctica la relajación muscular de su rostro, cuello y hombros, una vez por día, deberá anotar en el siguiente recuadro, la hora en la que la hizo, anotar el grado de relajación antes de realizar la técnica, el grado de relajación después de la técnica y la ponderación que Ud., asigna a dicho procedimiento.

Día.	Hora	Nivel de Relajación antes del ejercicio (0-10)	Nivel de Relajación después del ejercicio (0-10)	Calificación que Ud. asigna al ejercicio (de 0 a 10).
Lunes.				
Martes.				
Miércoles.				
Jueves.				
Viernes.				
Sábado.				
Domingo.				

Sesión VII: Área somática

2: Organización y distribución del tiempo.





Sesión VII: somática 2: “organización y distribución del tiempo”



Nombre de la Jornada: “*Si no te organizas, te desorganizas, valora el aquí y ahora*”

Tiempo: 120 minutos.

Recursos: impresiones, lapiceros, colores, tijeras, tirro, etc.

Técnicas Utilizadas: Administración del Tiempo

Objetivos: *Concientizar a los participantes sobre la utilidad de la adecuada administración del tiempo y los beneficios que genera la planificación de sus actividades diarias.*

Desarrollo.

Preliminares.

Rapport: para dar inicio a esta sesión se saludará a los participantes de forma amena y se les preguntara sobre una situación positiva que les haya ocurrido en la semana y se hará énfasis en la importancia de observar las pequeñas cosas positivas, que hacen la vida menos pesada. Una vez terminada esta parte, se procederá a preguntarles ¿Qué cosas hicieron antes de venir? ¿Cuántos planifican sus actividades diarias? (3 minutos).

Lectura de Agenda: Se hará lectura de los aspectos a desarrollar a lo largo de la sesión con la finalidad de orientar a la persona sobre la temática a ejecutar, que en este caso será la adecuada administración del tiempo (5 minutos).

Revisión de Tarea: para hacer revisión de la tarea se procederá a colocar un frasco con dulces de diferentes sabores en una mesa frente a los demás, los cuales estarán enumerados de acuerdo a su sabor, y de forma ascendente comenzara a relatar sobre lo que más le gusto de la tarea, cuál fue su mayor dificultad, si la hubo, en que le ayudó y cómo la ha puesto en práctica. Y luego felicitará por su buena disposición de realizar la tarea y se recordara la importancia de realizarla (15 minutos).

Lectura: en hojas previamente elaboradas se ejemplificara una lectura sobre una fábula en la que se evidencia la desorganización del tiempo, y como se debe

aprovechar de la mejor de la mejor manera y luego se les pedirá que brinden su opinión sobre lo leído y que hagan una reflexión sobre la misma (ver anexo I) (15 minutos).

Explicación de Idea Central: se entregara a los participantes un sobre que contenga las ventajas de la mala organización del tiempo y las desventajas de una adecuada organización, deberán leerlos y analizar cual es cada uno, luego deberán pegarlos en un pepelógrafo y explicar lo que comprenden. (Ver anexo II) (20 minutos).

Aplicación a la Vida Personal: Luego se les entregará una hoja en la que deben comprometerse consigo mismo para aprovechar mejor el tiempo y organizarlo de tal manera de poder darse tiempo para cada cosa y disfrutar el aquí y ahora (ver anexo III) (20 minutos).

Técnica Grupal: Se reúne a los usuarios en grupos de cuatro y se les hace la siguiente interrogante: *¿Cuál es la mitad de trece?*, a lo que ellos deben responder de la mejor manera, tendrán tres minutos para organizarse y planificar y luego plantear su respuesta a los demás. Una vez terminado se procederá a explicar que en situaciones complicadas de la vida se deben evitar las respuestas lógicas que hemos aprendido a lo largo de los años, sino tener siempre alternativas múltiples que permitan una mayor gama de opciones para elegir y salir adelante (15 minutos).

Técnica de Relajación: en esta ocasión se procederá a realizar la técnica de relajación muscular progresiva parte de Manos, Brazos, antebrazos., que es una técnica de tratamiento del estrés (Ver anexo IV) (15 minutos)

Asignación de Tarea: se procederá a entregar un Autorregistro sobre el relajación muscular progresiva y uno para la adecuada distribución del tiempo para su semana, se explicara la forma de llenarlo y se solventaran dudas (Ver anexo V y VI) (5 minutos).

Retroalimentación y cierre: se hará una breve retroalimentación sobre el tema expuesto y luego se procederá a agradecer a las personas por su asistencia, su buena voluntad, su disposición e invitarles a la próxima sesión (5 minutos).

Cierre y Despedida: Se agradecerá a los usuarios por su asistencia, colaboración, responsabilidad y disposición. De igual manera, se les invitará a asistir a la próxima sesión (2 minutos).

ANEXO I:

“El banco mágico”.

Imagine que en una apuesta gano el siguiente premio: su banco le deposita cada día \$86.000,00 en una cuenta particular a su nombre, pero, como es de costumbre, este premio exige condiciones específicas. Primera condición: puede disponer de TODO el dinero de la manera que UD. quiera, PERO el dinero que NO utilice en el día, el banco lo retomará. Tampoco podrá utilizarlo para abrir otra cuenta, simplemente tiene que gastarlo. Cuando despierte al día siguiente tendrá depositado \$86.000,00 de nuevo para que lo gastes ESE DIA y así sucesivamente. Segunda condición: el banco puede cancelar el premio EN CUALQUIER MOMENTO Y SIN PREVIO AVISO. El banco cancela la cuenta y no tiene opción alguna para abrir otra cuenta con ese dinero. Entonces el juego se da por terminado. ¿Ud. qué haría? ¿Empezaría a comprar todo lo que se le dé la gana? no solo para Ud. sino para todas las personas que quiere y valora mucho? ¡¿Cierto no?! Quizás incluso para gente que no quiere o que no conoces tanto, ya que no podría gastar todo el dinero en Ud. ¿verdad? Intentarías utilizar CADA centavo que tengas a su favor. ¿Verdad? ¡Lo que no se puede imaginar uno es que, ese juego es una realidad! Todos y cada uno de nosotros recibe al nacer una cuenta en "el banco mágico"... solo que no la vemos. ¡EL BANCO MAGICO ES EL BANCO DEL TIEMPO!!;Desde el momento en que nacemos recibimos CADA MAÑANA de nuestras vidas 86.400 segundos de vida para “vivirla”! cada día. Y, a la noche, cuando nos acostamos a dormir, el tiempo que no hemos utilizado ese día. No se acumula para el día siguiente! ¡El tiempo que no “vivimos” ese día lo perdemos para siempre! Y cada mañana nuestra cuenta vuelve a llenarse. Pero el banco puede EN CUALQUIER MOMENTO Y SIN PREVIO AVISO cancelar la cuenta. ¿Entonces, que haces con tus 86.400 segundos que recibes a diario? ¿No son más valiosos que la misma cantidad en dólares? Piénsalo muy bien!

MORALEJA: Procure disfrutar CADA SEGUNDO DE SU VIDA por que el tiempo se acaba más rápido de lo que uno cree.

¿Cuántas veces hemos desperdiciado nuestro

tiempo y nuestra vida en cuestiones innecesarias?

Enfoquémonos en aquellas cosas que nos ayudaran

a crecer y sepamos organizar cada una de acuerdo

al orden de importancia.



ANEXO II

Desventajas de la mala organización del tiempo	ventajas de una adecuada organización,
Ansiedad	Mayor capacidad para enfocarse en lo que quiere lograr.
Estrés	Ser capaz de ser más productivo
Frustración	Ser capaz de administrar tu tiempo de manera más eficaz.
Inseguridad	Serás capaz de reducir el desorden en tu espacio de trabajo y reducir tus niveles de estrés
Mala calidad de vida	Serás capaz de lograr un mayor equilibrio en tu vida.
Accidentes	Mejores oportunidades
Insomnio	Más felicidad

ANEXO IV

RELAJACION MUSCULAR PROGRESIVA.

Manos, Brazos, antebrazos.

Inhale por la nariz lentamente mientras cuenta mentalmente hasta 5, sostenga el aire contando mentalmente hasta tres y exhale mientras cuenta mentalmente hasta cinco

Manos: Cerramos los puños todo lo fuerte que podamos durante cinco segundos para sentir la tensión que esto nos produce.

Brazos: Ahora doblamos los brazos por los codos para tensar los músculos de la parte anterior de los brazos. Mantenemos esta posición durante unos cinco segundos y después relajamos y dejamos colgar los brazos a lo largo de nuestro cuerpo.

Antebrazo: En esta ocasión, debemos extender los brazos todo lo rígidamente que podamos. Sentimos la tensión en la parte posterior de los brazos durante unos cinco segundos y después relajamos.



ANEXO V

Universidad de El Salvador

Facultad de Ciencias y Humanidades.
Departamento de Psicología.

Autorregistro del programa semanal de actividades.

Nombre: _____ Fecha: _____



INDICACION: Durante la semana, deberá planificar un día antes las actividades que realizara el día siguiente, con el objetivo de organizar su tiempo y reducir el estrés que le provoca la desorganización.

PROGRAMA SEMANAL DE ACTIVIDADES							
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
8:00 a.m -9:00 a.m							
9:00 a.m -10:00 a.m							
10:00 a.m -11:00 a.m							
11:00 a.m -12:00 m.d							
12:00m.d-1:00 p.m							
1:00 p.m -2:00 p.m							
2:00 p.m -3:00 p.m							
3:00 p.m -4:00 p.m							
4:00 p.m -5:00 p.m							
5:00 p.m -6:00 p.m							
6:00 p.m -7:00 p.m							
7:00 p.m -8:00 p.m							
8:00 p.m -9:00 p.m							



ANEXO VI

Universidad de El Salvador.

Facultad de Ciencias y Humanidades.

Departamento de Psicología.

Autorregistro de prácticas de Técnica de Relajación muscular progresiva: manos, brazos y antebrazos.

Nombre: _____ Fecha: _____

DIA	HORA	RELAJACION ANTES DEL EJERCICIO (0-10)	RELAJACION DESPUES DEL EJERCICIO (0-10)	¿QUÉ PARTE DEL CUERPO SE RELAJÓ MAS?
LUNES				
MARTES				
MIERCOLES				
JUEVES				
VIERNES				
SABADO				
DOMINGO				

Sesión VIII: área intrapersonal: autoestima





Sesión VIII: área intrapersonal: autoestima.



Nombre de la Jornada: “Valorándome como soy y aprendiendo a ser resiliente”

Tiempo: 120 minutos.

Recursos:, impresiones, lápices, colores, tijeras, platos descartables, tijeras, tirro, etc.

Objetivo: *Proporcionar información necesaria para que los pacientes aprendan a valorarse y aceptarse con sus características personales, fortaleciendo así su capacidad de resiliencia.*

Desarrollo.

Preliminares.

Rapport: para dar inicio se procederá a dar la bienvenida a cada una de los participantes, y en esta ocasión se les hará entrega de una carta, la cual se dará la consigna que no lo abran hasta que se los indique el terapeuta, esto servirá para la aplicación a la vida personal (5 minutos).

Lectura de Agenda: Se hará lectura de los aspectos a desarrollar a lo largo de la sesión con la finalidad de orientar a la persona, pero en esta ocasión será un participante quien hará la lectura y quien moderara cada actividad (5 minutos).

Revisión de Tarea: la revisión de la tarea se hará de forma amena, de tal modo que se formará una fila con los participantes de acuerdo con las edades de los mismos, luego el de mayor edad comenzará a compartir su experiencia, respondiendo a las siguientes preguntas: 1. ¿Qué fue lo que más le gusto de la tarea? 2. ¿Qué dificultad afronto para efectuar la tarea? 3. ¿Qué reflexión o comentario haría sobre la misma? Después el de menor edad, luego al azar, hasta terminar con todos los demás. Y al finalizar se hará la reflexión siguiente: “*En la vida no importa la edad que tengamos siempre hay altos y bajos, a veces reímos a veces lloramos, y puede ser que en la familia se atraviere por la misma situación*”

pero cada uno lo enfrenta a su manera, porque somos diferentes, y únicos y de eso debemos estar orgullosos/as, no importa la edad que tengamos, siempre seremos importantes para los demás” (15 minutos).

Lectura: se hará entrega a cada participante de una hoja previamente elaborada con una historia sobre la autoestima denominada La Manzana Que Quería Ser Estrella, (ver anexo I), luego se hará una lectura dirigida y posteriormente se analizará lo comprendido, haciendo énfasis en la importancia de valorarse como personas, sabiendo que podemos ser fuertes y que muchas veces lo que necesitamos es un poco de resistencia y valentía interior para sobrellevar los problemas (15 minutos).

Explicación de Idea Central: se explicará que es la autoestima y que es la resiliencia y la importancia de tener una autoestima saludable para mejorar su capacidad de resiliencia; esto a través de un papelógrafo previamente elaborado. (Ver anexo II) (20 minutos).

Aplicación a la Vida Personal: una vez explicados los conceptos básicos y su importancia se hace necesario que los participantes respondan una serie de interrogantes sobre sí mismos, impresas en hojas de trabajo, para poder hacer un autoanálisis sobre su propia autoestima (ver anexo III). Después deberán compartir sus conclusiones con todos (15 minutos).

Técnica Grupal: los platos rotos: dividir a las personas en grupos de 4, asignar a cada grupo un plato descartable roto en cuatro pedazos, y se les dará la siguiente consigna: *“acá hay unos trozos de platos, Uds. deberán escribir en cada uno de ellos una situación que ejemplifique como lograron sobrellevar el problema del desplazamiento forzado, y luego deberán unir el plato con cinta adhesiva”*. Una vez hayan terminado se colocan sobre el suelo y se forma un círculo, luego se hace la reflexión que los platos rotos en la vida cuesta repararlos, sin embargo pueden ser útiles y brindar herramientas que les permitan incrementar su resiliencia y saber enfrentar las situaciones venideras. Pero que cada uno se debe convertir en un reparador de sueños, un reparador de su propia vida y de sus propias relaciones (20 minutos).

Técnica de Relajación: se continuara con la segunda parte de la relajación muscular progresiva, ahora con la parte del **tórax, abdomen y región lumbar** (ver anexo), se enseñara y practicará la técnica hasta comprenderla, una vez se haya aprendido se procederá a la explicación de la tarea (Ver Anexo IV).

Asignación de Tarea: la tarea consistirá en el llenado de dos autorregistros, uno de la práctica de la relajación muscular progresiva (ver anexo V) y otra sobre su práctica de amor propio y auto-aceptación (ver anexo VI) (15 minutos).

Retroalimentación: Luego se procederá a realizar una lluvia de opiniones sobre lo aprendido (5 minutos).

Cierre y Despedida: se procederá a agradecer a las personas por su asistencia, su buena voluntad, su disposición y se les invitara a la próxima sesión (5 minutos).



ANEXO I LECTURA CORTA.

La Manzana Que Quería Ser Estrella.



Nos cuenta la historia acerca de una manzana que quería ser Estrella, pasaba los días y las noches soñando con poder cumplir su anhelado sueño, mientras más pasaban los días, más lejana veía su posibilidad de llegar a ser una estrella.

-Ella, pensaba brillan por sí mismas. Son libres y se mueven en el firmamento, mientras yo estoy aquí atada a este árbol, sin poder brillar y sin poder cumplir con mi sueño-

Poco a poco se volvió una manzana triste y amargada, no podía disfrutar del paisaje, ni de los pajaritos que venían a visitarla. Se lamentaba de las circunstancias de su vida, de aquello que le había tocado y ella no lo había pedido. En realidad daba su vida por ser una gran estrella. Con el paso de los días nuestra manzana maduró y cayó del árbol. Estaba triste y desolada, si en la copa del árbol no había podido llegar al firmamento ¿Cómo lo haría ahora que estaba tirada en el suelo?

Pasaba por allí un campesino, la vio tirada en el suelo, le llamó la atención su aspecto triste y desconsolado por lo cual le pregunta: -¿Qué Te Pasa Manzana?-

Es que yo quería ser una gran estrella, he pasado mi vida amargada y encadenada a un árbol sin poder ser libre, sin poder cumplir mi sueño, ahora ya no tengo esperanzas.

Manzana, Manzana, dice el campesino has buscado afuera aquello que está en tu interior.

Sacó un cuchillo y la partió en dos y le mostró la estrella que estaba en su interior.

Moraleja: dejemos de querer ser como los demás, y aprendamos a valorar nuestra individualidad, todos somos diferentes, y eso es lo que nos hace

Descubramos la estrella que llevamos dentro.



ANEXO II. MIENTRAS MAS SALUDABLE SEA NUESTRA AUTOESTIMA MEJOR SERA LA RESLIANCIA COMO FACTOR

La autoestima: Aprecio o consideración que uno tiene de sí mismo, en otras palabras es la valoración, generalmente positiva, **de uno mismo**. La experiencia nos demuestra que cuando tu autoestima es sana y eres capaz de quererte. Tu vida funciona mucho mejor, te sientes feliz en tu trabajo, con tus relaciones, incluso tu salud es mejor.



Hay ocasiones en que el infierno está en tu mente. Allí te abrasas y te consumes con pensamientos con los que tú te haces daño a ti mismo. Sin embargo, otras veces el infierno está realmente fuera, con las circunstancias adversas. Algunas personas saldrán fortalecidas al atravesar el desierto de la desgracia y el dolor, a ellos les llamaremos **resilientes**.

La resiliencia es el arte de rehacerse. Es un tipo de transformación psicológica que permite a estas personas evolucionar en la adversidad, fluir a través de ella, recomponerse a sí mismas, aprender y crecer con la experiencia.



Son personas con capacidad de introspección y pueden entrar en su mundo interior y allí sentirse a salvo jugando con su imaginación y su memoria, tienen iniciativa y aprovechan las oportunidades que se les presentan pasando a la acción para hacer los cambios adaptativos necesarios para salir adelante, piensan en positivo, son optimistas, se centran más en las soluciones que en los problemas y tienen confianza en ellos mismos y sus posibilidades con lo que generan esperanza, son íntegras actúan según sus valores, juegan limpio, son voluntariosas y cuentan con capacidad de esfuerzo, en todas ellas hay una razón para luchar y seguir viviendo, puede ser otra persona o una creencia, pero esa razón es el motor que les hace seguir donde otros se rinden y abandonan.

La mejor manera de construir este blindaje para ser el héroe de tu propia vida es desarrollando tu autoestima, porque en ella está la semilla de la supervivencia y el amor a la vida. Nada te dará más fuerza que el amor para superar la adversidad.

ANEXO III:



MEJORANDO MI AUTOESTIMA.

HAGA UNA DESCRIPCION DE SUS MEJORES CUALIDADES POSITIVAS

Lo mejor y más bonito que tengo tanto físico como emocionalmente es:

el amor propio



también se cultiva

Cosas que sé hacer y me hacen feliz.

Cosas positivas que los demás dicen de mí.



ANEXO IV

TECNICA DE RELAJACION MUSCULAR PROGRESIVA.

Relajación de tórax, abdomen y región lumbar (estos ejercicios se hacen mejor sentado sobre una silla):

- Inhale por la nariz lentamente mientras cuenta mentalmente hasta 5, sostenga el aire contando mentalmente hasta tres y exhale mientras cuenta mentalmente hasta cinco.
- Espalda: Brazos en cruz y llevar codos hacia atrás. Notará la tensión en la parte inferior de la espalda y los hombros.
- Tórax: Inspirar y retener el aire durante unos segundos en los pulmones. Observar la tensión en el pecho. Espirar lentamente.
- Estómago: Tensar estómago, relajar lentamente.

ANEXO 5



Universidad de El Salvador.

Facultad de Ciencias y Humanidades.

Departamento de Psicología.

Curso de prácticas de Técnica de Relajación muscular progresiva: Relajación de tórax, abdomen y región lumbar

Nombre: _____ Fecha: _____

DIA	HORA	RELAJACION ANTES DEL EJERCICIO (0-10)	RELAJACION DESPUES DEL EJERCICIO (0-10)	¿QUE PARTE DEL CUERPO SE RELAJA MAS?
LUNES				
MARTES				
MIERCOLES				
JUEVES				
VIERNES				
SABADO				
DOMINGO				

ANEXO 6

Mi declaración de Autoestima.

Yo soy yo: _____.

En todo el mundo no existe nadie exactamente igual a mí.

Hay personas que tienen aspectos míos, pero en ninguna forma el mismo conjunto mío.

Por consiguiente, todo lo que sale de mí es auténticamente mío porque yo sola lo elegí.

Todo lo mío me pertenece: mi cuerpo, todo lo que hace; mi mente, con todos sus pensamientos e ideas; mis ojos, incluyendo todas las imágenes que perciben; mis sentimientos, cualesquiera que sean: ira, alegría, frustración, amor, decepción, emoción; mi boca, y todas las palabras que de ella salen, refinadas, dulces, o cortantes, correctas o incorrectas; mi voz fuerte o suave, y todas mis acciones, sean para otros o para mí.

Soy dueñ@ de mis fantasías, mis sueños, mis esperanzas, mis temores.

Son míos mis triunfos y mis éxitos, todos mis fracasos y errores.

Puesto que todo lo mío me pertenece, puedo llegar a conocerme íntimamente.

Al hacerla, puedo llegar a quererme y sentir amistad hacia todas mis partes, puedo hacer factible que todo lo que me concierne funcione para mis mejores intereses.

Sé que tengo aspectos que me desconciertan y otros que desconozco.

Pero mientras yo me estime y me quiera, puedo buscar con valor y optimismo soluciones para las incógnitas e ir descubriéndome cada vez más.

Como quiera que parezca y suene, diga y haga lo que sea, piense y sienta en un momento dado, todo es parte de mí ser.

Esto es real y representa el lugar que ocupo en ese momento del tiempo.

A la hora de un examen de conciencia, respecto de lo que he dicho y hecho, de lo que he pensado y sentido, algunas cosas resultarán inadecuadas.

Pero puedo descartar lo inapropiado, conservar lo bueno e inventar algo nuevo que supla lo descartado.

Puedo ver, oír, sentir, decir, y hacer.

Tengo los medios para sobrevivir, para acercarme a los demás, para ser productiv@ y para lograr darle sentido y orden al mundo de personas y cosas que me rodean.

Me pertenezco y así puedo estructurarme.

Yo soy: _____.



****Me amo, me acepto, me cuido*.***

Sesión IX: área interpersonal: relaciones interpersonales.





Sesión IX: área interpersonal: relaciones interpersonales.



Nombre de la Jornada: “Cultivando mis redes de apoyo”.

Tiempo: 120 minutos.

Técnicas Utilizadas:

Recursos: impresiones, hojas de papel bond, colores, lápices, etc.

Objetivo: *comprender la importancia de tener personas e instituciones cercanas y significativas para compartir sus experiencias positivas y negativas.*

Desarrollo.

Preliminares.

Rapport: Se iniciará la jornada estableciendo un breve saludo y preguntando sobre sus familiares y las cosas que han hecho con ellos los últimos días (3 minutos)

Lectura de Agenda: Se hará lectura de los aspectos a desarrollar a lo largo de la sesión con la finalidad de orientar a los participantes en la sesión (5 minutos).

Revisión de Tarea: se revisaran los autorregistros y se procederá a preguntar si hubo dificultades y cuál fue el aprendizaje de las técnicas, luego se dará espacio para que cada uno exprese su experiencia (10 minutos)

Lectura: se hará entrega a cada participante de una breve lectura, la cual deberán de leer junto con el terapeuta, (ver anexo) y luego hacer una reflexión sobre la misma (10 minutos).

Explicación de Idea Central: La explicación de la temática se hará con diferentes tarjetas impresas, en donde se explica brevemente que es una red de apoyo, sus acciones y su importancia. (Ver anexo II) (20 minutos).

Aplicación a la Vida Personal: Se les asignará una hoja de papel bond titulada “*Mis redes de apoyo*” dentro de esa hoja estará una figura geométrica (un pentágono), se les pedirá que utilicen cada una de las puntas de la figura y que escriban o dibujen alguna red de apoyo que ellos puedan tener apoyo o que en situaciones difíciles pueden acercarse para recibir algún tipo de ayuda, entre las cuales pueden poner (amigos, familia, comunidad, iglesia, etc.) (Ver anexo III)

Técnica Grupal: *la mano de la unificación*, se forma un círculo con los participantes y se explica la simbología de los dedos de la mano, que son los siguientes: Dedo pulgar: dedo de la evolución humana, de la innovación y la creatividad. Dedo índice: dedo de la dirección, del liderazgo de la visión, de los horizontes. Dedo medio dedo corazón: dedo más fuerte, o dedo de las emociones. Dedo anular: dedo de los anillos, las alianzas, de las redes y de los compromisos. Dedo meñique: dedo más hábil y da forma a los últimos detalles (ver anexo 4). Una vez se les ha explicado se procede a pedirles que dibujen su mano sobre una hoja de papel, y que vayan anotando en cada dedo lo que se les va ir indicando, en el dedo pulgar deberán anotar las cosas en las buenas de la familia por pequeñas que sean les permiten ser felices; en el dedo índice deberá establecer una dirección hacia donde ir y como quiere verse con su familia de aquí a cinco años pero para ello hay que tomar decisiones importantes; en el dedo corazón, deberá poner todo su amor y esfuerzo por salir lograr la meta propuesta, debe quererse y querer a los demás, buscar apoyo afectivo por parte de su familia; en el dedo anular, deberá escribir las alianzas, redes de apoyo o contactos que le pueden ayudar a salir del problema. Y finalmente en el dedo meñique, deberá escribir como va a adquirir nuevas herramientas y conocimientos para salir adelante y ayudar a su familia. Luego hacer una reflexión sobre la importancia de la toma de decisiones en su vida y la importancia de sus redes familiares y sociales para alcanzar sus metas a corto mediano y largo plazo. “*No estamos solos, a veces caemos pero la solidaridad, hermandad y ayuda mutua, nos levantarán*”

Técnica de Relajación Muscular progresiva completa: en esta ocasión se procederá a realizar toda la técnica (ver anexo 5).

Asignación de Tarea: se entregaran dos hojas de registro, una de prácticas de relajación muscular progresiva y la otra de creando redes de apoyo (Ver anexo 6 y 7).

Retroalimentación: se procederá a realizar una retroalimentación por parte del terapeuta abordando los temas más importantes.

Cierre y Despedida: se procederá a agradecer a las personas por su asistencia, su buena voluntad, su disposición e invitarles a la próxima sesión.

ANEXO 1

LAS CUATRO VELAS



Cuatro velas se estaban consumiendo tranquilamente. El ambiente estaba tan silencioso que se podía oír el diálogo entre ellas.

La primera dice: *¡Yo, soy la Paz! A pesar de mi luz, las personas no consiguen mantenerme encendida. Y disminuyendo su llama, se apagó totalmente.*

La segunda dice: *¡Yo me llamo Fe! Infelizmente soy superflua para las personas. Porque ellas no quieren saber de Dios, por eso no tiene sentido*

continuar quemándome.

Al terminar sus palabras, un viento se abatió sobre ella, y ésta se apagó.

En voz baja y triste la tercera vela se manifestó: *¡Yo soy el Amor! No tengo más fuerzas que quemar. Las personas me dejan de lado porque solo consiguen manifestarme para ellas mismas; se olvidan hasta de aquellas que están a su alrededor... Y también se apagó.*

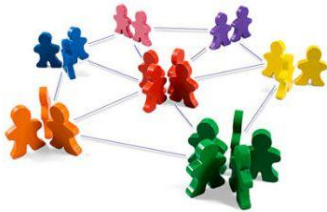
De repente entró una niña y vio las tres velas apagadas. Y dijo: *¿Qué es esto? Ustedes deben estar encendidas y consumirse hasta el final. Entonces, la cuarta vela, habló:* *No tengas miedo niña, ¡en cuanto yo esté encendida, podemos encender las otras velas! Entonces la niña tomó la vela de la ESPERANZA y encendió las que estaban apagadas.*

ANEXO 2

LAS REDES DE APOYO SOCIAL.

Qué es una Red?

Una red es un conjunto de lazos o de uniones que conforman un entramado de tejido llamado red.



Qué es una red de apoyo social?

Es un conjunto de lazos entre personas, familias, comunidades, organizaciones o instituciones, que conforman un entramado de tejido llamado red de apoyo social

Esta red se entrelaza con un fin, que es la búsqueda de soluciones a los problemas que interesan a toda la comunidad y por ende a quienes conforman la red.

Una red de apoyo es un espacio para llegar a acuerdos, mediante el uso del lenguaje y la comunicación.

ACCIONES DE REDES DE APOYO SOCIAL

¿Por qué se organizan redes?

- -apoyarse y complementarse
- -potencia la participación de la comunidad
- -lograr objetivos



RECURSOS FAMILIARES Y COMUNITARIOS

REDES DE POYO SOCIAL Y COMUNITARIAS



Es clave para el desarrollo de una sana dinámica familiar, identificar los recursos familiares y comunitarios, así como, las redes de apoyo social comunitarias con que cuenta la familia.

Lo anterior implica, mantener dentro de la dinámica propia de la familia y la comunidad, un encuentro íntimo entre sus miembros, que permita descubrir cuáles son las características de cada uno, sus necesidades, expectativas, fortalezas y potencialidades.

Es importante que en el núcleo familiar se promueva el cariño, el afecto, el apoyo emocional y la existencia de un orden familiar de límites claros y razonables; y a nivel comunitario una conciencia de que los problemas no son individuales, sino colectivos y que la solución de los mismos nos compromete a todos, por ello la unión, la participación y el trabajo conjunto son claves para el desarrollo y el mejoramiento de la calidad de vida de las familias y la población.

CLASIFICACION DE LAS REDES DE APOYO



Red familiar

- Influyen los lazos, contactos, responsabilidad y el tamaño. Se recibe apoyo económico, alojamiento, comida, ropa, cuidado, afecto, compañía e información; mientras que puede brindar los mismos.



Red de amigos y vecinos

- Constituyen una importante fuente de apoyo en situaciones de aislamiento, soledad, enfermedad, abandono y crisis.



Red comunitaria

- Relaciones de intercambio y apoyos suministrados por organizaciones civiles o sociales, grupos de adultos mayores, grupos comunitarios, voluntarios locales, dispuestos a proporcionar ayuda.



Red interinstitucional

- Son organismos públicos y privados dedicados a proporcionar servicios o apoyos asistenciales a la población adulta mayor considerando sus condiciones de salud, situación socioeconómica o falta de información.

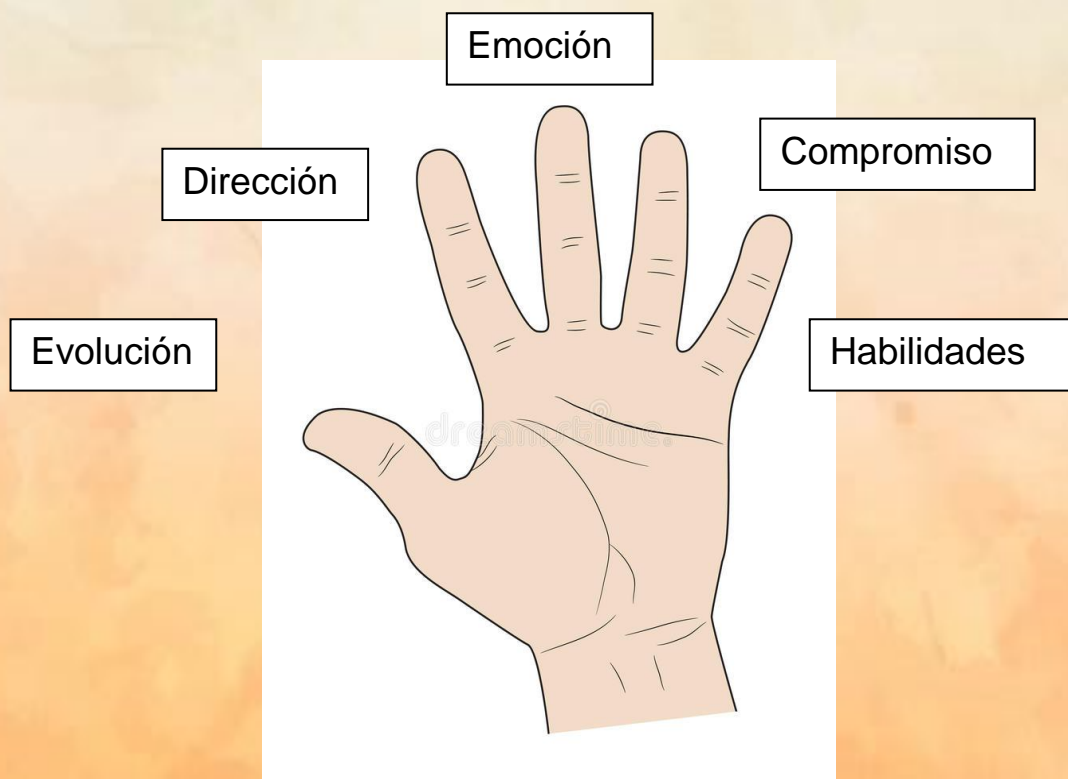
ANEXO 3.

¡MIS REDES DE APOYO!



ANEXO 4

SIGNIFICADO DE LOS DEDOS DE LA MANO.



ANEXO 5

RELAJACION MUSCULAR PROGRESIVA COMPLETA

Relajación de cara, cuello y hombros con el siguiente orden (repetir cada ejercicio tres veces con intervalos de descanso de unos segundos):

- **Frente:** Arruga unos segundos y relaja lentamente.
- **Ojos:** Abrir ampliamente y cerrar lentamente.
- **Nariz:** Arrugar unos segundos y relaja lentamente.
- **Boca:** Sonreír ampliamente, relaja lentamente.
- **Lengua:** Presionar la lengua contra el paladar, relaja lentamente.
- **Mandíbula:** Presionar los dientes notando la tensión en los músculos laterales de la cara y en las sienes, relaja lentamente.
- **Labios:** Arrugar como para dar un beso y relaja lentamente.
- **Cuello y nuca:** Flexiona hacia atrás, vuelve a la posición inicial. Flexiona hacia adelante, vuelve a la posición inicial lentamente.
- **Hombros y cuello:** Elevar los hombros presionando contra el cuello, vuelve a la posición inicial lentamente.
-

Cierra los ojos, siéntate en el sillón o acuéstate en la cama lo más cómodamente para que tu cuerpo pueda relajarse al máximo posible.

Manos, Brazos, antebrazos.

- Inhale por la nariz lentamente mientras cuenta mentalmente hasta 5, sostenga el aire contando mentalmente hasta tres y exhale mientras cuenta mentalmente hasta cinco.
- **Manos:** Cerramos los puños todo lo fuerte que podamos durante cinco segundos para sentir la tensión que esto nos produce.
- **Brazos:** Ahora doblamos los brazos por los codos para tensar los músculos de la parte anterior de los brazos. Mantenemos esta posición durante unos cinco segundos y después relajamos y dejamos colgar los brazos a lo largo de nuestro cuerpo.
- **Antebrazo:** En esta ocasión, debemos extender los brazos todo lo rígidamente que podamos. Sentimos la tensión en la parte posterior de los brazos durante unos cinco segundos y después relajamos.

- Inhale por la nariz lentamente mientras cuenta mentalmente hasta 5, sostenga el aire contando mentalmente hasta tres y exhale mientras cuenta mentalmente hasta cinco

Relajación de tórax, abdomen y región lumbar (estos ejercicios se hacen mejor sentado sobre una silla):

- Inhale por la nariz lentamente mientras cuenta mentalmente hasta 5, sostenga el aire contando mentalmente hasta tres y exhale mientras cuenta mentalmente hasta cinco
- Espalda: Brazos en cruz y llevar codos hacia atrás. Notará la tensión en la parte inferior de la espalda y los hombros.
- Tórax: Inspirar y retener el aire durante unos segundos en los pulmones. Observar la tensión en el pecho. Espirar lentamente.
- Estómago: Tensar estómago, relajar lentamente.
- Cintura: Tensar nalgas y muslos. El trasero se eleva de la silla.
- Inhale por la nariz lentamente mientras cuenta mentalmente hasta 5, sostenga el aire contando mentalmente hasta tres y exhale mientras cuenta mentalmente hasta cinco.
-

Piernas y nalgas

- Inhale por la nariz lentamente mientras cuenta mentalmente hasta 5, sostenga el aire contando mentalmente hasta tres y exhale mientras cuenta mentalmente hasta cinco.
- **piernas:** Estirar primero una pierna y después la otra levantando el pie hacia arriba y notando la tensión en piernas: trasero, muslo, rodilla, pantorrilla y pie. Relaja lentamente.
- **nalgas:** Tensamos apretando los muslos y las nalgas, extendiendo las piernas hacia delante con fuerza y dirigiendo los dedos de los pies hacia abajo.



ANEXO 6

Universidad de El Salvador.

Facultad de Ciencias y Humanidades.

Departamento de Psicología.

Autorregistro de prácticas de Técnica de Relajación muscular progresiva completa.

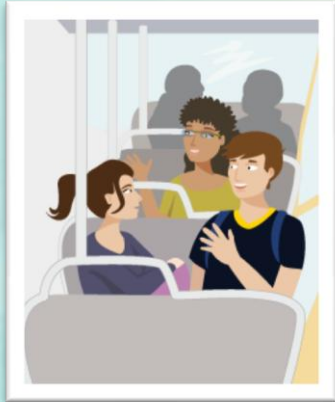


Nombre: _____ Fecha: _____

DIA	HORA	RELAJACION ANTES DEL EJERCICIO (0-10)	RELAJACION DESPUES DEL EJERCICIO (0-10)	UTILIDAD DE LA TÉCNICA. (POCO, BASTANTE, MUCHO)
LUNES				
MARTES				
MIERCOLES				
JUEVES				
VIERNES				
SABADO				
DOMINGO				

ANEXO 7

¡CREANDO NUEVAS REDES DE APOYO !



FAMILIAR

1. ¿QUIÉN O QUIENES? _____
¿CÓMO ME AYUDA? _____
¿QUÉ HICIMOS ENTRE SEMANA? _____

2. ¿QUIÉN O QUIENES? _____
¿CÓMO ME AYUDA? _____
¿QUÉ HICIMOS ENTRE SEMANA? _____



SOCIAL

3. ¿QUIÉN O QUIENES? _____
¿CÓMO ME AYUDA? _____
¿QUÉ HICIMOS ENTRE SEMANA? _____



INSTITUCIONAL

Sesión IX: área interpersonal: resolución de conflictos.





Sesión X: Área Inter e Intrapersonal (Resolución de Conflictos.)



Nombre de la Jornada: “En búsqueda de soluciones.”

Tiempo: 120 minutos.

Recursos: Material impreso, 1. brocha, 1 pelota, 1 bolsa plástica, 1.sombrero, 1. par de guantes; pintura, lana, pinceles, pliegos de papel bond, papel de color, cartas, billetes de juguete, otros.

Técnicas Utilizadas: Técnicas de Resolución de Conflictos de Nezá.⁶⁴

Objetivos: 1. Instruir a los usuarios en la práctica de estrategias adecuadas en la resolución de conflictos para un desarrollo interpersonal e intrapersonal adecuado; 2. Promover mediante técnicas lúdico-constructivas pensamientos reflexivos-positivos que sirvan de herramientas en la búsqueda de soluciones y toma de decisiones.

Desarrollo.

Preliminares.

Rapport: se proporcionará un breve y cordial saludo a los usuarios, agradeciendo su asistencia, y al mismo tiempo crear un ambiente de cordialidad, calidez y confianza que propicie un buen desarrollo de la jornada (3 minutos).

Lectura de Agenda: se dará lectura a cada aspecto a desarrollar durante la jornada (5 minutos).

Revisión de Tarea: Se solicitará a los usuarios la tarea de la jornada anterior, así también se les preguntará ¿Qué fue lo que más se les facilitó? ¿Qué fue lo que más se les dificultó? (10 minutos).

⁶⁴ La técnica se desarrolla de forma breve, pues su aplicación suele ser de 6 a 8 sesiones; dentro de la presente se abordan 4 pasos, mientras que el 5º paso (Aplicación de la solución...) no se efectúa por razones de tiempo.

Lectura Corta.

Lectura Corta: se hará entrega a cada participante de una breve lectura (ver anexo I), la cual deberán de leer junto con el terapeuta y luego discutir brevemente; dicha lectura es la siguiente:

“Nos pasamos la vida esperando a que pase algo y lo único que pasa es la vida... jamás entendemos el valor de los momentos, hasta que se convierten en recuerdos. Por ello es importante hacer lo que se desea y quiere, antes de que se convierta en lo que te gustaría haber hecho. No hagamos de nuestra vida un borrador.... Por que posiblemente no tengamos el tiempo de pasarlo a limpio. Aprovechar a esa personas que tenemos al lado es fundamental, ya que cada persona que pasa por nuestras vidas es única, siempre deja un poco de sí en nuestras vidas y se lleva también un poco de nosotros; nacimos para amar y para ser amados, pero como se demuestra esto, compartiendo, disfrutando momentos con otros y con nosotros mismos, necesitamos expresar lo que sentimos, lo que opinamos, en fin seamos libres, llenémonos de vida y afrontemos con valentía las dificultades.” (10 minutos).

Explicación de Ideas Centrales (Psicoeducación: Orientación o actitud hacia los problema; b. Definición y Formulación del Problema): Para desarrollar este aspectos el terapeuta lo realizará en dos etapas: **1.** Explicar los dos primeros pasos del proceso de resolución de conflicto de Nezá, (**a.** Orientación o actitud hacia los problema; **b.** Definición y Formulación del Problema) de forma breve, detallada y que permita la comprensión de los usuarios; luego de desarrollar lo anterior, el terapeuta podrá pasar a la siguiente fase, **2.** Ejemplificar lo expuesto anteriormente, para ello, el terapeuta indicará que se hará una actividad llamada “*la maquina solucionadora de problemas*” seleccionará al azar a 5 personas del grupo, cada una representarán 5 botones de dicha maquina, siempre los cinco miembros de la maquina llevarán las manos escondidas tras la espalda y cuando les pulsen (toquen la nariz) mostrarán lo que llevan oculto entre sus manos y le darán respuesta a la persona que haya consultado, el primer botón tendrá una pelota entre sus manos, se la entregará al que consulta y le dirá: “*suba Ud. a la*

planta tercera sección de derechos humanos y ahí le atenderán”, un segundo botón tendrá como objeto una brocha, y al ser pulsado su respuesta será: “si no es para tanto, hay problemas muchísimo más graves, regrese pero cuando tenga un problema de verdad”; el tercer botón tendrá una bolsa o una caja con una rotulación “sugerencias” su respuesta al ser pulsado será: “meta aquí su problema, y en un plazo de 8 meses le entregamos su respuesta”; el cuarto botón tendrá puestos dos guantes blancos y su respuesta será: “eh, no me diga nada, Ud. se lo ha buscado, es su problema, a mi no me importa”; un quinto botón tendrá en su posesión un sombrero y su respuesta al ser consultado será: “vergüenza le tendría que dar, porque no trabaja, y deja de venir aquí a pedir”; el objetivo de dicha actividad es ejemplificar la percepción, atribución, valoración y la comprensión que se tiene frente a los problemas (pasos 1 y 2 de la Resolución de Problemas) (25 minutos).

Aplicación a la Vida Personal (Generación de Soluciones): se formaran cuatros grupos, a cada uno de ellos se le asignará un papelografo, pinturas y un pincel amarrado con cuatro hilos, un lápiz amarrado con cuatro hilos. El terapeuta establecerá la siguiente consigna: *“cada integrante del grupo deberá de tomar 1 punta de hilo amarrado en el pincel y juntos deberán de llevar el pincel a la pintura y realizar un dibujo que los represente como grupo; por lo tanto deberán de coordinarse”,* cada grupo deberá coordinarse para alcanzar la meta. El objetivo de la técnica a plantear al final de ésta es, que cuando se presenta un reto, es importante coordinarse con los demás o consigo mismo para buscar las alternativas más viables, revisarla y ponerlas aprueba para cumplir los propósitos o buscar salir de las situaciones difíciles; así también el terapeuta explicará brevemente que dicha actividad busca establecer una símil con el paso tres de la Técnica de Resolución de Conflictos (Generación de Soluciones) (20 minutos).

Técnica Central (Toma de Decisiones): Se pedirá a los usuarios segmentarse en dos grupos, el terapeuta entregará a cada grupo una cantidad igualitaria de billetes (didácticos/falsos), en esta actividad se hará uso de tarjetas numeradas de 0 a 11 (ver anexo II), de las cuales el terapeuta colocará 3 cartas boca abajo (es

decir: una carta a la derecha, una al centro y otra a la izquierda) en 5 filas que corresponde a 5 rondas de juego, el propósito es que ambos grupos seleccionen un representante diferente en las cinco rondas de la actividad y será a quienes asignaran una cantidad del dinero para apostar, ambos representantes de grupo serán quienes develarán que números se encuentran en la carta izquierda y derecha más no en la del centro, sino que tratarán de adivinar y apostar (con ayuda de sus equipos) si esta carta (centro) tiene un número que se encuentra al medio de los otros dos números descubiertos o no, ambos grupos tendrán que lanzar su apuesta por medio de su representante, quien pierda la apuesta dará su dinero al otro equipo, al final se premiará al grupo que más dinero obtuvo; con esta actividad sencilla se busca que los usuarios mediante el juego visualicen la importancia de la examinar, reflexionar y calibrar las decisiones que toman, así como la importancia de prever las posibles consecuencias y ventajas que estas traerán, no solo para ellos mismos sino que para sus círculos más cercanos, mediante esta actividad se trata de efectuar un parangón con el cuarto paso de la Técnica de Resolución de Conflictos (20 minutos).

Técnica de Visualización: A partir de esta sesión se iniciará la técnica de Visualización. Para iniciar con esta técnica el terapeuta indicará a los usuarios lo siguiente: Cierre sus ojos lentamente... fíjese en la tensión que hay en su cuerpo... respire... elija un símbolo para representar esa tensión o dolor que experimenta en este momento...ahora elija otro símbolo que represente el concepto de relajación... respire... deje que ambos símbolos interaccionen de modo que al final la tensión resulte eliminada. Mantenga cerrado sus ojos... Imagine que su cuerpo está lleno de luces. Por ejemplo, una luz roja representa la tensión, malestar o dolor que Ud. siente, mientras que las luces azules representan la relajación... pausa, respire... imagínese las luces cambiando del rojo al azul o bien azul al rojo, observe cualquier sensación física que experimente mientras tanto...pausa, respire... ahora imagínese que todas las luces de su cuerpo han adquirido un color azul y experimente con ello la sensación de una relajación total. Al finalizar el terapeuta pedirá que abran lentamente sus ojos (15 minutos).

Asignación de Tareas: El terapeuta asignará a cada usuario un Autorregistro (Ver anexo III) sobre la práctica de la visualización que llenaran a lo largo de la semana (5 minutos).

Retroalimentación: Los usuarios deberán buscar un papelito de color bajo sus asientos, estos serán pegados previamente por el terapeuta, dichos papelitos tendrán tres posibles colores y significados para realizar la retroalimentación, el color rojo significa ¿Qué aprendí este día?, el color verde ¿Qué fue lo que más me gusto? y el color gris ¿Qué reflexión hago de lo visto en la sesión? (5 minutos).

Cierre y Despedida: se agradecerá a los participantes por su atención, colaboración, disposición, asistencia y responsabilidad, así también se les invitará de asistir a la próxima sesión (2 minutos).

Anexo I: Lectura Corta.

"Nos pasamos la vida esperando a que pase algo y lo único que pasa es la vida... jamás entendemos el valor de los momentos, hasta que se convierten en recuerdos. Por ello es importante hacer lo que se desea y quiere, antes de que se convierta en lo que te gustaría haber hecho. No hagamos de nuestra vida un borrador.... Por que posiblemente no tengamos el tiempo de pasarlo a limpio. Aprovechar a esa personas que tenemos al lado es fundamental, ya que cada persona que pasa por nuestras vidas es única, siempre deja un poco de sí en nuestras vidas y se lleva también un poco de nosotros; nacimos para amar y para ser amados, pero como se demuestra esto, compartiendo, disfrutando momentos con otros y con nosotros mismos, necesitamos expresar lo que sentimos, lo que opinamos, en fin seamos libres, llenémonos de vida y afrontemos con valentía las dificultades."



Anexo II: Tarjetas Numeradas.

0

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

Anexo III:

Universidad de El Salvador.

Facultad de Ciencias y Humanidades.

Departamento de Psicología.

Auto-registro de la Técnica de Visualización.

Nombre: _____ **Código:** _____

Indicaciones: Durante esta semana Ud., debe poner en práctica la técnica de Visualización, una vez por día, deberá anotar en el siguiente recuadro, la hora en la que la hizo, anotar el grado de relajación antes de realizar la técnica, el grado de relajación después de la técnica y la ponderación que Ud., asigna a dicho procedimiento.

Día.	Hora	Nivel de Relajación antes del ejercicio (0-10)	Nivel de Relajación después del ejercicio (0-10)	Calificación que Ud. asigna al ejercicio (de 0 a 10).
Lunes.				
Martes.				
Miércoles.				
Jueves.				
Viernes.				
Sábado.				
Domingo.				

Sesión XI: área conductual

Plan de vida



1. ser feliz



2. Dar amor



3. Hacer lo que me gusta



4. Viajar



5. seguir aprendiendo



6. conocer gente nueva



7. Comprender mejor la vida



8. Ignorar malas vibras

I  me!

9. ser yo querirme y respetarme



Sesion XI: area conductual

Nombre de la Jornada: “Soy responsable de mi vida,”

Tiempo: 120 minutos.

Recursos: impresiones, lápices, lapiceros, lazo, etc.

Objetivos: *comprender la importancia de actuar de forma responsable para mejorar su proyecto de vida.*

Desarrollo.

Preliminares.

Rapport: Se dará un breve saludo a cada participante, preguntando sobre su semana, para establecer un ambiente de ameno (5 minutos).

Lectura de Agenda: Se hará lectura de los aspectos a desarrollar a lo largo de la sesión con la finalidad de orientar a la persona (5 minutos).

Revisión de Tarea: se hará revisión de las tareas con el objetivo de verificar si se cumplió o no la tarea, si hubo dificultad o no y cuál fue el aprendizaje de dichas técnicas. (10 minutos.)

Lectura: se leerá el siguiente texto, luego se pedirán dos o tres participaciones para que puedan opinar sobre la lectura:

“Para empezar un gran proyecto hace falta valentía. Para terminar un gran proyecto hace falta perseverancia, y si hoy tu vida está vacía, llénala de todo lo bueno que encuentres. Échale ilusiones, sueños, proyectos, esperanzas. Échale amigos, familia, pasión, ternura, placer alegría, belleza, etc. etc. total, solo tú decides que hacer con tu vida. Recuerda que todo lo que hagas hoy será el resultado del mañana” (10 minutos).

Explicación de Idea Central: en esta ocasión se explicara la temática mediante el siguiente diagrama:



“Tu futuro será el resultado de las cosas que hagas hoy, no de las que hagas mañana. Por ello mismo, piensa bien lo que haces para no lamentar lo que pudiste haber evitado, enfócate en el presente y disfruta cada día al máximo. Ser feliz depende en la mayor parte del tiempo de ti, solo cambia lo que estás haciendo mal.”

Aplicación a la

Vida Personal: para esta sección el terapeuta entregara una hoja previamente elaborada en donde deberá escribir una carta a su yo del futuro, comprometiéndose cumplir su proyecto de vida mediante acciones concretas (ver anexo I) (25 minutos).

Técnica Grupal: La puerta mística, se procederá a hacer dos grupos a los cuales se les dará la consigna siguiente: *“Ustedes deben atravesar la puerta del mística, esto lo harán al saltar el lazo, todos deben hacerlo, en caso de que una persona no pueda saltar por salud u otro tema se deberá negociar con el grupo y ellos deben ofrecer algo para que las personas sean omitidas del salto, deberán saltar la cuerda todos a la misma vez, lo intentaran tres veces y posteriormente cambiaran de lugar las personas que estaban sosteniendo la cuerda”,* una vez hayan terminado se procederá a hacer la reflexión sobre la misma, es decir que

en la vida tenemos que actuar con agilidad para poder salir de los problemas y que no importa que nos tardemos más que otros igual nos llegara nuestro turno de atravesar esa puerta mística y solucionarlos de la mejor manera, ningún dolor o sufrimiento es para siempre todo se supera, pero depende mucho de la forma en que se actuemos (25 minutos)

Técnica de Visualización: La visualización es una técnica que se emplea en terapia psicológica para reducir el estrés y la ansiedad y lograr que el cuerpo y la mente entren en un estado profundo de relajación (ver anexo II) (15 minutos).

Asignación de Tarea: la tarea será un Autorregistro de la visualización y una tarea práctica, sobre tiempo y dedicación para sí mismo. (Ver anexo III y IV) (5 m.)

Retroalimentación: se procederá a retroalimentar lo más importante y significativo, haciendo énfasis en la importancia de hacer las cosa bien ahora para cultivar buenos resultados mañana (10 minutos).

Cierre y Despedida: se procederá a agradecer a las personas por su asistencia, su buena voluntad, su disposición e invitarles a la próxima sesión, recordándoles que será la última del proceso, por lo que se les pide que repasen cada una de las sesiones vistas porque se hará una retroalimentación (2 minutos).

ANEXO II

TECNICA DE VISUALIZACION DE UN PAISAJE

- Siéntese en un lugar cómodo y cierre los ojos, luego realizamos cinco respiraciones profundas.
- Imagina que vas caminando por un prado de hierba muy verde situado entre altas montañas nevadas.
- Fíjate en las montañas a tu alrededor, son muy altas, y ves como contrasta el blanco de la nieve con el intenso color azul del cielo. Es mediodía y encima de ti brilla un sol muy radiante y luminoso. Mira el verde de la hierba, el blanco de la nieve de las montañas y el azul del cielo.
- La temperatura en ese lugar es muy agradable, no hace frío ni calor y sopla una agradable brisa templada que roza delicadamente sobre la piel de tu cara.
- Al caminar notas, ya que vas descalzo, el suave roce de la hierba bajo las plantas de tus pies. Puedes percibir el tacto de la hierba algo húmedo y fresco.
- Vas muy despacio deleitándote de todo lo que ves y sientes a tu alrededor.
- Tienes una gran sensación de tranquilidad y paz.
- Oyes el canto de los pájaros y los ves volar a tu alrededor.
- Fíjate ahora en las plantas, hierbas y flores que hay a tu alrededor. Hay pequeñas flores de colores muy vivos, blancas, amarillas, anaranjadas, azules...acércate a olerlas. Corta una flor y acércala a la nariz. Huele su aroma mientras te concentras en el color de sus pétalos.
- Sigue caminando muy despacio, si ninguna prisa, disfrutando del paseo.
- Mira los riachuelos de agua que bajan de las montañas formando pequeños arroyos, donde las aguas saltan, corren, formando pequeñas cascadas y tranquilas pozas. Concéntrate hasta que escuches el murmullo de las agua.
- Ahora te vas a acercar a un arroyo y vas a agacharte e introducir tus dos manos unidas en el agua para recogerla y beber. Siente el frescor del agua en tus manos. Dirígelas a la boca y bebe. Siente el agua fresca, pura, limpia y cristalina entrando en el interior de tu cuerpo. Esa agua revitaliza a todo tu organismo y te sientes lleno de salud y bienestar.
- Sigue tu paseo y fíjate en una pequeña planta de menta, acércate y corta algunas hojas. Mastícalas y percibe el fuerte sabor a menta en tu paladar. Concéntrate hasta notarlo con total nitidez.
- Finalmente vas a buscar un sitio en ese lugar donde poderte tumbarte cómodamente. Túmbate y descansa, cierra los ojos y percibe los ruidos, los olores, la temperatura... y descansa profundamente, muy profundamente...
- Realiza cinco respiraciones profundas y luego despídete de ese lugar lentamente y abre los ojos poco a poco.





ANEXO III

Universidad de El Salvador.

Facultad de Ciencias y Humanidades.

Departamento de Psicología.

Autorregistro de prácticas de Técnica de visualización



Nombre: _____ Fecha: _____

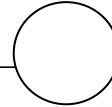
DIA	HORA	DIFICULTAD PARA REALIZAR LA TECNICA: BAJO, MEDIO ALTO.	CONCENTRACION DURANTE LA TECNICA EN ESCALA DEL 1 AL 10.	RELAJACION AL ACABAR LA TECNICA EN ESCALA DEL 1 AL 10.
LUNES				
MARTES				
MIERCOLES				
JUEVES				
VIERNES				
SABADO				
DOMINGO				

ANEXO IV

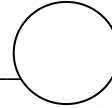
TAREAS QUE DISFRUTARE ESTA SEMANA

INDICACION: COLOREE LOS CÍRCULOS SOLAMENTE DE AQUELLAS ACTIVIDADES QUE REALIZO.

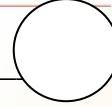
PARTICIPAR EN ACTIVIDADES PLACENTERAS _____



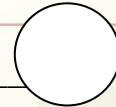
HABLAR CON AMIGOS _____



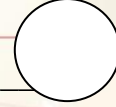
COMER BIEN _____



TRATAR DE DORMIR BIEN (8 HORAS CADA NOCHE) _____



CONOCER UN LUGAR NUEVO _____



DISFRUTAR DE LA VIDA _____



REIR _____



Sesión XII: Clausura del programa.





Sesión XII: Clausura del programa.



Nombre de la Jornada: “*Cerrando ciclos, abriendo nuevas oportunidades*”

Tiempo: 120 minutos.

Recursos: Material Impreso, Lapiceros, cajas terapéuticas, otros.

Objetivo: Retroalimentar cada una de las áreas intervenidas durante el y evaluar los conocimientos adquiridos durante el proceso de intervención psicoterapéutico

Desarrollo.

Preliminares.

Rapport: se saludará cordialmente a los participantes y se les recordara la importancia de la sesión, ya que por ser la última del proceso psicoterapéutico será diferente al resto pero igual de importante.

Lectura de Agenda: un participante voluntario dará lectura a la agenda del día y procederá a moderar cada actividad.

Revisión de Tarea: se hará revisión de las tareas de las prácticas de la Técnica de visualización y actividades placenteras, con el objetivo de verificar si se cumplió o no la tarea, si hubo dificultad o no y cuál fue el aprendizaje de dichas técnicas. (50 minutos.)

Retroalimentación del proceso terapéutico: en una cartel previamente elaborado se llevará a cabo una serie de actividades donde se menciona cada sesión vista y que cosas recuerdan o les fueron más útiles (ver anexo I), luego se irán anotando área por área hasta terminar, haciendo énfasis en la importancia de ponerlas en práctica para mejorar su calidad de vida.

Técnica de Contratos: esta técnica tiene como objetivo comprometerse a seguir poniendo en práctica las técnicas aprendidas, cada participante hace un contrato verbal consigo misma y con las demás personas en el que señale que pondrá en

práctica las técnicas para cuidarse a sí misma y cuidar a los demás, una vez terminado todas, se pasará a tomarse de las manos y a comprometerse a ayudarse mutuamente cuando lo necesiten.

Aplicación de la prueba psicológica (post-test): como prueba post-test, se aplicará la escala de gravedad de los síntomas del trastorno de estrés postraumático, para verificar si hubo cambios o disminuciones de dicha sintomatología traumática (20 minutos).

Círculo maravilloso y cajitas terapéuticas: el objetivo de la técnica es desarrollar la idea de que todas las actividades practicadas en el programa dependen de la acción de cada uno de los participantes, además es una actividad simbólica, primero se pide que formen un círculo, luego que extiendan se tomen de las manos, pero con la mano derecha con la palma hacia arriba y la izquierda hacia abajo (Tomados de las manos: la mano derecha simboliza nuestra capacidad de ayudar, debe estar sobre la mano izquierda del compañero; la mano izquierda, recibiendo la derecha del otro, simboliza nuestra necesidad de intercambio; al mismo tiempo en que podemos ayudar, necesitamos recibir ayuda. Ninguno de nosotros es tan fuerte para sólo ayudar o tan débil para sólo recibir ayuda.) Después los facilitadores entregaran a cada uno de las/os participantes 1 cajita terapéutica en la que deberán ir sacando cada objeto en el siguiente orden:

- ✓ Un borrador: para borrar sus preconceptos.
- ✓ Vela: para acordarme de repartir siempre mi luz, mi conocimiento.
- ✓ Una banda elástica: para acordarme de ser cada vez más flexible.
- ✓ Un clip: para acordarse de ser un instrumento de unión.
- ✓ Una figura de oreja: para acordarse de que saber escuchar es muy importante.
- ✓ Figura de vaca: para aprovechar todos los recursos que poseen.
- ✓ Espejo: para acordarme de que el autoconocimiento es indispensable:
- ✓ Figura de corazón: para recordar que el amor propio, autoelogio y aceptación es fundamental.
- ✓ Dulces: para recordar que todos tenemos una parte de dulzura y felicidad y que es importante disfrutarla frecuentemente para estar bien consigo misma y con los demás. (ver anexo 2).

Evaluación: Una vez terminado de explicar el contenido de la cajita, se abre la oportunidad al grupo para que expresen sentimientos y opiniones, luego de esta actividad, el grupo hace una evaluación sobre el programa escribiendo en post it, lo que más le gustó del programa y se deposita en una caja del recuerdo. (Ver anexo III).

Refrigerio: Luego se procederá a compartir un pequeño refrigerio con todos los participantes.

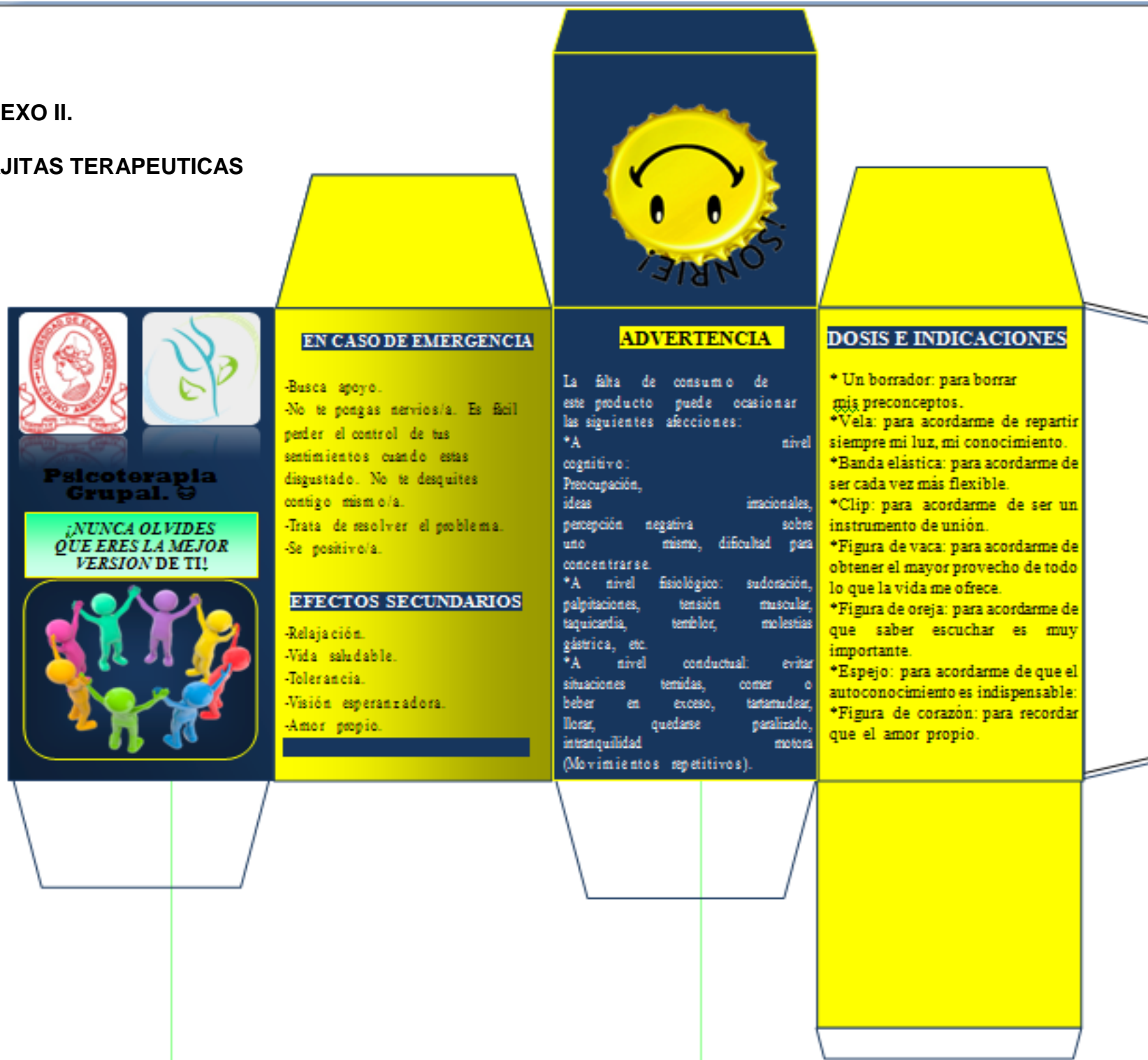
Cierre y Despedida: cada uno de los facilitadores agradecerá los momentos y experiencias compartidas a lo largo del proceso. Los pacientes también tendrán la oportunidad de expresarlos. Y finalmente se agradecerá por haber sido parte del programa y por esta dispuesto a mejorar su vida.

ANEXO I.

RETROALIMENTACION DE LAS SESIONES DE INTERVENCION.		
AREA	TEMA	LO QUE APRENDIMOS
AREA COGNITIVA 1		
AREA COGNITIVA 2		
AREA EFECTIVA 1		
AREA EFECTIVA 2		
AREA SOMATICA 1		
AREA SOMATICA 2		
AREA INTRAPERSONAL		
AREA INTERPERSONAL 1		
AREA INTERPERSONAL 2		
AREA CONDUCTUAL		
AREA		

ANEXO II.

CAJITAS TERAPEUTICAS



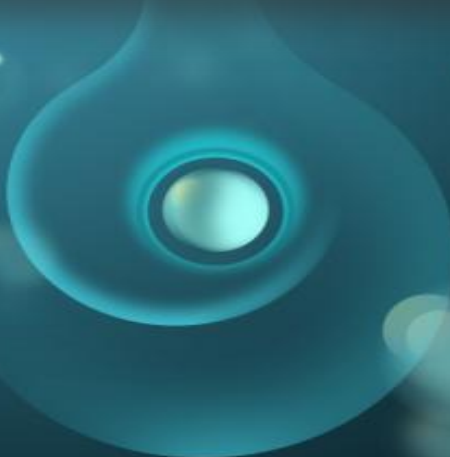
NEXO III

CAJITA DEL RECUERDO





“No tenemos que aprenderlo todo por experiencia personal. También podemos beneficiarnos de la experiencia de los demás.” (Edward de Bono)



ANEXOS



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

ENCUESTA DIRIGIDA A VÍCTIMAS DE DESPLAZAMIENTO FORZADO.

TEMA: “Las necesidades psicológicas de las víctimas de desplazamiento forzado, por la violencia provocada por la delincuencia pandilleril”.

OBJETIVO: conocer la experiencia personal de las víctimas de desplazamiento forzado, e identificar las principales necesidades psicosociales que presentan para poder realizar un diagnóstico específico sobre la problemática.

INDICACIONES: A continuación se describen diferentes situaciones sobre las experiencias vividas durante el proceso de desplazamiento forzado, por favor conteste o subraye con la mayor sinceridad posible a todas las situaciones, no olvide que no hay respuestas buenas ni malas, solamente se quiere evaluar el impacto que Ud. y su familia tuvo en dicho evento.

I. Datos Generales.

Nombre: _____ Código: _____

Edad: _____ Sexo: F () M ()

Municipio de Origen: _____ Departamento: _____

Su vivienda estaba ubicada en: a. Zona Urbana b. Zona Rural.

¿Cuántos miembros componen su familia? _____

II. Características del Desplazamiento Forzado.

1. ¿Ud. y su familia han sido víctimas de desplazamiento forzado? a. Si b. No

2. ¿Hace cuanto sucedió el hecho? _____

3. ¿Se han desplazado más de una vez? ¿Cuántas veces? _____ a. Si b. No

4. ¿Podría mencionar que tipo de violencia recibió antes de ser desplazados de su vivienda anterior?

a. Amenaza. B. Intento de homicidio a su persona o familiar. c. Homicidio de un familiar. d. Lesiones
e. Extorsión f. Otros. _____

5. ¿A quién se dirigió la violencia?

a. A su persona b. A un familiar c. A un amigo d. A un vecino

6. ¿La violencia fue generada por pandillas?

a. Si b. No. c. Indique el nombre de la pandilla: _____

7. ¿a quién o quienes considera que les ha afectado más el suceso?

a. Niños b. Adolescentes c. adultos

III. Afectación Psicológica.

No.	SINTOMATOLOGÍA.		
	COGNICIONES.	Si	No
1.	Considera que es imposible salir de esto.		
2.	Cree que el mundo y la vida son injustos.		
3.	Ha pensado que a Ud. le suelen ocurrir sólo cosas malas o negativas.		
4.	Últimamente solo pasan ideas o pensamientos negativos y tristes por su cabeza.		
5.	Siente que la vida y el futuro no tienen sentido.		
6.	Considera que Ud. pudo haber prevenido esta situación.		
	AFFECTIVIDAD.	Si	No
7	Se ha sentido culpable por los hechos.		
8	Ha experimentado periodos en los que se siente profundamente triste y sin ánimos.		
9.	A partir de todo esto, se la ha dificultado expresar cariño, amor, etc., a los demás.		
10	Se ha guardado las cosas, impidiendo sacar el dolor que lleva dentro (represión).		
11.	Ha tenido conductas agresivas o arranque de ira hacia otros o a Ud. mismo/a.		
12.	Siente miedo y preocupaciones excesivas.		
13.	Experimenta estrés excesivo.		
14.	Últimamente siente mucho temor a morir.		
	VOLUNTAD Y CONDUCTA.	Si	No
15.	Ha perdido el interés en actividades que antes le eran agradables y divertidas.		
16.	Visualiza un futuro incierto y sin proyectos a corto, mediano y largo plazo.		
17.	Ha recurrido a la ingesta de alcohol o de otro tipo de sustancias para olvidar los problemas.		
18.	Ha llegado a lastimarse (golpes, heridas, etc.) a Ud. Mismo o a los demás.		
	ÁREA INTERPERSONAL.	Si	No
19.	Le resulta difícil confiar en los demás.		
20.	Últimamente siente que se ha relacionado de forma inadecuada con los demás (problemas)		
21.	Ha optado por aislarse de los demás.		
22.	Siente que necesita excesivamente del apoyo y afecto de los demás.		
	ÁREA INTRAPERSONAL.	Si	No
23.	Siente inseguridad en Ud. mismo/a.		
24.	Descuida de su aspecto personal.		

25.	Considera que no tiene la capacidad de salir adelante y sobrellevar este problema.		
26.	Siente que ha perdido el control de su vida.		
ÁREA FISIOLÓGICA.		Si	No
27.	Ha experimentado el aumento o disminución del apetito.		
28.	Tiene dificultades para conciliar el sueño (insomnio)		
29.	Últimamente duerme más de lo habitual		
30.	Tiene pesadillas sobre el hecho o despierta sobresaltado.		
31.	Ha tenido dolores de cabeza.		
32.	Ha experimentado problemas gastrointestinales con mucha frecuencia especialmente cuando se siente preocupado/a.		
33.	Tiene dificultades para concentrarse.		
34.	Ha experimentado tensión o dolores musculares.		

IV. Parte Afectación Social.

Mencione que áreas de su vida se han visto afectadas después del desplazamiento forzado que realizó y explique cómo le ha afectado en cada una de ellas:

Área.	Si	No.	Explique.
Académica.			
Económica.			
Laboral.			
Familiar.			
Otras.			

¿Ud. desea agregar algo más?

Observaciones.

Aspectos.	Actividad.	Conducta.



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

GUÍA DE ENTREVISTA SEMI-ESTRUCTURADA DIRIGIDA A PROFESIONALES.

TEMA: “Las necesidades psicológicas de las víctimas de desplazamiento forzado, por la violencia provocada por la delincuencia pandilleril”.

Objetivo: Indagar información relevante sobre el desplazamiento forzado en nuestro país, así como sus causas y consecuencias, con el fin de obtener una opinión profesional que permita una ampliación de los conocimientos en relación al tema.

Indicaciones: Responda las siguientes interrogantes que se le plantean a continuación, ya que su aporte resultara valioso para la sustentación de la presente investigación y permitirá construir un diagnóstico preciso.

I. Datos Generales:

Nombre: _____ Fecha: _____

Institución: _____ Cargo: _____

Entrevistador: _____

¿Cómo ayuda la institución a las víctimas de desplazamiento forzado?

¿Dónde están ubicados? _____

II. Datos específicos:

1. ¿Ud. ha recibido formación para trabajar con víctimas de desplazamiento forzado? Si-No
¿Cómo ha sido su formación? _____

2. ¿Qué factores inciden para que una familia sea desplazada forzadamente?

3. ¿Podría decirnos con qué frecuencia se atienden personas o familias desplazadas en la institución? _____

4. ¿El Estado reconoce el fenómeno del desplazamiento forzado interno? _____

5. ¿Cuáles son las consecuencias psicológicas del desplazamiento forzado? _____

6.Cuál es la diferencia en la afectación psicológica del desplazamiento forzado en:

✓ Padres:

✓ Niños/as:

✓ Adolescentes:

7. ¿Qué acciones realiza la institución en pro de aliviar el sufrimiento de las víctimas a corto, mediano y largo plazo?

8. ¿Cómo puede el/la psicólogo/a ayudar a las víctimas del desplazamiento forzado? _____

9. ¿Cuáles son los temas o áreas psicológicas que usted considera como prioridad para trabajar con las víctimas? _____

10. En la institución ¿Proporcionan asistencia psicológica a las personas desplazadas?

11. ¿Existen protocolos o programas (individuales o grupales) para intervenir a las víctimas? ¿Cómo los trabajan? _____

12. ¿Cuáles son las limitantes a las que se enfrentan los profesionales para poder ayudar a estas personas? _____

Otros:

De antemano, gracias por su colaboración.



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

**ESCALA DE GRAVEDAD DE SINTOMAS DEL TRASTORNO DE ESTRÉS
POSTRAUMÁTICO.**

(Echeburúa, Corral, Amor, Zubizarreta y Sarasua, 1997)

Nombre: _____ **Nº:** _____

Edad: _____ **Fecha:** _____

Indicación: Colóquese en cada frase la puntuación correspondiente de 0 a 3 según la frecuencia e intensidad del síntoma.

0: NADA

1: UNA VEZ POR SEMANA O MENOS/POCO

2: DE 2 A 4 VECES POR SEMANA/BASTANTE

3: 5 O MÁS VECES POR SEMANA/MUCHO

Suceso traumático: _____

¿Cuánto tiempo hace que ocurrió (meses/años)? _____

¿Desde cuándo experimenta el malestar? _____

REEXPERIMENTACIÓN:

6. ¿Tiene recuerdos desagradables y recurrentes del suceso, incluyendo imágenes, pensamientos o percepciones?	
7. ¿Tiene sueños desagradables y repetitivos sobre el suceso?	
8. ¿Realiza conductas o experimenta sentimientos que aparecen como si el suceso estuviera ocurriendo de nuevo?	
9. ¿Sufre un malestar psicológico intenso al exponerse a estímulos internos o externos que simbolizan o recuerdan algún aspecto del suceso?	
10. ¿Experimenta una reactividad fisiológica al exponerse a estímulos internos o externos que simbolizan o recuerdan algún aspecto del suceso?	

PUNTUACION DE SINTOMAS DE REEXPERIMENTACIÓN: (Rango 0-15)	
---	--

EVITACIÓN:

8. ¿Se ve obligado a realizar esfuerzos para ahuyentar pensamientos, sentimientos o conversaciones asociadas al suceso?	
9. ¿Tiene que esforzarse para evitar actividades, lugares o personas que evocan el recuerdo del suceso?	
10. ¿Se siente incapaz de recordar alguno de los aspectos importantes del suceso?	
11. ¿Observa una disminución marcada del interés por las cosas o de la participación en actividades significativas?	
12. ¿Experimenta una sensación de distanciamiento o de extrañeza respecto a los demás?	
13. ¿Se siente limitado en la capacidad afectiva (por ejemplo, incapaz de enamorarse)?	
14. ¿Nota que los planes o esperanzas de futuro han cambiado negativamente como consecuencia del suceso (por ejemplo: realizar una carrera, casarse, tener hijos, etc.)?	
PUNTUACIÓN DE SÍNTOMAS DE EVITACIÓN: (Rango 0-21)	

AUMENTO DE LA ACTIVACIÓN:

6. ¿Se siente con dificultad para conciliar o mantener el sueño?	
7. ¿Está irritable o tiene explosiones de ira?	
8. ¿Tiene dificultades de concentración?	
9. ¿Está usted excesivamente alerta (por ejemplo: se para de forma súbita para ver quien está a su alrededor, etc.) desde el suceso?	
10. ¿Se sobresalta o se alarma más fácilmente desde el suceso?	
PUNTUACIÓN DE SÍNTOMAS DE ACTIVACIÓN: (Rango 0-15)	

PUNTUACIÓN TOTAL DE LA GRAVEDAD DEL TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO: (Rango 0-51)	
---	--

PUNTUACIÓN TOTAL DE LA GRAVEDAD DEL TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO: (Rango 0-51)	
---	--

ESCALA COMPLEMENTARIA

MANIFESTACIONES SOMÁTICAS DE LA ANSIEDAD EN RELACIÓN CON EL SUCESO

Respiración entrecortada (disnea) o sensación de ahogo	
Dolores de cabeza	
Palpitaciones o ritmo cardíaco acelerado (taquicardia)	
Dolor o malestar en el pecho	
Sudoración	
Mareos, sensación de inestabilidad o desmayo	
Náuseas o malestar abdominal	
Sensación de extrañeza respecto a uno mismo o de irrealidad	
Entumecimiento o sensación de cosquilleo (parestesias)	
Sofocos y escalofríos	
Temblores o estremecimientos	
Miedo a morir	
Miedo a volverse loco o a perder el control	
PUNTUACIÓN ESPECÍFICA DE LAS MANIFESTACIONES SOMÁTICAS DE LA ANSIEDAD: (RANGO 0-39)	

Trastorno de estrés postraumático

Se requiere la presencia de 1 síntoma en el apartado de reexperimentación; de 3, en el de evitación; y de 2 en el de aumento de la activación.

SI Agudo (1-3 meses) Crónico (> 3 meses) Con inicio demorado

NO

ANEXO D

FICHA TECNICA DE LA ESCALA DE GRAVEDAD DE LOS SINTOMAS DEL TRASTORNO DEL ESTRÉS POSTRAUMÁTICO. IDENTIFICACIÓN.

Nombre Original: Escala de Gravedad de Síntomas del Trastorno de Estrés Postraumático (EGS-TEPT)

Autores: Echeberúa, E., Corral, P., Amor, P.J., Zubizarreta, I., y Sarasua, B. (1997)

Año: 1997.

DESCRIPCIÓN.

Tipo de Instrumento: Entrevista Estructurada.

Objetivo: Facilitar el diagnóstico de los trastornos de Estrés Postraumático desde una perspectiva categorial y medir la severidad al cuantificar cada síntoma según su frecuencia e intensidad.

Población: Personas con posible trastorno de estrés postraumático.

Número de ítems: 17 (+13 de la sub-escala complementaria).

Descripción: está estructurada en un formato de tipo Likert de 0 a 3 según la frecuencia e intensidad de los síntomas y consta de tres sub-escalas: reexperimentación, evitación y activación; además cuenta con una sub-escala complementaria de manifestaciones somáticas de la ansiedad en relación con el suceso.

Criterios de Calidad:

Fiabilidad: su índice de consistencia interna (alfa de Cronbach) es de 0.92. Fiabilidad de test-retest (a las 4 semanas): 0.89.

Validez: La validez convergente es alta y significativa 0.82. Posee una sensibilidad diagnóstica del 100% y una especificidad del 93.7% por lo que la eficacia diagnóstica resultante sería del 95.45%, que se considera muy satisfactoria. Muestra correlaciones con el Inventario de Depresión de Beck (0.54), con la Escala de Depresión de Hamilton (0.60), con el Inventario de

Ansiedad-Estado (0.62) y con la Escala de Inadaptación (0.48). Es sensible al cambio terapéutico.

APLICACIÓN.

Tiempo de Administración: 10-15 minutos.

Normas de Aplicación: El evaluador debe leer las preguntas al paciente, y en función de sus respuestas, puntuar de 0 a 3 (nada, una vez por semana o menos/poco, de 2 a 4 veces por semana/bastante, o 5 o más veces por semana/mucho respectivamente) según la frecuencia e intensidad del síntoma.

Corrección e Interpretación: Se suman las puntuaciones obtenidas en cada una de las sub-escalas (reexperimentación 0-15, evitación 0-21 y aumento de la activación 0-15), teniendo como rango total 0-51. Se suma también la puntuación total obtenida en la escala complementaria con un rango 0-39. Se evalúa la presencia del trastorno de estrés postraumático con 1 síntoma de reexperimentación, 3 de evitación y 2 en el aumento de la activación y la gravedad del mismo (agudo, crónico o inicio demorado). Se evalúa la gravedad del trastorno mediante puntos de corte en la escala global (15) y en las sub-escalas (5,6 y 4 respectivamente).

Momento de Aplicación: Evaluación pre-tratamiento, diagnóstico.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Referencia Original: Echeberúa, E., Corral, P., Amor, P.J., Zubizarreta, I., y Sarasua, B. (1997) Escala de Gravedad de síntomas del trastorno de estrés postraumático: propiedades psicométricas. *Análisis y Modificación de Conducta*, 23,90, 503-526.

ANEXO E

VACIADO DE ENTREVISTAS A PROFESIONALES DE PSICOLOGÍA DE LA UNIDAD DE ATENCIÓN A PSICOSOCIAL, CRUZ ROJA SALVADOREÑA (DELEGACION DE ESPAÑA).

ENTREVISTA A PROFESIONALES DE PSICOLOGÍA DE LA UNIDAD DE ATENCIÓN A PSICOSOCIAL, CRUZ ROJA SALVADOREÑA.		
ENTREVISTA 1	ENTREVISTA 2	ENTREVISTA 3
DATOS GENERALES		
Nombre: <i>Licda. Jacqueline Grande.</i> Fecha: <i>14/03/18</i> Cargo: <i>Psicóloga</i>	Nombre: <i>Licda. Fabiola Alas.</i> Fecha: <i>14/03/18</i> Cargo: <i>Psicóloga</i>	Nombre: <i>Lic. Alejandro Duran.</i> Fecha: <i>14/03/18</i> Cargo: <i>Psicólogo</i>
DATOS ESPECIFICOS		
1. Experiencia en problemáticas psicosociales		
He abordado diferentes tipos de casos sobre violencia social pues es el objetivo primordial de nuestra unidad, desde víctimas de violencia de género, victimas secundarias de desaparecidos, desplazamientos forzados.	He trabajado en puestos similares desde el 2011, atendiendo a mujeres abusadas sexualmente, victimas de secundarias de desaparecidos o asesinados, jóvenes en riesgo por pandillas, con jóvenes en fase de confianza de los centros penales juveniles, etc. Pero con el tema del desplazamiento llevo trabajando 7 meses.	Hemos atendido casos de violaciones o abuso sexual, violencia intrafamiliar, duelo por desaparición y el desplazamiento forzado que es un tipo de violencia en donde hay un traslado a la fuerza, involuntario aunque también puede darse desplazamiento por el cambio climático.
2. Numero de víctimas que se atienden en la institución.		
3. Factores inciden para que una familia sea desplazada forzosamente		

<p>La zona donde vive la familia, es decir la ubicación de su casa, puede resultar para los pandilleros un punto estratégico, así también las desapariciones forzadas, asesinatos de parientes, problemas con los cuerpos armados (militares y policías).</p>	<p>Dentro de los factores se pueden mencionar los siguientes: 1. El impacto de la violencia social ejercido por pandillas y crimen organizado: homicidios, desapariciones forzadas, violencia sexual, extorciones, amenazas directas e indirectas, etc. 2. Contextos frágiles: bajo estrato socioeconómico, bajo nivel educativo, precariedad laboral, familias desintegradas, exclusión social, poco o nulo acceso a la salud, etc. 3. Lugar de Residencia: provienen principalmente de zonas conflictivas como Soyapango apopa, Ciudad Delgado, etc. 4. Y en algunas ocasiones, a causa de agentes perpetradores del Estado (miembros del ejército) mediante humillaciones psicológicas y hostigamiento a los jóvenes.</p>	<p>Factores: temor a raíz de amenazas directas a la familia. Hechos de violencia consumados contra miembros de la familia. Es difícil desplazarse de un lugar a otro y poder establecerse.</p>
<p>4. frecuencia con la que se presenta esta el desplazamiento forzado en el país.</p>		
<p>En los últimos años ha habido un incremento intenso, por ejemplo aquí en la unidad hemos atendido a muchas personas que han sufrido este fenómeno, más no tengo un aproximado de cuanta es esa población.</p>	<p>La frecuencia es muy alta, hay personas o familias que no solo se han desplazado una vez, sino dos o tres, porque las condiciones del lugar hacia el que se desplazan son iguales o peores que las anteriores. La mesa de La Sociedad Civil Contra el Desplazamiento Forzado hablaba de aproximadamente 250 casos registrados en el 2017, sin embargo hay una gran cantidad de subregistros; hay muchos desplazamientos a diario, mientras que otras personas que viven en confinamiento porque no tienen un lugar mejor donde poder desplazarse.</p>	<p>Bastante frecuencia y como no es un fenómeno aceptado por el estado y no se visibiliza como otras problemáticas o tipos de violencia que son muy mencionadas en los medios. Al no ser aceptado parecería que no es un tipo de violencia que se da mucho en el país y si sucede generado por la crisis de seguridad.</p>

5. Reconoce el estado el fenómeno del desplazamiento forzado interno		
No, se lucha por el reconocimiento de este fenómeno esto por parte de muchas instituciones, pues la invisibilización por parte del estado vulnera muchos de los derechos de estas personas como: la salud, la alimentación, la educación, la vivienda, la seguridad, entre otros.	NO. No hay reconocimiento formal, solo la PDDH, hizo un reconocimiento simbólicamente hace algunos meses, mediante Los Principios de Justicia para Víctimas. Por otro lado lo llaman movilidad humana que es un término totalmente diferente. Lo más cercano que se está haciendo es con el Plan El Salvador Seguro, que se están desarrollando tres acciones: 1. Una propuesta de política nacional de atención a víctimas. 2. La ley general de atención a víctimas. Y 3. Una hoja de ruta de movilidad humana. Ya es algo lo que se ha empezado a hacer pero no es suficiente.	No. De forma oficial no lo han hecho. EN 2015 la PDDH hizo un informe de desplazamiento el cual reportaba casos de familia en estadísticas por esa causa y crisis puntuales como la de Caluco, en la que toda una comunidad se trasladó y como estos casos hay muchos pero como no salen en los medios.
6. Cuáles son las consecuencias psicológicas del desplazamiento forzado		
Estrés sobre todo, ansiedad, depresión, síntomas fisiológicos, tristeza, preocupación, sentimientos negativos de no saber qué hacer, incertidumbre, paranoia, desconfianza hasta de decir su nombre, edad y lugar de origen, pensamientos negativos, desesperación, duelo.	A nivel psicosocial, toda su vida se detiene cuando se está en calidad de desplazado. Son sobrevivientes con pocas habilidades cognitivas y emocionales debido al trauma, vulnerables a padecer cualquier trastorno psicopatológico.	Consecuencias psicológicas: Estrés agudo, desarraigo de su lugar de vivienda u origen. Desestructuración familiar, duelo, toma de decisiones de manera forzada.
7. Diferencia en la afectación psicológica del desplazamiento forzado en: padres, niños y adolescentes.		
Padres: por la mayor consciencia de responsabilidad experimenta mucho estrés, muchas veces son madres solteras que son mucho más vulnerables por no representar un patrón masculino, en el adulto hay niveles altos de estrés y crisis.	Padres: son los más afectados, ya que tiene que sobrellevar su trauma y el de los demás miembros de la familia, ellos no están aptos para cuidar adecuadamente de sus hijos. Niños y adolescentes: aunque sean muy pequeños les afecta en todos los sentidos,	Padres: Rehacer el proyecto de vida que creo que es el principal eje del desplazamiento forzado. Niños: dependiendo de su edad no comprende en un primer momento lo que sucede, sufre un cambio de escuela, amigos y

<p>Adolescentes: se preocupan por la situación que atraviesan, se da un rompimiento de relaciones interpersonales y de sus estudios, muchas veces por la vulnerabilidad que ellos representan experimentan sentimientos de culpa.</p> <p>Niños: son observadores de la situación, se vuelven hiperactivos, agresivos, falta de concentración.</p> <p>En el caso de mujeres como las señoritas se ven vulnerables ante el acoso de pandilleros por su belleza física.</p>	<p>principalmente en el área académica, social y familiar.</p> <p>Pero a quienes afecta mas es a las mujeres, ya que son víctimas de toda clase de violencia, y además en muchas ocasiones son madres solteras que no tienen redes de apoyo.</p>	<p>no siempre comprende por qué se deben ir.</p> <p>Adolescentes: es difícil por la razón de donde irse, pues por ser de un lugar contrario los hace vulnerables.</p> <p>En el caso de las mujeres también lo viven diferente por la condición de género, hay más vulneración por tener que desplazarse, por las violaciones o agresión sexual que puede ser previo o durante el DF.</p>
<p>8. Ayuda del Psicólogo a las víctimas de desplazamiento forzado.</p>		
<p>-Acompañamiento psicosocial, fortalecer las capacidades de afrontamiento en las personas, pero al mismo tiempo responder a sus necesidades sociales.</p> <p>-Es importante que conozca la metodología de atención psicosocial, así como mecanismos de protección.</p> <p>-Proporcionar respuestas humanitarias a las personas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar acciones de respuesta inmediata, dependiendo del caso, dar acompañamiento a albergues, dar paquetes de alimentación, higiene y limpieza, etc. - Dar acompañamiento psicosocial, asesoría para hacer denuncias, atención psicológica individual y familiar, etc. 	<p>El rol del psicólogo: debe ser amplio, a través de programas de salud mental que pueda dársele atención de calidad a estas personas. Que a través del Estado hubiesen rutas de atención, protocolos de atención de este tipo de violencia que es diferente a homicidios, desaparición. La afectación es diferente, por lo tanto también el abordaje. Se debe hacer un abordaje, desde mi perspectiva con un enfoque psicosocial, pues este enfoque es más amplio y habla de cómo el individuo se desarrolla en el contexto y como este influye en él y el contexto influye en ella.</p>
<p>9. Temas o áreas con las que se trabaja con las víctimas.</p>		
<p>Manejo de estrés, estrategias de afrontamiento que permitan a la persona</p>	<p>Creo que los más importantes son la recuperación del trauma, medidas de</p>	<p>Áreas: identificación de redes de apoyo, pues cuando les toca movilizarse pueden llegar a</p>

<p>pensar racionalmente y positivamente, toma de decisiones (¿Qué hacer? ¿A quién acudir?) Alternativas y soluciones, autoestima, Derechos Humanos, Resiliencia y Rutas de atención.</p>	<p>afrontamiento, redes de apoyo y las necesidades psicológicas y emocionales.</p>	<p>sentirse solas, desesperadas. También los factores de afrontamiento para hacerle frente a este problema desde el momento de la amenaza y trabajar el proyecto de vida, es algo muy marcado se les pone stop a los planes</p>
<p>10. Asistencia psicológica a las víctimas.</p>		
<p>El lema de cruz roja es aliviar el sufrimiento humano, se facilita a las personas ayuda humanitaria (alimentación, viáticos, acompañamiento, búsqueda de albergues), se vuelve importante salvaguardar la vida de ellos, en coordinación con otras instituciones, al momento en que una persona ingresa a un albergue debe tener un acompañamiento psicosocial. Cuando proporcionamos asistencia buscamos crear redes de apoyo, dar primeros auxilios psicológicos, facilitar estrategias de afrontamiento (haciendo hincapié en que la persona misma debe apoyarse), se proporcionan 10 sesiones de Terapia Breve (si el caso lo amerita se establecen más sesiones) se trabaja en la adaptación a los cambios.</p>	<p>Si damos asistencia psicológica, de hecho somos de las pocas instituciones que la ofrecemos. La ayuda que se ofrece es el acompañamiento psicosocial y la atención psicológica, individual, grupal y familiar.</p>	<p>Atención psicosocial en primer lugar. Como trabajamos con otras instituciones aliadas algunas de ellas ofrecen albergues o refugios fuera del país. Proporcionamos ayuda humanitaria (salud, alimentación). Hemos creado un grupo, una red de defensores y defensoras de derechos humanos que lo que se pretende es que luego de que han pasado por un proceso terapéutico individual o familiar se incorporen a este grupo en el cual se tratan muchos temas como el fortalecimiento emocional.</p>
<p>11. Limitantes a las que se enfrentan los profesionales de psicología.</p>		
<p>-Muchos no manejan la Metodología psicosocial, lo cual considero que es necesario empaparse de ella. -Es importante que conozcan las Rutas de Atención.</p>	<p>Una de las más grandes limitantes es que no existe reconocimiento legal de la problemática, o tanto no hay leyes, ni programas de atención adecuados ni estandarizados para las víctimas. Además no hay albergues adecuados ni mucho menos</p>	<p>Dificultades: primero que no es un tema reconocido por el estado, entonces existe poca posibilidad de acción en el sentido de que hacer como con otros tipo de violencia si hay una ruta o pasos a seguir para poder ayudar o actuar. No hay protocolo de acción</p>

<p>-Tomar medidas de autocuidado que muchas veces son ignoradas.</p> <p>-Saber delimitar nuestras competencias (saber si puedo hacerlo, porque muchos no tienen la capacidad en lugar de ayudar afectan)</p> <p>-Y en la institución pues no hay mucho espacio disponible.</p>	<p>dignos. Creo que deberían existir lugares adecuados donde puedan recibir atención integral en salud física y mental, zonas de distracción y sano esparcimiento, además de orientación jurídica y legal, etc.</p>	<p>de qué hacer, como actuar, donde referir, que instituciones apoyan</p>
12. otros.		
ENTREVISTA A PROFESIONALES DE PSICOLOGÍA DE LA UNIDAD DE ATENCIÓN A PSICOSOCIAL, CRUZ ROJA SALVADOREÑA.		
ENTREVISTA 1	ENTREVISTA 2	ENTREVISTA 3
DATOS GENERALES		
<p>Nombre: <i>Licda. Jacqueline Grande.</i></p> <p>Fecha: <i>14/03/18</i> Cargo: <i>Psicóloga</i></p>	<p>Nombre: <i>Licda. Fabiola Alas.</i></p> <p>Fecha: <i>14/03/18</i> Cargo: <i>Psicóloga</i></p>	<p>Nombre: <i>Lic. Alejandro Duran.</i></p> <p>Fecha: <i>14/03/18</i> Cargo: <i>Psicólogo</i></p>
DATOS ESPECIFICOS		
1. Experiencia en problemáticas psicosociales		
	<p>he trabajado en puestos similares desde el 2011, atendiendo a mujeres abusadas sexualmente, victimas de secundarias de desaparecidos o asesinados, jóvenes en riesgo por pandillas, con jóvenes en fase de confianza de los centros penales juveniles, etc. Pero con el tema del desplazamiento llevo trabajando 7 meses.</p>	<p>Hemos atendido casos de violaciones o abuso sexual, violencia intrafamiliar, duelo por desaparición y el desplazamiento forzado que es un tipo de violencia en donde hay un traslado a la fuerza, involuntario aunque también puede darse desplazamiento por el cambio climático.</p>

2. Numero de víctimas que se atienden en la institución.		
3. Factores inciden para que una familia sea desplazada forzosamente		
	<p>Dentro de los factores se pueden mencionar los siguientes: 1. El impacto de la violencia social ejercido por pandillas y crimen organizado: homicidios, desapariciones forzadas, violencia sexual, extorsiones, amenazas directas e indirectas, etc. 2. Contextos frágiles: bajo estrato socioeconómico, bajo nivel educativo, precariedad laboral, familias desintegradas, exclusión social, poco o nulo acceso a la salud, etc. 3. Lugar de Residencia: provienen principalmente de zonas conflictivas como Soyapango apopa, Ciudad Delgado, etc. 4. Y en algunas ocasiones, a causa de agentes perpetradores del Estado (miembros del ejército) mediante humillaciones psicológicas y hostigamiento a los jóvenes.</p>	<p>Factores: temor a raíz de amenazas directas a la familia. Hechos de violencia consumados contra miembros de la familia. Es difícil desplazarse de un lugar a otro y poder establecerse.</p>
4. frecuencia con la que se presenta esta el desplazamiento forzado en el país.		
	<p>La frecuencia es muy alta, hay personas o familias que no solo se han desplazado una vez, sino dos o tres, porque las condiciones del lugar hacia el que se desplazan son iguales o peores que las anteriores. La mesa de La Sociedad Civil Contra el Desplazamiento Forzado hablaba de aproximadamente 250 casos registrados en el 2017, sin embargo hay una gran cantidad de subregistros; hay muchos desplazamientos a</p>	<p>Bastante frecuencia y como no es un fenómeno aceptado por el estado y no se visibiliza como otras problemáticas o tipos de violencia que son muy mencionadas en los medios. Al no ser aceptado parecería que no es un tipo de violencia que se da mucho en el país y si sucede generado por la crisis de seguridad.</p>

	diario, mientras que otras personas que viven en confinamiento porque no tienen un lugar mejor donde poder desplazarse.	
5. Reconoce el estado el fenómeno del desplazamiento forzado interno		
	NO. No hay reconocimiento formal, solo la PDDH, hizo un reconocimiento simbólicamente hace algunos meses, mediante Los Principios de Justicia para Víctimas. Por otro lado lo llaman movilidad humana que es un término totalmente diferente. Lo más cercano que se está haciendo es con el Pan El Salvador Seguro, que se están desarrollando tres acciones: 1. Una propuesta de política nacional de atención a víctimas. 2. La ley general de atención a víctimas. Y 3. Una hoja de ruta de movilidad humana. Ya es algo lo que se ha empezado a hacer pero no es suficiente.	No. De forma oficial no lo han hecho. EN 2015 la PDDH hizo un informe de desplazamiento el cual reportaba casos de familia en estadísticas por esa causa y crisis puntuales como la de Caluco, en la que toda una comunidad se trasladó y como estos casos hay muchos pero como no salen en los medios.
6. Cuáles son las consecuencias psicológicas del desplazamiento forzado		
	A nivel psicosocial, toda su vida se detiene cuando se está en calidad de desplazado. Son sobrevivientes con pocas habilidades cognitivas y emocionales debido al trauma, vulnerables a padecer cualquier trastorno psicopatológico.	Consecuencias psicológicas: Estrés agudo, desarraigo de su lugar de vivienda u origen. Desestructuración familiar, duelo, toma de decisiones de manera forzada.
7. Diferencia en la afectación psicológica del desplazamiento forzado en: padres, niños y adolescentes.		
	Padres: son los más afectados, ya que tiene que sobrellevar su trauma y el de los demás miembros de la familia, ellos no están aptos para cuidar adecuadamente de sus hijos.	Padres: Rehacer el proyecto de vida que creo que es el principal eje del desplazamiento forzado. Niños: dependiendo de su edad no

	<p>Niños y adolescentes: aunque sean muy pequeños les afecta en todos los sentidos, principalmente en el área académica, social y familiar.</p> <p>Pero a quienes afecta mas es a las mujeres, ya que son víctimas de toda clase de violencia, y además en muchas ocasiones son madres solteras que no tienen redes de apoyo.</p>	<p>comprende en un primer momento lo que sucede, sufre un cambio de escuela, amigos y no siempre comprende por qué se deben ir.</p> <p>Adolescentes: es difícil por la razón de donde irse, pues por ser de un lugar contrario los hace vulnerables.</p> <p>En el caso de las mujeres también lo viven diferente por la condición de género, hay más vulneración por tener que desplazarse, por las violaciones o agresión sexual que puede ser previo o durante el DF.</p>
8. Ayuda del Psicólogo a las víctimas de desplazamiento forzado.		
	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar acciones de respuesta inmediata, dependiendo del caso, dar acompañamiento a albergues, dar paquetes de alimentación, higiene y limpieza, etc. - Dar acompañamiento psicosocial, asesoría para hacer denuncias, atención psicológica individual y familiar, etc. 	<p>El rol del psicólogo: debe ser amplio, a través de programas de salud mental que pueda dársele atención de calidad a estas personas. Que a través del Estado hubiesen rutas de atención, protocolos de atención de este tipo de violencia que es diferente a homicidios, desaparición. La afectación es diferente, por lo tanto también el abordaje. Se debe hacer un abordaje, desde mi perspectiva con un enfoque psicosocial, pues este enfoque es más amplio y habla de cómo el individuo se desarrolla en el contexto y como este influye en él y el contexto influye en ella.</p>
9. Temas o áreas con las que se trabaja con las víctimas.		
	<p>Creo que los más importantes son la recuperación del trauma, medidas de afrontamiento, redes de apoyo y las necesidades psicológicas y emocionales.</p>	<p>Áreas: identificación de redes de apoyo, pues cuando les toca moverse pueden llegar a sentirse solas, desesperadas. También los factores de afrontamiento para hacerle frente</p>

		a este problema desde el momento de la amenaza y trabajar el proyecto de vida, es algo muy marcado se les pone stop a los planes
10. Asistencia psicológica a las víctimas.		
	Si damos asistencia psicológica, de hecho somos de las pocas instituciones que la ofrecemos. La ayuda que se ofrece es el acompañamiento psicosocial y la atención psicológica, individual, grupal y familiar.	Atención psicosocial en primer lugar. Como trabajamos con otras instituciones aliadas algunas de ellas ofrecen albergues o refugios fuera del país. Proporcionamos ayuda humanitaria (salud, alimentación). Hemos creado un grupo, una red de defensores y defensoras de derechos humanos que lo que se pretende es que luego de que han pasado por un proceso terapéutico individual o familiar se incorporen a este grupo en el cual se tratan muchos temas como el fortalecimiento emocional.
11. Limitantes a las que se enfrentan los profesionales de psicología.		
	Una de las más grandes limitantes es que no existe reconocimiento legal de la problemática, o tanto no hay leyes, ni programas de atención adecuados ni estandarizados para las víctimas. Además no hay albergues adecuados ni mucho menos dignos. Creo que deberían existir lugares adecuados donde puedan recibir atención integral en salud física y mental, zonas de distracción y sano esparcimiento, además de orientación jurídica y legal, etc.	Dificultades: primero que no es un tema reconocido por el estado, entonces existe poca posibilidad de acción en el sentido de que hacer como con otros tipo de violencia si hay una ruta o pasos a seguir para poder ayudar o actuar. No hay protocolo de acción de qué hacer, como actuar, donde referir, que instituciones apoyan
12. otros.		

ANEXO F

VACIADO DE RESULTADOS DE LA ENCUESTA DIRIGIDA A VICTIMAS.

Códigos de Interpretación de la matriz:

Ubic.Viv: Ubicación de la Vivienda.

P1: Ha sido víctima del desplazamiento. **P2:** Hace cuanto sucedió. **P3:** Cuantas veces se ha desplazado
P4: Tipo de violencia recibida. **P5:** A quien se dirigió la Violencia. **P6:** Quien generó el desplazamiento.

P7: A quien ha afectado más el desplazamiento.

AC: Afectación Cognitiva. **AA:** Afectación Afectiva **AV:** Afectación Volitiva

A. Inter.: Afectación Interpersonal **A. Intra.:** Afectación Intrapersonal. **AF:** Afectación Fisiológica.

AE: Afectación Escolar. **A. Ec:** Afectación Económica. **AL:** Afectación Laboral. **A. Fa.:** Afectación Familiar.

Rur.: Rural. **Urb.:** Urbano. **Ame:** Amenazas. **I.H.:** Intento de Homicidio. **H.:** Homicidio.

Matriz I: Resultados Encuesta dirigida a víctimas del Desplazamiento Forzado.

Código del Individuo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Edad.	65	47	31	42	49	67	18	18	24	49	68	56	61	47	38
Sexo.	F	F	F.	F	F	F	F	M	F	F	F	M	F	M	F
Municipio.	Mejic.	Mejic.	Cabañ.	Izalc.	S. Crist.	C.D	S. Mig.	S.S.	Cusc.	Apop	Mejic	Monc.	Soy.	Tep.	Soy.

					⁶⁵										
Ubic. Viv.	Rur.	Urb.	Rur.	Rur.	Rur.	Rur.	Urb.	Rur.	Urb.	Urb.	Urb.	Rur.	Rur.	Rur.	Rur.
P1	si.	Si	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.
P2.	3 A	1 A y 10 M	20 D.	5 M.	2A ⁶⁶ y 3M.	1A y 11M	2 ^a	1 A y 6M	1A y 3M	1A y 7M	1 A	6 A	6 A	3 A	2 A
P3	2 veces	1 vez.	1 vez.	1 vez.	2 vec.	1 vez.	2 vec.	1 vez.	2 Vec.	1 Vez.	1 Vez.	4 vec.	2 vec.	2 vec.	1 Vez.
P4	Ame.	Ame.	Ame.	Ame.	Ame.	Ame	Ame	I. H.	H.	H.	Ame	Ame	Ame	Ame	Ame.
P5	Fam. ⁶⁷	P	P y F	P y F	P y F	Fam	P y F	P	P y F	P y F	Fam	P y F	P y F	Fam.	Fam.
P6	18	No sabe.	18.	PNC	MS	No sabe	MS	PNC	MS	MS	MS	MS	No sabe	MS	MS
P7	Adult.	Niñ.	Adol.	Niñ.	Adult.	Niñ.	Adol	Niñ.	Niñ.	Adol.	Niñ.	Adol.	Adult	Niñ.	Adult.
A.C.			No.	Si.	No.	Si.	Si.	No.	No.	No.	No.	Si.	Si.	No.	No.
A.A.			Si.	No.	Si.	Si.	Si.	No.	Si.	Si.	No.	Si.	Si.	Si.	Si.
A.V.			No.	No.	Si.	Si.	Si.	No.	Si.	No.	Si.	No.	No.	No.	No.

⁶⁵ **S. Crist.:** San Cristóbal; **C.D.:** Ciudad Delgado; **S. Mig.:** San Miguel; **S.S.:** San Salvador; **Cusc.:** Cuscatancingo; **Monc.:** Moncagua; Soy.: Soyapango; **Tep.:** Tepecoyo.

⁶⁶ **D:** Días; **M:** Meses; **A:** Año.

⁶⁷ **Fam.:** a un familiar; **P:** A su persona; **P y F:** A su persona y un familiar.

A.Inter.			Si.	No.	Si.	Si.	Si.	No.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.
A. Intra.			No.	Si.	Si.	Si.	Si.	No.	Si.	No.	No.	No.	Si.	No.	No.
A.F.			Si.	No.	Si.	Si.	Si.	No.	Si.	No.	No.	No.	Si.	No.	Si.
A.E.	Si.	Si.	Si.	No.	Si.	Si.	Si.	No.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.
A.Ec.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	No.	Si.	Si.	No.	Si.	Si.	Si.	Si.
A.L.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	No.	No.	Si.	Si.	No.	Si.	Si.	No.	Si.
A.Fa.	Si.	Si.	Si.	Si	Si.	No.	Si.	No.	No.	Si.	No.	Si.	Si.	Si.	Si.

CONTINUACION

Matriz II: Resultados Encuesta dirigida a víctimas del Desplazamiento Forzado.															
Código del Individuo	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Edad.	59	62	19	42	46	35	66	22	18	49	57	49	32	26	63
Sexo.	F	M	F	F	F	M	F	F	M	F	F	F	F	F	F
Municipio.	Mejic.	S.S	Mejic.	Panch. ⁶⁸	Apop	S.S.	Ilop.	Soy.	S.S	S.S.	Soy.	Soy.	Mejic.	S. Mart.	Colón.
Ubic. Viv.	Rur.	Urb.	Rur.	Rur.	Urb.	Urb.	Urb.	Rur.	Urb.	Urb.	Rur.	Rur.	Rur.	Urb.	Urb.
P1	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si	Si
P2.	1A ⁶⁹ y 7M	1 A y 9 M	2 A.	2 A y 3M	10 M	1 A y 4 M.	3 A	2 A y 9 M	1 A y 8 M	1 A y 8 M	4 A.	4 A.	2 A.	1 A.	2 A y 7 M
P3	1 vez.	1 vez.	1 vez.	1 vez.	1 vez	1 vez.	2 veces	1 vez.	1 vez.	1 vez.	2 veces	2 vec es.	1 vez	1 vez.	1 vez.
P4	Ame.	I.H.	Ame.	Ame..	I.H.	Am e.	H.	Am e.	Am e.	Ame.	I.H.	I.H.	Am e.	Am e.	I.H.
P5	Fam.	Fam.	P y F	P y F	Fam	P y	Fam.	P y	P y	Fam.	Fam.	Fam	P y	Fam	P y F

⁶⁸ Panch.: Panchimalco; Apop.: Apopa; Ilop.: Ilopango; Soy.: Soyapango; S.Mart.: San Martín.

⁶⁹ D: Días; M: Meses; A: Año.

						F		F	F			iliar.	F	.	
P6	MS	18	18	MS	18	MS	MS	MS	MS	MS	MS	MS	18	No sabe.	No Sabe.
P7	Adult	Adult.	Adol.	Niñ.	Adult.	Niñ.	Niñ.	Adult.	Niñ.	Adult.	Niñ.	Adult.	Adult.	Adult.	Niñ.
A.C.	Si.	No.	Si.	No.	Si.	No.	Si.	No.	No.	Si.	Si.	No.	Si.	Si.	Si.
A.A.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	No.	Si.	Si.	No.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.
A.V.	Si.	No.	Si.	No.	Si.	No.	No.	No.	No.	Si.	Si.	No.	No.	Si.	Si.
A.Inter.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.
A. Intra.	Si.	No.	No.	No.	Si.	No.	No.	Si.	No.	Si.	Si.	Si.	No.	No.	No.
A.F.	Si.	No.	No.	Si.	Si.	No.	No.	No.	No.	Si.	Si.	No.	No.	Si.	Si.
A.E.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	No.	Si.	Si.	Si.
A.Ec.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.	Si.
A.L.	No.	Si.	No.	Si.	No.	Si.	No.	Si.	No.	Si.	Si.	No.	Si.	Si.	Si.
A.Fa.	Si.	No.	Si.	No.	No.	No.	No.	Si.	No.	Si.	Si.	No.	Si.	Si.	Si.

ANEXO G

VACIADO DE RESULTADOS DE LA ESCALA DE GRAVEDAD DE LOS SINTOMAS DEL TRASTORNO DE ESTRÉS POSTRAUMÁTICO

Se requiere la presencia de 1 síntoma en el apartado de reexperimentación; de 3, en el de evitación; y de 2 en el de aumento de la activación.

SI 30 NO 0 Agudo (1-3 meses) 1 Crónico (> 3 meses) 30 Con inicio demorado

ESCALA DE GRAVEDAD DE LOS SÍNTOMAS DEL TRASTORNO DEL ESTRÉS POSTRAUMÁTICO.																
EVENTO TRAUMATICO: "DESPLAZAMIENTO FORZADO INTERNO"																
CÓDIGO DE SUJETO		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
EDADES																38
TIEMPO DE TRANSCURRIDO EL SUCESO		3A ⁷⁰	1A 10M	3A	5M	20D	1A 11M	2 ^a	1A 6M	1 ^a 5M	1A 7M	1A 9M	2 ^a	2 ^a	3 A	2 A
PUNTUACIÓN OBTENIDA																
ESCALA GLOBAL (Rango de 0-51)	PUNTO DE CORTE: 15	26	27	36	17	31	31	37	9	28	19	10	28	20	10	25
SUBESCALAS																
REEXPERIMENTACIÓN	PUNTO DE CORTE: 5	13	7	8	6	8	9	9	2	8	8	3	10	9	3	8

⁷⁰Tiempo de transcurrido el suceso A: Año. M:Meses D:Dias

(Rango de 0-15)																
EVITACION (Rango 0-21)	PUNTO DE CORTE: 6	7	8	12	3	21	14	17	4	12	8	4	9	7	5	11
AUMENTO DE LA ACTIVACION (Rango de 0-15)	PUNTO DE CORTE: 4	6	12	11	8	7	8	11	3	8	3	3	9	4	2	6
ESCALA COMPLEMENRIA (Rango 0-39)	----	6	9	3	2	24	12	5	5	20	11	3	15	3	5	3
Total		32	36	39	19	55	43	42	14	48	30	13	43	23	15	28

CONTINUACION:

ESCALA DE GRAVEDAD DE LOS SÍNTOMAS DEL TRASTORNO DEL ESTRÉS POSTRAUMÁTICO.																
CÓDIGO DE SUJETO		16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
EDADES		59	62	19	42	46	35	66	22	18	25	57	49	32	26	63
TIEMPO DE TRANSCURRIDO EL SUCESO		1A 7M	1A 9M	2 ^a	2A 3M	10M	1A 4M	3A	2A 9M	1A 8M	1A 8M	4 ^a	4A	2 ^a	1A	2A 7M
PUNTUACIÓN OBTENIDA																
ESCALA GLOBAL (Rango de 0-51)	PUNTO DE CORTE: 15	39	36	24	21	45	26	19	28	34	38	21	15	27	37	25
SUBESCALAS																
REEXPERIMENTACIÓN (Rango de 0-15)	PUNTO DE CORTE: 5	12	14	9	6	14	11	7	12	14	15	9	7	13	12	7
EVITACION (Rango 0-21)	PUNTO DE CORTE: 6	12	7	11	9	19	8	6	6	16	11	10	5	9	18	10
AUMENTO DE LA ACTIVACION (Rango de 0-15)	PUNTO DE CORTE: 4	15	15	4	6	12	7	6	10	6	12	2	3	5	7	8
ESCALA COMPLEMENRIA (Rango 0-39)	----	10	8	5	8	20	11	2	5	15	13	7	3	5	12	4
Total		49	44	29	29	65	37	21	33	49	51	28	18	32	49	29

