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



**TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN PARA OPTAR A LA LICENCIATURA EN
PSICOLOGÍA:**

**“DIAGNÓSTICO Y PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE INTERVENCIÓN
PSICOLÓGICA PARA LAS PERSONAS MIGRANTES RETORNADAS A EL
SALVADOR”**

AUTORES:

CAÑENGUEZ CÓRDOVA, SALVADOR ALEXANDER CC13035

ELÍAS CORTEZ, MARINA ABIGAIL EC11019

ESPÍNOLA ESCOBAR, YOSELYN STEFANIE EE13006

DOCENTE DIRECTORA:

MSC. ELVIA LORENA MEZQUITA LINARES

COORDINADOR GENERAL DEL PROCESO DE GRADO:

LIC. MAURICIO EVARISTO MORALES

CIUDAD UNIVERSITARIA, 29 NOVIEMBRE DE 2018



AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

RECTOR

MAESTRO ROGER ARMANDO ARIAS ALVARADO



VICERRECTOR ACADÉMICO

DR. MANUEL DE JESÚS JOYA ABREGO

VICERRECTOR ADMINISTRATIVO

ING. NELSON BERNABÉ GRANADOS

AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

DECANO

LIC. JOSÉ VICENTE CUCHILLAS

VICE – DECANO

LIC. EDGAR NICOLÁS AYALA

SECRETARIO DE LA FACULTAD

MSC. HÉCTOR DANIEL CARBALLO

AUTORIDADES DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

JEFE DEL DEPARTAMENTO

LIC. WILBER ALFREDO HERNÁNDEZ PALACIOS

COORDINADOR GENERAL DE LOS PROCESOS DE GRADO

LIC. MAURICIO EVARISTO MORALES

DOCENTE DIRECTORA

MSC. ELVIA LORENA MEZQUITA LINARES

AGRADECIMIENTOS

Años atrás iniciaba un proyecto el cual se ha finalizado de manera exitosa por lo tanto me es satisfactorio redactar los siguientes agradecimientos: Primeramente le agradezco a Salvador Córdova por todo lo realizado desde el primer día, por nunca rendirse a pesar de las diversas dificultades y haber disfrutado cada una de las experiencias durante estos años.

En segundo lugar agradezco a los miembros de mi grupo familiar por el apoyo que de una u otra forma me brindaron, haciendo mención especial de mi madre por ser un ejemplo de persona de quien he aprendido mucho y principalmente a nunca rendirme, mi abuela por su acompañamiento y por último a mi padre quien estoy seguro se sentiría orgulloso de su hijo.

En tercer lugar agradecer a Yoselyn Espínola y Abigail Elías, mis compañeras en este proceso de grado, con quienes a pesar de las dificultades logramos llegar hasta el final. Además mencionar a nuestra asesora de tesis Licda. Elvia Lorena Mezquita por todo su acompañamiento y orientación, demostrando en cada momento ser un ejemplo de profesionalismo y ética.

Por último agradecer a mis amigos que durante estos años hemos compartido un sinnúmero de experiencias agradables y no tan agradables, por la motivación y ánimos para continuar, le agradezco a todas las personas que de una u otra forma me apoyaron durante mi formación académica, antes de finalizar hare mención especial de la Licda. Ana Fuentes por su amistad, apoyo y afecto durante estos años y del Lic. David Escamilla por su orientación durante el proceso de grado.

Salvador Córdova

No hay palabras que puedan expresar lo inmensamente agradecida que me siento con Dios por permitirme llegar hasta este momento. El camino no ha sido fácil, se presentaron diversos obstáculos de principio a fin, pero en cada uno de ellos, ahí estaba Dios de mi lado manifestando su poder; por ello dedico este triunfo a Dios que ha sido fiel conmigo brindándome la inteligencia y sabiduría para llegar al culmino de mi carrera.

Agradezco al Director Internacional de la Iglesia La Luz del Mundo, Apóstol de Jesucristo, Naasón Joaquín García, por sus oraciones, cuidados y palabras de ánimo que imparte día con día, siendo así mi fuente de inspiración para poder finalizar con éxito esta meta, ya que es él quien motiva a los feligreses a la superación personal.

A mis padres por su enorme esfuerzo para apoyarme durante toda la carrera, brindándome todos los recursos necesarios para salir adelante. Mi madre Marina Cortez de Elías quien con mucho amor ha estado siempre a mi lado apoyándome en todo lo que necesitaba, por sus cuidados y palabras de ánimo; a mi padre Jorge Alberto Elías, por su apoyo y compañía en las noches de desvelos. A mis hermanas: Jael y Raquel por su apoyo en todo momento, y a mi tía Gloria Sonia Cortez quien me ha apoyado como mi segunda mamá.

A mi asesora de tesis, Licda. Elvia Lorena Mezquita Linares, quien con mucha paciencia supo conducir el proceso de grado de la mejor manera, buscando siempre ser objetiva y ética. A mis compañeros de tesis, que a pesar de los obstáculos que se presentaron en el camino, supimos sobrellevarnos y culminar con éxito nuestra investigación.

A mis compañeros/as y amigos/as que conocí durante la carrera, que, aunque no mencione sus nombres, al leer esto se identificaran, gracias por su apoyo cuando más los necesité, gracias por esos momentos agradables que compartimos, y aunque hemos ido saliendo de la Universidad en diferentes momentos, unos antes otros después, siempre están para mí. Gracias a todos/as, los llevo en mi corazón.

Abigail Elías

Le doy gracias a la vida que me ha permitido llegar hasta este momento; no ha sido fácil pero gracias al esfuerzo personal y de muchas otras personas a las cuales les estaré eternamente agradecida he podido finalizar con éxito mi carrera universitaria.

Agradezco a mi familia quienes me han apoyado emocional y financieramente; con especial mención a mis hermanas quienes se han esforzado a lo largo de estos años para que pudiese realizar mis estudios universitarios, y, por supuesto a mi madre que siempre está presente con su apoyo incondicional.

Agradezco a los docentes universitarios que se esmeran por transmitir sus conocimientos al estudiantado, especialmente al Lic. Rafael Córdova y Lic. Omar Panameño, de los cuales considero que he aprendido mucho. Asimismo a mi asesora de tesis Lic. Lorena Mezquita y al Lic. Bartolo Castellanos quien también nos apoyó con sus conocimientos en la construcción de nuestra tesis.

También agradezco a mis compañeras y compañeros en general ya que también de ellos he aprendido, especialmente a Vanessa Flores e Ivette Aguirre con quienes compartí gratos momentos en esta etapa de mi vida; a mis compañeros de tesis, y, sin duda a aquellos que me enseñaron que no basta con simplemente ser una persona académica sino que es preciso la organización y la lucha para lograr cambios verdaderos en esta sociedad.

Gracias a todas y todos los que me apoyaron en algún momento de mi carrera; este logro no es mi mío, es nuestro.

Yoselyn Espínola

ÍNDICE

RESUMEN	VIII
INTRODUCCIÓN	IX
CAPITULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	12
Situación actual	12
Enunciado del problema	14
Objetivos de la investigación	14
Objetivo General	14
Objetivos Específicos	14
Justificación del estudio	15
Delimitación.....	18
Espacial	18
Social	18
Temporal	18
Temática.....	18
Alcances y limitaciones.....	18
Alcances.....	18
Limitaciones.....	18
CAPITULO II. MARCO TEÓRICO	20
Antecedentes	20
Base Teórica	22

CAPITULO III. HIPÓTESIS Y VARIABLES	46
Hipótesis de investigación.....	46
Definición de variables	46
Operacionalización de hipótesis	47
CAPITULO IV. METODOLOGÍA	48
Tipo de estudio	48
Población y muestra	48
Método, técnica e instrumentos de recolección de datos	49
Procedimiento de recolección de datos	51
CAPITULO V. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	54
Datos generales de la muestra seleccionada.....	55
Datos específicos: aspectos psicológicos y factores psicosociales	57
Relación entre proceso de retorno al país y efectos psicosociales	62
Análisis e interpretación de resultados.....	64
CAPITULO VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	72
Conclusiones	72
Recomendaciones	73
CAPITULO VII. PROPUESTA	75
Programa de atención psicológica “Un nuevo comienzo”.....	75
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	163
ANEXOS	170

RESUMEN

La migración se entiende como el proceso de desplazamiento de una o más personas, siendo un proceso multifactorial el cual se da en cuatro fases: Salida, recorrido, destino y retorno. La migración al ser irregular generalmente produce efectos negativos en las personas.

Por lo anterior se realizó la presente investigación con el objetivo de: Realizar un diagnóstico sobre los efectos psicosociales que presentan las personas migrantes retornadas a El Salvador, con el fin de diseñar un programa de atención psicológica que permita intervenir en aquellas necesidades encontradas y de esta forma contribuir efectivamente en su salud mental. Se diseñó y ejecutó un estudio descriptivo, en el cual se aplicó un cuestionario para identificar los efectos psicosociales del retorno. Entre los principales resultados se encontró que las personas retornadas presentan afectaciones a nivel psicológico como confusión y ambivalencia emocional, preocupación constante, ideas negativas sobre su adaptación al país, carencia de planes y necesidad de reestructurar el proyecto de vida, entre otros.

En conclusión las personas migrantes retornadas al país ya sea de forma obligatoria o voluntaria presentan afectaciones a nivel psicosocial, las cuales podrían intensificar la situación problemática que experimentan los/as retornados/as o generar otras problemáticas psicológicas: Como inestabilidad emocional, depresión, ansiedad, estrés, realizar conductas peligrosas como el consumo de estupefacientes o psicotrópicos, ideación suicida, suicidio, dificultades para establecer relaciones interpersonales, desesperanza aprendida, etc. Debido a ello es necesario la atención psicológica con el fin de hacer menos difícil la adaptación de los/as retornados y prevenir la aparición de problemáticas.

Palabras claves: Atención psicológica, efectos psicosociales, El Salvador, prevención, programa, retorno.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación bajo el tema: Diagnóstico y propuesta de un programa de intervención psicológica para las personas migrantes retornadas a El Salvador, tiene como objetivo realizar un diagnóstico sobre las dificultades psicosociales que presentan los salvadoreños retornados a raíz de su proceso de migración, lo cual permitirá la construcción de un programa de atención psicológica dirigido a los compatriotas que regresan al país.

La migración es un fenómeno multifactorial, en el cual se ven implicados aspectos subjetivos de las personas y aspectos objetivos de la sociedad, el proceso migratorio está dividido en cuatro etapas: la salida, el tránsito, llegada y retorno, cada etapa tiene sus respectivas sub etapas, las cuales son retomadas en la investigación, sin embargo, se hará mayor énfasis en la etapa del retorno.

El informe de esta investigación está compuesto por siete capítulos, en los primeros cuatro se presentan todos los elementos de la realización de la investigación, a continuación, se ofrece una breve descripción de estos.

El capítulo I referido al planteamiento del problema, ofrece una breve descripción de la situación problemática en el contexto actual; se expone el enunciado del problema en forma de pregunta al cual se espera dar respuesta con los resultados de la investigación; seguidamente los objetivos de la investigación; se brinda la justificación de la investigación haciendo énfasis en los beneficios que se esperan obtener con la investigación; finalmente se cierra con la delimitación espacial, social y temporal.

El capítulo II, se divide en dos apartados: en el primero se retoman las investigaciones relacionadas al tema de la migración y su impacto en la vida de los migrantes. El segundo apartado ofrece la base teórica de la investigación, iniciando con una breve contextualización y descripción del proceso migratorio en El Salvador; seguidamente se realiza una aproximación teórica desde la atención psicosocial hasta llegar a la atención psicológica; por último, se abordan los efectos psicosociales de la migración y los efectos psicológicos del retorno.

El tercer capítulo corresponde a las hipótesis y variables, en primer momento se presentan las hipótesis de la investigación, dentro de las que se encuentra la hipótesis de investigación, la hipótesis alternativa y la hipótesis nula; se continua con la definición de la variable independiente y la variable dependiente; finalmente se presenta la operacionalización de hipótesis y variables.

El cuarto capítulo compuesto por la metodología de la investigación, presenta todos los elementos necesarios para la realización de la investigación. Primeramente, presenta una descripción del tipo de estudio, mencionando que es de corte transeccional con un tipo de estudio descriptivo; seguidamente se presenta la población y la muestra, la cual fue de tipo no probabilístico señalando las características de inclusión y exclusión.

En tercer lugar, se expone la técnica de investigación, siendo la encuesta, además se describe el instrumento de recolección de datos, exponiendo el objetivo y la estructura, añadiendo el proceso de validación del mismo, mediante la técnica de Lawshe; se finaliza con la descripción de todos los pasos realizados y la planificación de los pasos a realizar como parte de la investigación.

El quinto capítulo está constituido por la presentación, análisis e interpretación de los resultados, en primer momento gráficamente se presentan los datos cuantitativos, en segundo momento el proceso estadístico y en tercer momento el análisis e interpretación de los datos de forma descriptiva.

El sexto capítulo se refiere a las conclusiones y recomendaciones, las primeras acordes a los objetivos de la investigación y las segundas dirigidas a las instituciones que trabajan el tema de migración, a futuros investigadores y al Departamento de Psicología, de la Facultad de Ciencias y Humanidades, de la Universidad de El Salvador.

El séptimo capítulo se constituye por la propuesta del programa de intervención, el cual ha sido construido retomando los resultados de la investigación y pretende dar respuesta a la problemática investigada.

Las referencias bibliográficas se presentan como el penúltimo elemento, utilizando el estilo APA, y, se hace referencia a todas las fuentes consultadas para construir el anteproyecto de la investigación. Finalmente se presentan los anexos.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Situación actual del problema

Actualmente la migración es un fenómeno presente en todos los países del mundo, se puede dar de forma interna dentro de un país o de forma internacional. Se define como: “Movimiento de población hacia el territorio de otro Estado o dentro del mismo que abarca todo movimiento de personas sea cual fuere su tamaño, su composición o sus causas; incluye migración de refugiados, personas desplazadas, personas desarraigadas, migrantes económicos” (Organización Internacional para las Migraciones (OIM) 2006).

En El Salvador, la Mesa Permanente sobre Derechos de los Migrantes (como se citó en Gaborit et al, 2012) estima que entre 500 y 600 personas salvadoreñas emigran cada día, principalmente hacia Estados Unidos y países del continente Europeo, de manera indocumentada, se presume que alrededor de 145,000 personas emigran cada año.

Las principales causas por la que los salvadoreños migran son tres: El factor económico, la inseguridad y la reunificación familiar, según datos de la Dirección General de Migración y Extranjería, en el año 2017, en este mismo año los retornos al país dictan las siguientes cifras, un total de 26,837 personas retornadas, de las cuales el 90% son adultos (24,237) y el 10% niños, niñas y adolescentes (2,600), de los cuales el 66% retorna acompañado (1,721) y el 34% lo hace solo (879).

Para brindar recepción a esta población, El Salvador cuenta con la Dirección de Atención al Migrante en el cual se brinda atención de manera integrada y lo más humana posible, reduciendo así los posibles efectos negativos del proceso de migración desde la

partida hasta el retorno, en este centro se brinda: Asistencia médica básica, asistencia laboral, asistencia jurídica, asistencia educativa y capacitaciones.

Sin embargo, a pesar de todos estos beneficios es normal que el migrante retornado, ya sea que haya sido repatriado antes de llegar a su destino o que, habiendo llegado, se vea obligado a regresar, con frecuencia, esta persona es percibida y tratada como delincuente o, en el mejor de los casos, como sospechoso de serlo. Es altamente posible que, al regresar a su país, le parezca extraño y hasta lo experimente hostil.

A lo anterior se agregan síntomas de ansiedad, depresión, estrés adaptativo, estrés postraumático, inestabilidad emocional, dificultades para relacionarse con los demás, pérdida de las relaciones saludables con sus familiares y amistades, choques culturales, pérdida de identidad y otras dificultades que alteran su psiquis.

Dentro de las dificultades laborales y económicas se presentan: Insatisfacción laboral, reducción del salario devengado, incapacidad para comprar suplementos básicos y la incapacidad para continuar con el estilo de vida de preferencia por falta de recursos; dentro de las dificultades emocionales se destacan los sentimientos de tristeza, de frustración y de discriminación.

Con base a lo anterior se pronostica que las personas que no reciban una adecuada atención psicológica al momento de retornar a su país, podrían llegar a desarrollar cuadros de ansiedad generalizada, ansiedad social, depresión, fobias sociales, estrés postraumático; de igual forma a nivel social se puede presentar desintegración familiar, aculturación, pobreza, desempleo, estigmatización y práctica de conductas antisociales.

Para anticiparse a este pronóstico se pueden implementar diversas medidas, dentro de las cuales con el apoyo de las instituciones correspondientes se puede y se debe de elaborar un programa de atención psicosocial orientado a brindar estrategias generales y específicas de atención para reducir la prevalencia de las dificultades psicosociales que experimentan las personas al retornar al país.

1.2 Enunciado del Problema

¿Cuáles son los efectos psicosociales que genera el retorno obligatorio o voluntario en las personas migrantes?

1.3 Objetivos de la Investigación

1.3.1 Objetivo General:

- Realizar un diagnóstico sobre los efectos psicosociales que presentan las personas migrantes retornadas a El Salvador, con el fin de diseñar un programa de atención psicológica que permita intervenir en aquellas necesidades encontradas y de esta forma contribuir efectivamente en su salud mental.

1.3.2 Objetivos específicos:

- Identificar las áreas psicológicas y sociales que presentan mayor necesidad en las personas migrantes que retornan de manera obligatoria o voluntaria al país para obtener insumos que permitan la elaboración del programa de atención psicológica.

- Diseñar un programa de intervención psicológica para que las instituciones gubernamentales que trabajan con personas migrantes brinden una atención integral en salud mental a las personas retornadas de forma obligatoria o voluntaria.
- Validar el Programa de intervención psicológica con la finalidad de presentarlo al Consejo Nacional para la Protección y Desarrollo de la Persona Migrante y su Familia, y otras instituciones que trabajan con personas retornadas.

1.4 Justificación del estudio

La migración es un fenómeno socialmente complejo; es todo movimiento de población de un territorio a otro, es decir, se desplazan de un punto de salida hacia un punto de destino, haciendo uso de diversos medios de desplazamiento, pasando por uno o más puntos de tránsito, desarrollándose este proceso en cuatro fases: a) origen, b) tránsito, c) destino y d) retorno y reinserción. Puede deberse tanto a factores individuales como sociales como: Pobreza, desempleo, inseguridad, reunificación familiar, desastres naturales, etc.

En El Salvador los movimientos migratorios tanto de forma interna como internacional incrementaron a finales de la década de 1970 como consecuencia del inicio del conflicto armado, sin embargo, la finalización de la guerra no provocó un descenso en el flujo migratorio salvadoreño, sino que lo aumentó, manteniéndose aún esta tendencia en la actualidad.

Según datos estadísticos de la Dirección General de Migración y Extranjería en el año 2017, el 10% estaba conformada por niñez y adolescencia, el 80% viajaba acompañado y el

20% en compañía de un familiar, siendo el 94% población retornada por primera vez y el 6% población retornada reincidente; y, los tres principales departamentos de origen de la población retornada eran San Salvador, San Miguel y Usulután.

Es por ello que, se ha tomado a bien desarrollar una investigación de proceso de grado que implique la realización de un diagnóstico a una muestra de personas retornadas para así determinar los efectos psicosociales que les genera el proceso de migración ya que durante el trayecto de recorrido hacia el país de destino los migrantes se ven expuestos a un sinnúmero de peligros como accidentes, enfermedades, inanición, deshidratación, son víctimas de asaltos, violaciones, explotación, trabajo sexual y en el peor de los casos son asesinados.

Asimismo, muchos de los migrantes no logran llegar a su punto de destino y son detenidos por las autoridades de los países de tránsito, siendo obligados a retornar a su país de origen, cargando con el peso del fracaso y traumas a raíz de las experiencias negativas que han vivido, como acoso sexual, abuso sexual, explotación sexual, trata de personas, etc., como consecuencia de lo anterior las personas podrían presentar depresión, ansiedad, estrés postraumático, duelo, fobias y otras afecciones a nivel psicológico.

A través de dicho diagnóstico se pretende desarrollar una propuesta de programa de atención psicosocial a las personas que retornan al país ya sea de manera voluntaria o no; ya que como bien se sabe buena parte de la población que ha migrado a Estados Unidos lo ha hecho de manera irregular y en la coyuntura actual, habiéndose terminado el estatus de protección temporal, TPS, se espera que miles de salvadoreños sean retornados a partir del 2019.

A partir del contexto antes descrito, se espera que esta propuesta de programa sea una herramienta metodológica y práctica que sirva de apoyo psicológico para todas estas

personas que retornarán y que probablemente se encontrarán con muchas dificultades al volver, aunque sea este su país natal por años ha vivido en una cultura diferente y por ende deberán readaptarse a la que dejaron, además de otras problemáticas que serán detectadas en el diagnóstico.

Es por ello que es importante contar con un programa de atención que se anticipe a las necesidades psicológicas que presenta la población salvadoreña retornada con la finalidad de disminuir las dificultades psicológicas que repercuten en su vida como consecuencia del proceso migratorio que han vivido y sobre todo del retorno.

Para ConMigrantes el programa significará una herramienta metodológica efectiva y específica para brindarle una adecuada atención a la persona retornada ya que las estrategias y técnicas ahí contempladas, estarán basadas en los problemas frecuentes que enfrentan los migrantes en todo su proceso de migración, con la finalidad de minimizar las consecuencias de dicho proceso.

Esta investigación se realizará con el apoyo de ConMigrantes, amparados en la Ley Especial para la Protección y Desarrollo de la Persona Migrante Salvadoreña y su Familia; la cual, en el artículo 27, inciso segundo expresa que el programa atenderá los servicios de asistencia y repatriación a las personas en situaciones extremas tales como: Accidentes, enfermedades terminales o fallecimiento; facilitará la búsqueda de personas desaparecidas; asistirá a las víctimas o sobrevivientes de trata de personas y su familia, dará asistencia a las personas retornadas, a las víctimas de abuso y explotación sexual; asistencia médica, psicológica, psiquiátrica y de rehabilitación. Se harán esfuerzos por facilitar mecanismos de reunificación familiar y demás que el Consejo estime necesarios.

1.5 Delimitación

- 1.5.1 Espacial: La investigación se realizó en la Dirección de Atención al Migrante, ubicado en San Salvador.
- 1.5.2 Social: La población con la cual se realizó la investigación estuvo compuesta por migrantes salvadoreños de ambos sexos, entre las edades de 18 a 40 años, que retornan al país ya sea de forma voluntaria u obligatoria, de Estados Unidos en el cual hayan residido de forma irregular durante un período de tiempo.
- 1.5.3 Temporal: La investigación se realizó durante el año 2018.
- 1.5.4 Temática: La investigación se realizó desde la perspectiva de la psicología clínica.

1.6 Alcances y limitaciones

1.6.1 Alcances

- Se logró identificar y describir los efectos a nivel psicológico y social del retorno obligatorio o voluntario en las personas migrantes que residieron en Estados Unidos.
- Se logró a partir del conocimiento de los efectos psicológicos que presentaron las personas retornadas al país, crear un programa de atención a esas necesidades.
- Se estableció un precedente en el departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador en cuanto a investigaciones relacionadas al tema de migración irregular y sobre todo en lo concerniente a la creación de programas de atención psicológica para personas retornadas al país ya sea de manera voluntaria u obligatoria.

1.6.2 Limitaciones

- Existe demasiada burocracia en las instituciones estatales lo cual hace que su apertura resulte difícil, sobre todo tratándose de instituciones que deben velar por las personas (migrantes) y sus derechos.
- El cuestionario fue aplicado únicamente una vez a la muestra seleccionada en su primer día de estancia en el país, por lo que posiblemente las personas no hayan percibido de manera total los efectos sociales del retorno.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

Mauricio Gaborit, Mario Zetino Duarte, Larissa Brioso y Nelson Portillo; (2012) realizan un estudio en El Salvador con el objetivo de indagar sobre el contexto y los factores socioculturales que inciden en la migración indocumentada hacia Estados Unidos de jóvenes entre 15 y 24 años de edad, potencialmente migrantes o migrantes retornados.

Los resultados de la investigación, arrojaron que los jóvenes, valoran emigrar en torno a las dificultades económicas que enfrentan para tener una vida digna, la falta de oportunidades para poder insertarse en el mundo laboral, el deseo de ayudar a sus familias y la búsqueda de alternativas para construir un proyecto de vida digno, además del influjo de nuevas formas de violencia e inseguridad social en las que el país se encuentra inmerso.

En cuanto a los jóvenes retornados a El Salvador, que participaron en el estudio se concluyó que la configuración subjetiva del proceso migratorio no culmina con el éxito o el fracaso del viaje, ya sea este por retorno obligatorio o voluntario, continúa con procesos objetivos y subjetivos de integración o de reinserción mediante procesos de aculturación, resignificación del autoconcepto y del proceso migratorio.

De igual forma se identificó que el joven retornado, va asumiendo una estigmatización que afecta su reinserción. Dependiendo de los apoyos sociales locales que pudiera haber mantenido durante su ausencia o que se restablezcan a su retorno, se facilita o se dificulta dicho proceso, por lo general el retornado es representado socialmente como el «deportado» desde Estados Unidos, socialmente peligroso o miembro de pandillas.

María Fernanda Pasarrelli (2014), en su investigación de tesis: Dificultades que afrontan los guatemaltecos retornados forzados de Estados Unidos de Norteamérica, para adaptarse a su nuevo contexto sociocultural, menciona que las personas retornadas forzadas experimentan dificultades para adaptarse al nuevo contexto sociocultural en el que se ven inmersos. Las más comunes son:

Familiares, como la separación familiar y falta de apoyo de los familiares que están en el país al cual han sido retornados; académicas sobre todo por el poco conocimiento del español; laborales, dentro de esta se destaca la insatisfacción laboral, reducción del salario devengado, incapacidad para comprar suplementos básicos y para continuar con el estilo de vida de preferencia por falta de recursos; y, emocionales experimentando frustración, discriminación y tristeza.

Encontrando una diferencia; los que recién habían sido retornados a su país percibían la situación de manera más positiva y esperanzadora; en cambio los que ya se habían reintegrado al mundo laboral, no. La recomendación que se hizo en esta investigación a las personas repatriadas es que busquen estrategias de afrontamiento sanas que faciliten su proceso de adaptación y así evitar problemas psicológicos y médicos.

María Cordón (2015), en su investigación de proceso de grado, se interesa por estudiar los efectos psicosociales de la deportación, para ello realiza un estudio de casos con dos personas migrantes guatemaltecos. En dicho estudio encontró que los sujetos habían experimentado efectos psicosociales desde el punto de vista personal, familiar y comunitario.

En el aspecto personal, los sujetos hicieron referencia a que perdieron pertenencias y dinero que habían obtenido durante su estadía en Estados Unidos, experimentaron

sentimientos similares como: Impotencia, tristeza, frustración, ira, principalmente depresión y ansiedad por el futuro incierto; manifestando efectos psicosociales debido a las pérdidas económicas, de estatus social y la violación de sus derechos.

En el aspecto familiar los sujetos hacían referencia al hecho de no tener el apoyo familiar, por la pérdida de contacto con la familia, ruptura de matrimonio, pérdida de las redes de apoyo, etc. En cuanto al ámbito comunitario expresaban el aislamiento social y la dificultad para la adaptación a la comunidad.

De acuerdo a los resultados obtenidos y profundizando en cada una de las experiencias estudiadas, Córdón, llegó a la conclusión que en donde hay mayores dificultades psicosociales es en el ámbito personal, evidenciándose emociones como impotencia, desesperanza, depresión y ansiedad. No obstante, cabe resaltar que tanto los efectos familiares y comunitarios, como la ruptura familiar, el rechazo y la xenofobia, agudizan estas emociones.

2.2 BASE TEÓRICA

2.2.1 Contexto general de la migración

2.2.1.1 Definición de migración.

La migración es un fenómeno que ha sido estudiado desde tiempos muy remotos y por diferentes disciplinas, sin embargo, en la actualidad no existe un consenso sobre cómo definirla con exactitud, ya que cada campo de estudio lo define según su área lo que limita la visión holística de la migración. En el libro, la perspectiva teórica en el estudio de las

migraciones, Herrera Carassou expone a profundidad el problema en la falta de unidad conceptual que existe en el estudio de las migraciones.

En un intento por definir migración, Ruiz García (citada por Ríos Ruiz 2011) menciona que, “por migración entendemos los desplazamientos de personas que tienen como intención un cambio de residencia desde un lugar de origen a otro de destino, atravesando un límite geográfico que generalmente es una división político-administrativa” (p.1).

Asimismo, la OIM¹ (2006) define migración como, “todo movimiento de población hacia el territorio de otro Estado o dentro del mismo que abarca todo movimiento de personas sea cual fuere su tamaño, su composición o sus causas; incluye migración de refugiados, personas desplazadas, personas desarraigadas, migrantes económicos” (p. 38).

Ambas definiciones hacen énfasis en que la migración consiste en un proceso de desplazamiento poblacional de un territorio a otro; sin embargo, la OIM amplía más esta definición agregando nuevas categorías de migrantes. Además, se puede mencionar que el desplazamiento puede ser dentro de un mismo país, a esto se le conoce como migración interna; o, cuando el desplazamiento se realiza de un país a otro, se le llama migración internacional.

2.2.1.2 Migración en El Salvador.

Según el Informe Desarrollo Humano El Salvador 2005 (IDES), del Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), señala que la migración internacional es de larga data. A mitad del siglo XX la migración se debió a la imposibilidad de acceder a la

¹Organización Internacional para las Migraciones

tierra y la falta de empleo sobre todo en el área rural, por lo que muchos salvadoreños decidieron migrar a Honduras en busca de mejores salarios, a las plantaciones de plátanos de la empresa United Fruit Company.

En la Segunda Guerra Mundial los salvadoreños migraron principalmente hacia dos destinos, a Panamá ya que era el principal paso de armamento para el ejército norteamericano y se necesitaba mano de obra no calificada; y a Estados Unidos ya que las fabricas requerían mano de obra debido a que muchos de los ciudadanos que laboraban habían sido reclutados en las fuerzas armadas, por lo que había vacantes bien retribuidas.

Entre 1970 a 1979 se registraron otros acontecimientos que causaron la migración hacia Estados Unidos. La llamada guerra de las cien horas entre Honduras y El Salvador en 1969 provocó que asentamientos salvadoreños ubicados en Honduras regresaran, agravando la situación socioeconómica que enfrentaba el país; en el ámbito político se tuvo una serie de gobiernos militares sin el desligamiento de la oligarquía del país y se utilizaba la represión como instrumento de control social y político.

Lo anterior generó una migración sin precedentes a Estados Unidos armándose así una red migratoria, que se convertiría en un elemento muy importante para las futuras migraciones, así por ejemplo un salvadoreño se iba, se legalizaba y éste a su vez se llevaba a toda su familia y simultáneamente ayudaba a otros amigos o parientes a iniciar su proceso migratorio.

Otro suceso importante corresponde al conflicto armado; a finales de los años 80 El Salvador experimentaba una profunda guerra civil, lo que significaba que en gran parte del territorio no se podía habitar, ya que había enfrentamientos entre los guerrilleros y los

militares, inestabilidad social y una inseguridad permanente; la migración en este punto no fue sólo hacia Estados Unidos, sino también hacia Europa, Australia y Canadá.

Es importante mencionar que el año 1986 en Estados Unidos se puso en vigencia la Ley para la reforma y el Control de la Inmigración (IRCA), que permitió la legalización de muchos inmigrantes en Estados Unidos y la reunificación familiar por lo que familias enteras pudieron viajar a dicho país; empero, la mayor migración se ha dado de manera irregular.

Se destaca también que, al finalizar el conflicto armado, en 1992 con la firma de los acuerdos de paz en Chapultepec, México regresaron al país refugiados políticos, migrantes con posibilidades económicas que huyeron durante la guerra y otros; a partir de esto surgieron ya conocidos problemas como la falta de empleo, falta de oportunidades para los pequeños emprendedores, etc., causando emigración reincidente.

Además, como ya se mencionó los desastres naturales pueden ser también motivo de migración, en el caso de El Salvador el huracán Mitch y los terremotos del 2001, representaron fenómenos que generaron grandes movimientos migratorios; asimismo, la violencia y la inseguridad que ha estado presente a lo largo de la historia del país fue y sigue siendo una causa de migración y en la actualidad la más significativa.

2.2.1.3 Proceso de la migración en El Salvador.

La migración entendida como un proceso dinámico tiene cuatro momentos importantes los cuales son expuestos en la Política Nacional para la Protección y Desarrollo de la Persona Migrante Salvadoreña y su Familia, lanzada en el 2017:

El primer momento es el origen o salida, el cual incluye los factores que provocan que una persona específicamente un salvadoreño se vaya del país, esas razones mayoritariamente han sido cuatro: Económicas, violencia intrafamiliar, inseguridad y deseo de reunificación familiar; sin embargo, pueda que existan casos particulares en las que esas razones confluyan o se den otras por las cuales se tome la decisión de migrar a otro país.

Dentro del factor económico como causa de migración se puede mencionar la falta de oportunidades de empleo, la inseguridad alimentaria y el bajo salario que tienen los salvadoreños; el deseo de mejorar las condiciones económicas familiares se vuelve la causa principal, ya que según el informe de las personas retornadas en 2014 y 2015 de la DGME retomado en la política nacional para la protección de la personas migrante y su familia el 81.1% había migrado por el factor económico, seguido de la reunificación familiar con un 10.2%.

En cuanto al factor inseguridad, según el boletín semestral de la Fiscalía General de la República (FGR) se tuvo para febrero del 2015 un registro de 307 homicidios y en el período de enero de 2016 a enero de 2017 según informe de la Policía Nacional Civil (PNC) retomado en el periódico verdad digital 2017se contabilizaron un total de 42,575 denuncias por los delitos de extorsión, robo, lesiones, robo y hurto de vehículos, entre otros.

Además de enero a julio del 2017 se registraron 194 casos de violencia intrafamiliar según informe del Ministerio de Justicia y Seguridad Pública (MJSP), el cual es el cuarto factor causal de la migración de salvadoreños.

De lo anterior se puede destacar que las condiciones sociales poco favorables son las que obligan o llevan al individuo a tomar la decisión de migrar; en pocas ocasiones es el deseo de aventurarse o el factor turístico que lleva a la persona a migrar.

El segundo momento es el tránsito, la mayoría de los salvadoreños que migra lo hace hacia Estados Unidos y de manera irregular lo que implica que en la ruta que transitan se pueden enfrentar a un sinnúmero de peligros como: Ser víctimas de secuestros, robos, violencia sexual, sufrir inanición, deshidratación o accidentes en los que pueden morir. En menor medida otros salvadoreños viajan a Canadá, Australia, España, México y otros países del mundo.

El tercer momento es el destino, como se mencionó la mayor parte de los migrantes salvadoreños se encuentran en Estados Unidos, sin embargo, los hay en diferentes países del mundo; al llegar al país de destino el migrante debe enfrentarse a una nueva cultura, lidiar con la separación familiar, con la soledad, con el hecho de ser migrante y posiblemente ser víctima de xenofobia.

El último y cuarto momento es el retorno y reinserción, éste puede darse por vía terrestre o por vía aérea, según la Dirección General de Migración y Extranjería (DGME, 2015) los repatriados en ese año fueron 52,790. Los retornos pueden ser voluntarios u obligatorios; el primero de ellos se da cuando la persona vuelve a su país de origen por decisión propia y el segundo cuando por cumplimiento de una decisión administrativa o judicial la persona regresa a su país de origen.

El proceso de deportación como judicialmente se le llama inicia según Brooks (2017) cuando una persona que es indocumentada comete una falta a la ley y ésta puede ser leve

como una falta a la ley de tránsito o un delito grave, asimismo el proceso puede iniciar si las autoridades comprueban que la persona violó la ley de inmigración.

En la mayoría de los casos, la policía local se da cuenta que se trata de una persona indocumentada y notifican a las autoridades migratorias para que se ocupen de ello. Sin embargo, el proceso de deportación inicia formalmente cuando una corte de inmigración recibe el caso, si el juez encuentra que se ha cometido una falta a la ley de inmigración autoriza la deportación para que la ejecuten los agentes del Servicio de Inmigración y Control de Aduanas (ICE, por sus siglas en inglés).

Pero entre la detención y deportación puede transcurrir mucho tiempo; según un federal de migración que fue entrevistado por el periódico The New York Times la repatriación puede durar meses o años, ya que también el inmigrante puede apelar la orden del juez a través del Consejo de Apelaciones Migratorias.

Según Santos (2017) otro punto en el proceso de repatriación es que el país expulsor debe asegurarse que el país al que están siendo deportados los inmigrantes, los reciban; además asegura que, generalmente los migrantes provenientes países como de El Salvador y Honduras son llevados a alguna de las ciudades donde están ubicadas las oficinas de campo que dirige la Oficina de Detención y Deportación de ICE y son enviados en vuelos chárter a sus países de origen. Cabe mencionar que si los consideran peligrosos o tienen antecedentes de crímenes violentos los vuelos son escoltados y los repatriados traen grilletes en muñecas y tobillos.

Al llegar a El Salvador los retornados son recibidos por parte de las autoridades competentes ya sea en el Aeropuerto Internacional Monseñor Arnulfo Romero o en la Dirección de Atención para Migrantes La Chacra mediante el programa Bienvenido a Casa,

el cual brinda asistencia médica, jurídica y otros servicios básicos pero humanitarios como tomar un baño, alimentación, vestimenta, transporte a las terminales, entre otros.

En la siguiente tabla se refleja el flujo de salvadoreños repatriados, en el período 2013 – 2017

Tabla 1.
Flujo de salvadoreños/as repatriados, período 2013 – 2017

H	M	Total
2013		
31,224	4,913	36,137
2014		
40,203	11,001	51,254
2015		
39,535	12,663	52,790
2016		
39,329	13,609	52,938
2017		
21,158	5,679	26,837

Fuente: Elaborado por el equipo investigador 2018 con datos de la DGME

2.2.2 Atención psicosocial

2.2.2.1 Aproximaciones a la atención psicosocial.

La atención psicosocial surge como una alternativa a la psicología clásica, integrando otras disciplinas como la psicología social, psicología comunitaria, la sociología, la antropología, etc., este enfoque involucra en mayor medida el entorno en el cual se desarrolla la persona, retomando el grupo familiar, la comunidad y las redes de apoyo; es muy común la intervención a nivel comunitario y social.

Berinstain (2012) menciona que la atención psicosocial es el proceso de acompañamiento individual, familiar o comunitario con el objetivo de disminuir el impacto de las dificultades que experimentan las personas a su vez promover el bienestar, apoyo emocional y social, estimulando el desarrollo de sus capacidades.

Es decir, que la atención psicosocial también pone énfasis en la modificación del contexto, siendo así favorable para las personas y no siempre pensar en que son las personas o poblaciones afectadas las que tienen que cambiar. También tienen que cambiar las leyes y el modo en cómo las instituciones se relacionan con las víctimas, promoviendo un contexto más favorable para su recuperación.

Berinstain (2012) aporta tres ideas sobre la atención psicosocial, la primera es que muchas de las reacciones de las personas son reacciones normales frente a experiencias anormales. Después de hechos traumáticos es normal que la persona se encuentre afectada, y eso no significa que esté enferma. Segunda, hay que ayudar a las personas a entender lo que les está sucediendo. Una tercera idea es la importancia de las circunstancias.

Funciones de la atención psicosocial:

Berinstain plantea que las funciones de la atención o acompañamiento psicosocial son:

- 1) Escuchar y valorar las demandas, dificultades y problemas que forman parte de la experiencia de las personas.
- 2) Ayudar a expresar, entender y contener el impacto emocional de las violaciones de derechos humanos y experiencias traumáticas.
- 3) Abordar las dificultades sentidas por las personas en el contexto de sus relaciones familiares y/o comunitarias.
- 4) Identificar los recursos positivos, individuales, familiares o comunitarios, ayudando a fortalecer sus capacidades.
- 5) Proporcionar espacios de encuentro grupales que tengan sentido para las víctimas, basados en la confianza, la reconstrucción de relaciones y el apoyo mutuo.
- 6) Facilitar el acceso a los recursos de apoyo disponibles, incluyendo la derivación de casos que tengan necesidades específicas.

Las intervenciones psicosociales deben potenciar los recursos de las personas, sus familias y grupos de referencia o redes de apoyo. La atención psicosocial debe favorecer la identificación y reconocimiento de los propios recursos, así como establecer contactos con grupos de referencia o apoyo, de forma que la gente se pueda beneficiar de un intercambio y reconstrucción de dichas redes sociales.

Con respecto a las funciones Berinstain agrega que las personas o familias muy afectadas necesitan atención específica, según sus propias características. Necesitan ser enviados a redes o servicios de apoyo, para acompañamiento y en su caso acompañamiento terapéutico por personal especializado.

Seidman (citado en Melero, 2010) mencionaba que, bajo este enfoque, el análisis de la realidad y las prioridades de intervención, se dirigen a la persona y su experiencia, es decir se hace énfasis en las percepciones, sentimientos, experiencias y necesidades que las personas establecen como prioridades dentro de su entorno inmediato.

En términos de la atención individual, la experiencia muestra que una parte de las víctimas que piden apoyo terapéutico pueden beneficiarse de procesos terapéuticos individuales relativamente cortos, pero en otros casos se necesita un apoyo de largo tiempo, especialmente en los problemas crónicos, por lo que hay que asegurar la posibilidad de contar con el apoyo para esos casos.

Según lo planteado por Berinstain (2012) y Seidman (2010), una de las funciones del acompañamiento psicosocial es el abordaje de forma individual, por lo tanto, para fines de la investigación esta se enfocará en la atención psicológica de forma individual, a continuación, se realiza una aproximación teórica de la atención psicológica.

2.2.2.2. Aproximaciones a la atención psicológica.

La psicología es una ciencia reciente, surgida en el siglo XX, teniendo sus raíces en la fisiología y la filosofía, sin embargo, ha presentado un gran crecimiento en cuanto a su campo de acción, debido a que los consultantes buscan actualmente ayuda terapéutica no sólo por los trastornos mentales tradicionales, sino también por el malestar emocional y las dificultades de adaptación a la vida cotidiana.

Paradójicamente este crecimiento ha llevado a establecer dificultades a nivel teórico, principalmente al momento de concretar una definición de psicología. L'Abate (citado en Bernstein y Nietzel 1982) "Nos estamos dedicando a tantas cosas y caminamos en tan distintas direcciones, que corremos el riesgo de perder de vista en qué consiste nuestra profesión" (p. 4).

Sostener que la psicología únicamente se encarga de estudiar la mente, como se definía hace unos años, nos llevaría a una visión reduccionista y simplista ya que en la actualidad el campo de acción de la psicología ha incrementado provocando el surgimiento de ramas dentro de ella misma actualmente hablamos de psicología clínica, deportiva, forense, comercial, infantil, experimental, laboral, pedagógica, etc.

Además del surgimiento de diversas ramas la psicología se está involucrando con otras ciencias como la medicina, ciencias jurídicas, las ciencias sociales, etc., llegando a formar equipos multidisciplinarios; se podría revisar cada una de las ramas de la psicología, sin embargo, eso excedería el objetivo de la investigación, por lo cual ésta se enfocará en la psicología clínica.

2.2.2.3 Definición de psicología clínica.

Korchin (citado en Bernstein y Nietzel 1982, pág. 5) define la psicología clínica como:

La psicología clínica se preocupa por entender y mejorar la conducta humana. Su aspecto clínico consiste en mejorar la situación de las personas que se encuentran en problemas, utilizando para ello los conocimientos y las técnicas más avanzadas, procurando al mismo tiempo, mediante la investigación, mejorar las técnicas y ampliar los conocimientos para lograr mayor eficiencia en el futuro.

Por su parte el Colegio Oficial de Psicólogos, plantean que:

La Psicología Clínica y de la Salud es la disciplina o el campo de especialización de la psicología que aplica los principios, las técnicas y los conocimientos científicos

desarrollados por esta para evaluar, diagnosticar, explicar, tratar, modificar y prevenir las anomalías o los trastornos mentales o cualquier otro comportamiento relevante para los procesos de la salud y enfermedad, en los distintos y variados contextos en que éstos puedan tener lugar (pág. 94).

De la definición de Korchin, se puede destacar que la conducta humana es el objeto de estudio; por conducta humana se entenderá como la respuesta o el acto observable, éstas se pueden presentar a nivel cognitivo, fisiológico, afectivo y volitivo, sin embargo, éstos fenómenos no se pueden observar directamente, sino que se retoman mediante estrategias de evaluación. (Ayala, 2010).

La evaluación psicológica es una de las actividades del psicólogo clínico que plantea el Colegio Oficial de Psicólogos, además de ello plantea otras actividades, como diagnosticar, explicar, modificar, tratar y prevenir, sin embargo, con base a los objetivos de la investigación se retomarán solamente dos actividades, las cuales son: La evaluación y la intervención (tratar), a continuación, se definirán éstas actividades.

La evaluación se entiende como:

En el proceso de evaluación, el psicólogo clínico trata de identificar, especificar y cuantificar las conductas, capacidades, problemas, recursos y limitaciones de una o más personas, así como las variables personales y ambientales que los mantienen, con la finalidad de explicar y modificar el comportamiento o llevar a cabo cualquier tipo de análisis o intervención psicológica. (López, 2008, pág. 3)

Por su parte la intervención, se define como:

La intervención psicológica consiste en la aplicación de principios y técnicas psicológicas por parte de un profesional acreditado con el fin de ayudar a otras personas a comprender sus problemas, a reducir o superar éstos, a prevenir la ocurrencia de los mismos y/o a mejorar las capacidades personales o relaciones de las personas aún en ausencia de problemas (López, 2008, pág. 2).

El psicólogo clínico debe evaluar para poder conocer la situación específica que la persona o conjunto de personas están experimentando y le genera una perturbación que es tan grande que produce una incapacidad para cumplir con las exigencias mínimas de la vida cotidiana, en esta evaluación se deben de identificar todos los factores que predisponen, que desencadenan y que mantienen la situación problemática.

Ahora bien, la evaluación es el primer paso, seguido a ello viene la intervención que consiste en la ejecución de estrategias con el fin de controlar, reducir o superar las dificultades que la persona o el conjunto de personas experimentan. Para muchos psicólogos estas actividades se dan por separado, marcando los momentos exactos de evaluación e intervención.

Esta separación de los pasos depende del enfoque terapéutico por el cual se rija el profesional; sin embargo, independientemente del que sea, el psicólogo debe de planificar sus actividades, a este conjunto de actividades planificadas es lo que se llamará programa de atención o plan de intervención, el cual puede ir dirigido a diversas áreas.

Para fines de esta investigación el programa de atención abordará las siguientes áreas: Cognitiva, emocional y conductual, lo cual significa que la investigación hará énfasis en los pensamientos, las emociones y sentimientos y, las conductas que pueden haberse

desestabilizado a raíz de su proceso de migración, esto se identificará a través de la aplicación de un cuestionario a la muestra de la investigación.

En cuanto al área cognitiva se hará énfasis en el pensamiento, Ayala (2010) lo define como: “Conjunto de cualidades en el ser humano cuya función es interpretar y comprender el mundo, reflexionar consciente y racionalmente sobre su propia existencia y solucionar efectivamente las dificultades que le impone el medio ambiente” (p. 212).

En el área emocional se abordarán las emociones, éstas se definen como una “reacción subjetiva al ambiente, acompañada de cambios orgánicos (fisiológicos y endocrinos) de origen innato, influida por la experiencia y que tiene la función adaptativa. Se refiere a estados internos como el deseo o la necesidad que dirige al organismo” (Ayala, 2010, p. 92).

Por último, en el área conductual, se abordarán las conductas, Ayala (2010) menciona que la conducta es un conjunto de respuestas que las personas ponen de manifiesto ante las diferentes situaciones, éstas se dan a distintos niveles englobando lo fisiológico, cognitivo, lo afectivo y lo conductual.

Además de mencionar y describir brevemente las áreas, se vuelve necesario aclarar y justificar que tanto para la realización de la investigación como para la construcción del programa de intervención psicológica se trabajará bajo el enfoque psicológico cognitivo conductual.

2.2.2.4 Enfoque cognitivo conductual.

En la actualidad existen diversas teorías que sirven tratar diferentes problemáticas, sin embargo, para cada problemática existe un modelo que se adecua más para su abordaje; esta investigación estará basada en el modelo de intervención cognitivo conductual, el cual surge de la unión de dos enfoques psicológicos, el conductual y el cognitivo.

El enfoque cognitivo conductual sostiene que los procesos cognitivos del paciente son los que están a la base de los problemas psicológicos que experimentan las personas, es decir, las interpretaciones erróneas del pensamiento originan emociones negativas y formas desadaptativas de conducta. Roca (como se citó en Camacho, Orozco, Ybarra y Compeán (2015))

López (2008) mencionaba que el enfoque cognitivo conductual se interesa en conocer lo que las personas hacen, sienten y piensan en situaciones específicas, además se exploran los recursos, las competencias y limitantes de las personas, haciendo una vinculación entre las conductas y las variables del contexto.

Por conducta se entiende “cualquier actividad motora, cognitiva, autónoma o emocional que sea especificable y mensurable (no tiene por qué ser públicamente observable)” (López, 2008, p.29).

El principal objetivo de la intervención consiste en la desaparición o reducción de los problemas y adquisición de habilidades para afrontar la vida. (López, 2008). La intervención se dirige a prevenir, eliminar o reducir conductas inadecuadas y a enseñar o potenciar conductas adecuadas teniendo en cuenta las variables que controlan estas conductas.

Acevedo y Romel (2014) mencionan que el enfoque cognitivo conductual es efectivo para la intervención de problemáticas psicosociales como la migración o desplazamiento, ya que éstas generan consecuencias como crisis, ansiedad, alteraciones del comportamiento, entre otros, que pueden derivar en psicopatologías sobre las cuales es necesario que el psicólogo clínico retome éstas problemáticas y realice las intervenciones bajo los elementos teóricos prácticos, cognitivo conductuales que le permitan prevenir e intervenir estas problemáticas.

Botella, Baños y Perpiña (2003) mencionan que dentro del abordaje a problemáticas psicosociales como migración o desplazamiento se puede hacer uso de las técnicas conductuales como: Entrenamiento en relajación, entrenamiento en solución de problemas, las técnicas de afrontamiento; dentro de las técnicas cognitivas se menciona el procesamiento emocional, la reestructuración cognitiva, identificación y detención de pensamiento.

En la Guía para la Intervención Psicológica con Inmigrantes y Refugiados elaborada en el año 2015 tras la crisis de refugiados Sirios, por la Fundación Psicología sin Fronteras, el Colegio de Psicólogos de Madrid, la Universidad de Sevilla y la Clínica Universitaria de Psicología de la Universidad Complutense se hace referencia a que el abordaje psicológico mediante la terapia cognitivo conductual es la más adecuada para los problemas que presenta la población infanto-juvenil y adultos, que han experimentado un proceso de migración o desplazamiento, mencionando técnicas como la reestructuración cognitiva, solución de problemas, psicoeducación, técnicas de relajación, modelado, autoinstrucciones, focalización emotiva etc.

2.2.3 Efectos psicosociales de la migración

2.2.3.1 Efectos psicosociales de la migración.

La migración puede tener efectos positivos y/o negativos dependiendo las circunstancias en que la migración se dé; por ejemplo, no experimentará los mismos efectos una persona que viaje en avión y de manera “legal”, a una persona que migre de manera irregular, lo cual significa de entrada que está expuesta a numerosos peligros y que si llega al lugar de destino posiblemente experimente otras circunstancias adversas como el huir de las autoridades ya que podría ser repatriado.

Los efectos psicosociales se pueden visualizar desde tres perspectivas: Personal, familiar y comunitaria.

Los efectos desde la perspectiva personal incluyen el trayecto y el lugar de destino; en cuanto al trayecto, el impacto que se genere en la persona dependerá de las circunstancias del viaje si lo hace de manera legal o irregular, Ruiz (citado en Cordón, 2015) al respecto menciona que los migrantes que viajan de forma irregular quedan expuestos a innumerables peligros tanto mentales como físicos, estos pueden ser: Asaltos, accidentes al abordar trenes cargueros, ahogarse al cruzar un río, morir deshidratado en el desierto, violaciones sexuales, ser víctimas de secuestros, trata de personas, extorsiones, entre otros.

En cuanto al lugar de destino, un migrante se enfrenta a una nueva realidad, en la que se ve obligado a aprender una nueva cultura, un nuevo idioma, un nuevo repertorio de conductas, además de ello se suma la separación de su familia y de su círculo social; en esta nueva realidad el migrante por su condición de “ilegal” o “indocumentado”, se ve desprotegido ante la ley, se le vulneran sus derechos, tiene poco acceso a la salud, es explotado en el ámbito laboral y está expuesto a la discriminación y la xenofobia.

Desde la perspectiva familiar, un aspecto clave es que con la salida de uno o más miembros, la estructura familiar cambia y esto trae consigo otros cambios importantes, los que se quedan deben asumir nuevas responsabilidades y nuevos roles. Un ejemplo sería que, los padres migran y dejan a los abuelos a cargo de sus hijos, los abuelos son ahora los nuevos jefes de hogar y quienes deben asumir el cuidado y educación de sus nietos, además deben de proveerles el afecto.

Carrillo (como se citó en Córdón, 2015) indica que cuando los jóvenes se quedan al cuidado de los abuelos, la diferencia generacional dificulta las posibilidades de que los abuelos se involucren en el proceso de enseñanza-aprendizaje y también complica las modalidades de negociar la disciplina.

Además, se pueden dar casos en los que los hermanos mayores se queden a cargo de los menores, es decir se les deja asumiendo una función parental. De manera general la familia debe reorganizarse y asumir las responsabilidades que tenía la persona que migró.

De acuerdo a Mercado y Zarate (como se citó en Chevez, 2009) “la estadía del padre o madre cada vez se prolonga más tiempo ocasionando que los hijos lleguen a sentir soledad o abandono por parte de sus padres migrante, o lo que es peor queden expuestos a situaciones propias del desarraigo y ruptura de su núcleo familiar, a la soledad, y a un sentimiento de abandono al no tener cerca a sus padres, lo que puede incidir tanto en su conducta escolar como social” (p.82).

Respecto a la perspectiva comunitaria, se puede mencionar que tanto en los países de origen como de destino se sufren cambios positivos y negativos; en primer lugar, un beneficio para el país de origen son las remesas, en El Salvador este es un punto importante para la economía ya que según el Banco Central de Reserva sólo en el mes de mayo de

2018 se recibieron US\$2,227.6 millones en remesas familiares, además el Producto Interno Bruto creció 3.4% en el primer trimestre del año, uno de los factores que influyen en esa buena dinámica son las remesas.

Un efecto negativo para el país de origen es que la mayoría de los migrantes son personas en edad de trabajar y que pueden contribuir al desarrollo local, lo que se traduce en pérdida de la fuerza de trabajo del país y en la mayoría de las ocasiones es mano de obra calificada.

Según Ortiz (citado en Cordón, 2015) en el país de destino la inmigración es considerada una amenaza a la seguridad nacional, y algunos políticos se quejan de que los inmigrantes compiten con los locales por empleos e incrementan el costo de los programas de salud y educación pública. Así también como efecto positivo para el país de destino se tiene que los migrantes contribuyen a elevar la fuerza productiva del país, además de que los nativos pueden pasar a realizar trabajos con mayor remuneración y los migrantes toman los trabajos mal remunerados y con menos prestaciones laborales.

2.2.3.2 Efectos psicológicos del retorno

El proceso migratorio genera efectos sociales, económicos, demográficos, etc., pero también genera efectos en el individuo propiamente, tales como el duelo.

La inmigración, como todo cambio social y personal, tiene su parte de duelo. Dicho duelo se explica por la pérdida múltiple y masiva de vínculos, como el entorno físico, social y cultural, por el dolor y la frustración de expectativas, que produce el hecho de trasladarse desde un sitio con vínculos afectivos a otro nuevo. (Melero, 2010, p. 269)

Asimismo, como parte del proceso migratorio está el retorno específicamente, éste tiene de igual forma sus propios impactos en la persona; en la guía para la atención psicosocial a personas migrantes en Mesoamérica elaborada por la OIM (2018) se expresa que:

Durante el proceso de retorno y reintegración, quienes retornan experimentan una nueva migración con todas sus consecuencias. Enfrentar una devolución involuntaria representa para la persona migrante y su familia el fracaso de su proyecto. Significa tener que lidiar con no poder volver al país de destino. A los impactos acumulados durante el trayecto de ida se une la frustración y desesperanza por las expectativas insatisfechas. Además, al regresar al lugar de origen, es probable que las causas que le motivaron a migrar permanezcan iguales. La persona que retorna podría enfrentar amenazas para su vida o la de su familia, pobreza, violencia y discriminación, entre otras, así como situaciones nuevas que surgieron a partir de su migración, como saldar las deudas que adquirió para poder emprender su proyecto migratorio. (p. 36)

Sabiendo que el proceso de retorno requiere que las personas vuelvan a adaptarse a su país de origen, se mencionan y describen las dificultades que experimentan las personas migrantes para adaptarse a un nuevo entorno según lo expuesto en la guía para la intervención psicológica con inmigrantes y refugiados (2016)

En el plano cognitivo, las personas presentan constantemente preocupación, pensamientos catastróficos, en su actuar presentan dificultades de concentración y atención, debido a que la situación a la que se enfrentan está marcada por la incertidumbre y la ambigüedad; estados que generan reacciones cognitivas como la preocupación o la

rumiación para regular dichos estados emocionales. Paralelamente se generan dificultades en los procesos ejecutivos de la memoria, atención y concentración.

En el plano emocional/fisiológico, se caracteriza por presentar reacción de hiperactivación fisiológica experimentando la ansiedad, el miedo o la inseguridad. A nivel físico, las personas migrantes presentan problemas relacionados a cefaleas, dificultades gástricas o tensión muscular.

En el plano comportamental, las personas se caracterizan por demostrar inquietud, conductas de agresividad, hostilidad con el medio, marcada actitud defensiva, además de inhibición en cuanto a la toma de decisiones.

Los impactos en la persona migrante retornada se pueden generar en distintos niveles, a nivel emocional, cognitivo y conductual. Dentro del área emocional afectiva, Ajcort (2012) explica que la ansiedad es una emoción de alarma que se experimenta como inquietud, temor infundido y preocupaciones y, el individuo que retorna de manera forzada puede experimentarla debido a la incertidumbre de adaptación o readaptación al contexto actual; ello dependerá de cuánto tiempo la persona permaneció en el exterior.

Asimismo, Achotegui (2005) plantea que las personas migrantes experimentan una serie de sentimientos contrapuestos que requieren una gran capacidad de introspección para entender las diversas y confusas emociones, generando un estado de confusión emocional. A su vez el migrante debe de tomar muchas decisiones, en la mayoría de los casos en poco tiempo y con escasos medios de análisis lo que conlleva un intenso estado de tensión.

Además, las personas retornadas experimentan estrés debido al sentimiento de pérdida, de haber dejado todo atrás un empleo, posiblemente familia, un piso, etc. Todo esto debe entenderse como un proceso normal ya que el individuo está experimentando cambios a los cuales debe adaptarse.

Puede experimentar ánimo bajo o tristeza debido a diversos factores, como el desempleo, dificultades económicas, desesperanza al tener que volver a empezar, sentimiento de ya no ser parte del lugar, es decir experimentar desarraigo, hay frustración pues cargan con un proyecto de vida no cumplido.

En Migración y jóvenes un resumen de diferentes investigaciones realizadas por la Universidad Centroamericana (2012) se afirma que “el deportado experimenta ahora otra forma de exclusión, ya que frente al resto de la sociedad es percibido como un delincuente a raíz del imaginario social construido por las autoridades que vinculan su deportación con la comisión de un delito” (p.6), lo cual afecta a la persona tanto a nivel emocional como cognitivo.

Además, en un estudio realizado por el Colegio de la Frontera Norte y el Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz se identificó a través de un cuestionario validado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) que las personas repatriadas de Estados Unidos a México presentaban tristeza y ansiedad, también había manifestaciones físicas como fatiga y dolor de cabeza; en cuanto a lo cognitivo mostraban confusión y dificultad para concentrarse.

Gaborit et al (2012) menciona que uno de los principales motivos para migrar es el hecho de seguir un proyecto de vida el cual en la mayoría de los casos consiste en obtener un empleo y de esta forma la persona migrante adquiere autonomía y cierta estabilidad

económica que le permite apoyar a sus familiares, sin embargo, en el momento en que una persona es retornada esta situación cambia de forma drástica.

A las personas retornadas se les ha truncado su proyecto de vida y deben reconstruirlo deben enfrentarse a una nueva readaptación, lo cual puede ser más o menos complejo según su estancia en el país de destino; como ya se mencionó en el momento de retorno y reinsertión se generan grandes niveles de estrés por todos los cambios que la persona ha vivenciado lo cual puede desembocar en conductas de riesgo como abuso de alcohol y drogas e incluso suicidio.

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1 Hipótesis de investigación

- Hipótesis de investigación:

El retorno obligatorio o voluntario al país genera efectos psicosociales en las personas migrantes que han residido en Estados Unidos.

- Hipótesis alternativa:

El retorno obligatorio o voluntario al país genera únicamente efectos psicológicos en las personas migrantes que han residido en Estados Unidos.

- Hipótesis nula:

El retorno obligatorio o voluntario al país no genera efectos psicosociales en las personas migrantes que han residido en Estados Unidos.

3.2 Definición de variables

Variable independiente

Proceso de retorno: Se da cuando de manera voluntaria o por cumplimiento de una orden administrativa o judicial una o varias personas regresan a su país de origen. (Política Nacional para la Protección y Desarrollo de la Persona Migrante Salvadoreña y su Familia, lanzada en el 2017).

Variable dependiente

Efectos psicosociales: Según Gispert, Gay y Vidal, (como se citó en Cordón, 2015) “Son las consecuencias psicológicas y sociales de las vivencias y la conducta de las personas, en el marco de la vida social”, estas consecuencias pueden ser positivas o negativas y manifiestan sus efectos en la sociedad” (p.48).

3.3. Operacionalización de hipótesis

Tabla 2

Tema: Diagnóstico y propuesta de un programa de intervención psicológica para las personas migrantes retornadas a El Salvador. Enunciado: ¿Cuáles son los efectos psicosociales que genera el retorno obligatorio o voluntario en las personas migrantes?							
Objetivo general	Hipótesis de investigación	Unidades de análisis	VARIABLES	Definición conceptual	Definición operacional	Criterios	Instrumento
Realizar un diagnóstico sobre los efectos psicosociales que presentan las personas migrantes retornadas a El Salvador, con el fin de diseñar un programa de atención psicológica que permita intervenir en aquellas necesidades encontradas y de esta forma contribuir efectivamente en su salud mental.	El retorno obligatorio o voluntario al país genera efectos psicosociales en las personas migrantes que han residido en Estados Unidos.	Personas retornadas	VI: Proceso de retorno. VD: Efectos psicosociales.	Se da cuando de manera voluntaria o por cumplimiento de una orden administrativa o judicial una o varias personas regresan a su país de origen. (Política Nacional para la Protección y Desarrollo de la Persona Migrante Salvadoreña y su Familia, lanzada en el 2017). Según Gispert, Gay y Vidal, (citado en Cordón, 2015) “Son las consecuencias psicológicas y sociales de las vivencias y la conducta de las personas, en el marco de la vida social” (p.48) éstas consecuencias pueden ser positivas o negativas y manifiestan sus efectos en la sociedad.	Retorno voluntario: Personas que por deseo propio decidan regresar a su país de origen. Retorno obligatorio: Personas que regresan a su país de origen en cumplimiento de una decisión judicial o administrativa. En esta investigación se consideran efectos psicosociales a las consecuencias generadas por el proceso de migración (salida, tránsito, destino y retorno), a nivel personal, familiar, social.	-Retorno voluntario: - Reunificación familiar. - Enfermedades. - Logro de metas. - Añorar el país de origen. -Retorno obligatorio: - Proceso judicial. - Leyes migratorias. - Delitos menores y mayores - Reinserción. - Duelo migratorio. - Tristeza. - Ansiedad. - Estigmatización. - Ruptura de relaciones interpersonales. - Estrés - Sentimiento de fracaso. - Desesperanza.	Cuestionario dirigido a personas retornadas.

Fuente: Elaborado por el equipo investigador 2018.

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4.1 Diseño de investigación

Diseño no experimental

Se define como la investigación que se realiza sin manipular deliberadamente variables y en los que sólo se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos.

4.2 Tipo de estudio

La investigación se realizó bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño de investigación transeccional descriptivo, este diseño según Sampieri (2014), tiene como objetivo indagar la incidencia de las modalidades o niveles de una o más variables en una población. El procedimiento consiste en ubicar en una o diversas variables a un grupo de personas u otros seres vivos, objetos, situaciones, contextos, fenómenos, comunidades, etc., y proporcionar su descripción.

4.3 Población y muestra

La población con la cual se recolectaron los datos para la investigación retornó al país el día 15 de agosto de 2018 la cual estuvo compuesta por 120 migrantes salvadoreños de

ambos sexos, entre las edades de 18 a 40 años, que retornaron al país ya sea de forma voluntaria u obligatoria, desde Estados Unidos país en el cual residieron de forma irregular durante un indefinido período de tiempo.

Se tomó como muestra un total de 31 salvadoreños y salvadoreñas retornadas, según Sampieri (2014) este es el tamaño mínimo de la muestra en un estudio descriptivo, para poder representar a la población de la investigación.

La muestra se obtuvo con un método no probabilístico de tipo intencional, lo que significa que no todos los integrantes de la población tuvieron la probabilidad de ser parte de la muestra ya que debían cumplir con un criterio de edad el cual iba de los 18 a los 40 años, si las personas retornadas eran menores de 18 años o mayores de 40 años se tomó como un criterio de exclusión de la muestra, además tenían que ser personas retornadas de Estados Unidos de manera reciente.

4.4 Método, técnicas e instrumentos de recolección de datos

4.4.1 Método: Observación.

Para esta investigación se utilizó como método científico la observación, la cual fue definida por Fernández-Ballesteros (2013) como:

Aquello que se hace con cualquiera de los procedimientos y técnicas de recogida de información que requiere la percepción deliberada de comportamientos emitidos por un/os sujeto/s (a distintos niveles de complejidad e inferencia), realizada por un

observador entrenado (participante o no participante) mediante protocolos preparados al efecto (de mayor o menor estructuración) que permitan una anotación sistemática, en una situación natural o análoga en la que no se eliciten respuestas (p.194-195).

4.4.2 Técnica: Encuesta.

En la investigación se hizo uso de la encuesta, como técnica de investigación López-Roldán y Facheli (2015) definen la encuesta como “una técnica de recogida de datos a través de la interrogación de los sujetos cuya finalidad es la de obtener de manera sistemática medidas sobre los conceptos que se derivan de una problemática de investigación previamente construida” (p.14).

4.4.3 Instrumentos

Guía de observación: Se retomó una guía de observación la cual tiene como objetivo: Observar y registrar diferentes comportamientos que presentaron las personas durante la aplicación del instrumento. Esta guía se divide en seis apartados: El primero orientado a la apariencia física, el segundo a la expresión facial, el tercero a los movimientos corporales que presenta la persona, el cuarto se orienta a registrar las emociones que muestra la persona, el quinto referido al lenguaje y el sexto apartado a la interacción con el terapeuta. (Ver anexo 1 p. 171)

Cuestionario: Se hizo uso de un cuestionario; Chasteauneuf, (como se citó en Sampieri 2014) menciona que el cuestionario consiste en un conjunto de preguntas respecto de una o más variables a medir, el cuestionario fue autoadministrado de forma individual y fue construido por parte del equipo de investigación y validado bajo el criterio de interjueces

con la técnica de Lawshe. (Ver apéndice 1 p. 173: Ficha técnica, apéndice 2 p. 175: Cuestionario, apéndice 3 p. 180: Tabulación de técnica de Lawshe)

El objetivo del cuestionario consistió en: Conocer los efectos psicológicos que presentan las personas migrantes retornadas a El Salvador como resultado del proceso migratorio, exploró las condiciones psicológicas que presentan las y los salvadoreños retornados.

Estuvo dividido en dos apartados; el primero correspondía a datos generales de la persona migrante retornada y la segunda contenía 18 preguntas exploratorias que tenían la finalidad de indagar tres grandes áreas: Área cognitiva, conductual, afectiva; pero a la vez dentro de ellas se obtuvieron insumos de otras áreas como la social y somática. El cuestionario estaba ordenado de acuerdo a los cuatro momentos del proceso migratorio, es decir: Salida, tránsito, destino y retorno.

4.5 Procedimiento de recolección de datos

El proceso de investigación dio inicio con la asignación de la asesora, además se delimitó el tema y se entregó el protocolo de investigación; al aprobarse el tema se inició con la elaboración del anteproyecto.

Otro paso que se hizo fue contactar con diferentes instituciones para que se nos permitiese realizar la investigación; entre ellas ConMigrantes en la cual se tuvo una reunión con el secretario ejecutivo, la Dirección de Atención al Migrante en la que se contactó con su directora ya que es ahí donde son recibidas las personas al retornar.

Se realizó una visita a la Dirección de Atención al Migrante para conocer cómo es el proceso de recepción de las personas retornadas en El Salvador, se contactó también con un psicólogo del Ministerio de Salud para conocer si había algún diagnóstico de las personas retornadas. Se aprovechó dichos acercamientos a las instituciones mencionadas anteriormente, así como a otras involucradas en lo referente a migración para conocer sus experiencias en el campo.

Simultáneamente a esas visitas se entregó a la licenciada asesora el primer capítulo de la investigación, el planteamiento del problema. Posteriormente se entregó el capítulo dos y tres, es decir el marco teórico e hipótesis y variables.

Se elaboró el capítulo de la metodología, en este paso se construyó un cuestionario el cual fue revisado por la asesora y luego fue validado a través de la técnica de Lawshe. Finalmente se elaboró un informe del proceso de validación del instrumento. (Ver apéndice 4 p. 182: Cartas de solicitud a jueces, apéndice 5 p.187: Cartas de validación de jueces y apéndice 6 p. 192: Informe de validación del instrumento)

Posteriormente se aplicó el cuestionario a 31 personas retornadas que constituye la muestra de la investigación. Se realizó el procesamiento de datos bajo la estadística descriptiva e inferencial, también se elaboró un diagnóstico que sirvió de base para la construcción del programa de atención y de manera subsiguiente para la validación de dicho programa, la cual se realizó mediante el criterio interjueces con la técnica de Lawshe, elaborándose su respectivo informe de validación. (Ver apéndice 7 p. 196: Cartas de solicitud a jueces, apéndice 8 p. 202: Cartas de validación de jueces, apéndice 9 p. 208 tabulación de técnica de Lawshe y apéndice 10 p. 209: Informe de validación del instrumento)

Ulteriormente se trabajó en los últimos capítulos de la investigación para la entrega de la memoria final de la investigación y además se trabajó en la presentación de la defensa ante las autoridades de la Universidad de El Salvador.

CAPÍTULO V

PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados obtenidos a partir de la aplicación del “cuestionario dirigido a personas retornadas”, el cual exploraba principalmente el área cognitiva, emocional, conductual, y de forma complementaria el área somática y social; dicho instrumento se administró a 31 personas al momento de retornar de Estados Unidos a El Salvador, en la Dirección de Atención al Migrante, “La Chacra”.

La presentación de los resultados se divide en cuatro apartados, los cuales son: Primero, presentación de datos generales de la muestra seleccionada para la investigación, siendo éstos sexo, edad, estado familiar, ocupación, nivel académico, tiempo que residió en el exterior y lugar donde residió antes de migrar; segundo, datos específicos, valorando los aspectos psicológicos y los factores sociales que se generan a partir del proceso de retorno al país; cabe mencionar que ambos apartados se presentan gráficamente.

El tercer apartado es la relación entre el proceso de retorno al país y los efectos psicosociales que se generan, el cual para darle valor estadístico a la investigación se utiliza la estadística inferencial no paramétrica: Prueba diferencia de medias con muestras relacionadas; la cual sirve para comprobar si dos variables cualitativas se relacionan entre sí.

En el último apartado se hace una interpretación descriptiva de los resultados obtenidos por cada una de las áreas evaluadas, asimismo se realiza de manera simultánea una comparación con algunos elementos del marco teórico, además de retomar resultados obtenidos mediante la observación y componentes del contexto sociocultural vinculado al momento histórico actual.

5.1 Datos Generales de la Muestra Seleccionada

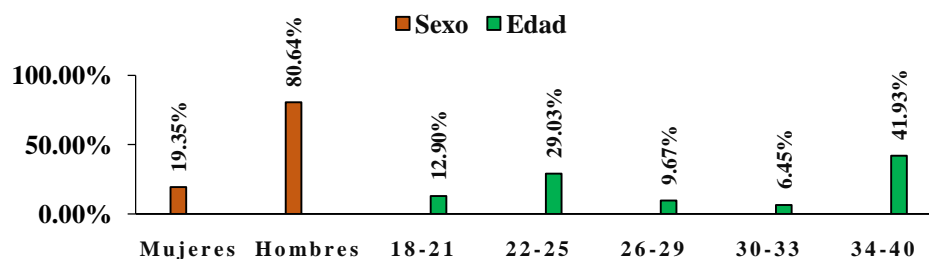


Figura 1. Sexo y edad de las personas retornadas al país.

Fuente: Equipo investigador 2018.

La figura 1 indica el sexo y los rangos de edad de las personas retornadas al país; en cuanto al sexo, el mayor porcentaje de personas retornadas está conformado por hombres teniendo el 80.64% y las mujeres son el 19.35%; en cuanto a las edades, el rango de edad más frecuente es el de 34 a 40 años, teniendo un porcentaje de 41.93%, el menos frecuente es el rango de edad entre 30 a 33 años, teniendo sólo un 6.45%.

Tabla 5

Estado familiar y ocupación de las personas retornadas al país.

Estado familiar	Frecuencia	%	Ocupación	Frecuencia	%
Soltero/a	25	81%	Agricultor	11	36%
			Cocinero	3	10%
Casado/a	1	3%	Construcción	6	19%
			Desempleado	1	3%
			Herrero	1	3%
Acompañado/	5	16%	Oficios domésticos	4	13%
			Pintor	1	3%
Viudo/a	0	0%	Mecánico	1	3%
			Ganadero	1	3%
			Estudiante	2	7%
Total	31	100%	Total	31	100%

Fuente: Equipo investigador 2018.

La tabla 5 muestra la ocupación y el estado familiar de las personas retornadas al país, siendo que, la mayor parte de las personas que retornan son solteras representada por un 81%, un 16% le corresponde a las personas acompañadas. Dentro de las ocupaciones se encuentra que la mayor parte de personas retornadas al país son agricultores teniendo un 36%, un 19% corresponde a la construcción, un 13% es correspondiente a oficios domésticos.

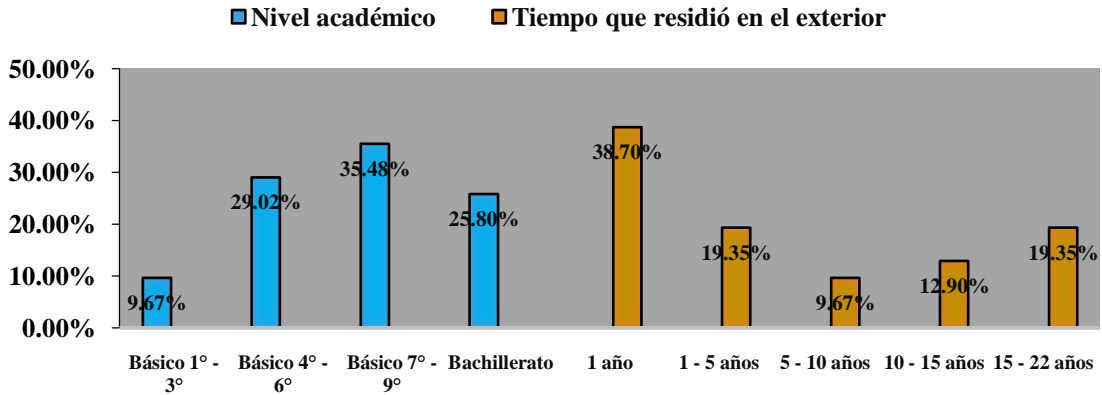


Figura 2. Nivel académico y tiempo de residir en el exterior de las personas retornadas al país.

Fuente: Equipo investigador 2018.

La figura dos representa el nivel académico de las personas retornadas al país; se encuentra que la mayor parte han culminado únicamente los estudios básicos de 7° a 9° grado, teniendo un porcentaje de 35.48% y, solamente un 25.80% ha culminado bachillerato, ninguna persona inició o terminó estudios superiores. Por otro lado, el tiempo que han residido las personas en el exterior ha sido de mínimo un año para el 38.70% y máximo 15 a 22 años para el 19.35%.

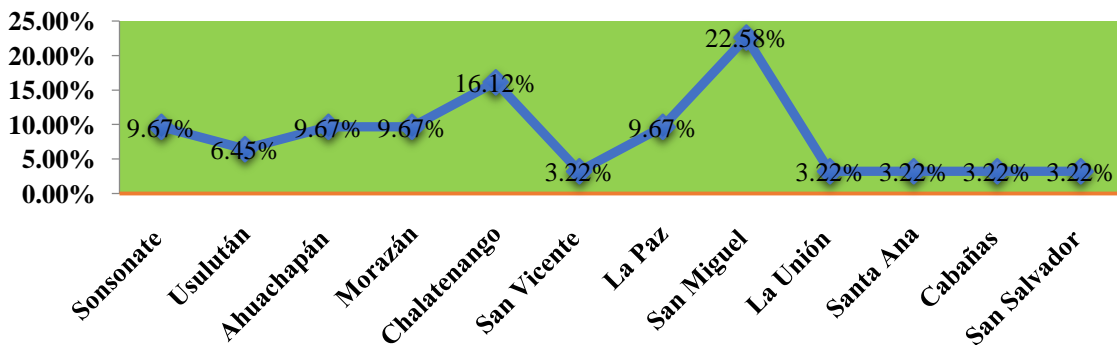


Figura 3. Lugar de residencia al momento de migrar de las personas retornadas al país.

Fuente: Equipo investigador 2018.

La figura 3 indica el lugar de residencia de las personas antes de migrar; con igual porcentaje del 9.67% responde a las personas que residían en Sonsonate, Ahuachapán, Morazán y La Paz, un 6.45% en Usulután, un 16.12% residía en Chalatenango, en igual porcentaje del 3.22% es correspondiente a San Vicente, La Unión, Santa Ana, Cabañas y San Salvador, un 22.58% vivía en San Miguel.

5.2 Datos específicos: Aspectos psicológicos y factores psicosociales

Tabla 6

Tipo de retorno y emociones vivenciadas por las personas retornadas al país.

Tipo de retorno	Frecuencia	%	Emociones	Frecuencia	%
Voluntario	10	32.25%	Miedo	8	8.33%
			Enojo	6	6.25%
			Fracaso	8	8.33%
			Esperanza	9	9.38%
			Aceptación	8	8.33%
			Preocupación	11	11.45%
			Inseguridad	6	6.25%
Obligatorio	21	67.75%	Tristeza	19	19.80%
			Alegría	12	12.5%
			Incertidumbre	1	1.04%
			Desdicha	0	0.00%
			Frustración	4	4.17%
			Resistencia al cambio	3	3.12%
			Desesperación	1	1.04%
Total	31	100%	Total	99.99%	

Fuente: Equipo investigador 2018.

La tabla 6 refleja que el 67.74% de las personas que han retornado al país ha sido de forma obligatoria, es decir por cumplimiento de una decisión judicial o administrativa; sólo un 32.25% ha retornado de manera voluntaria. Asimismo, se muestran las diversas emociones vivenciadas por la muestra durante su proceso de retorno, dentro de las más frecuentes se presenta un 19.79% experimentando tristeza, un 12.5% se siente alegre, un 11.45% se sienten preocupado/as, un 9.37% siente esperanza y, un 8.33% siente fracaso, enojo y aceptación.

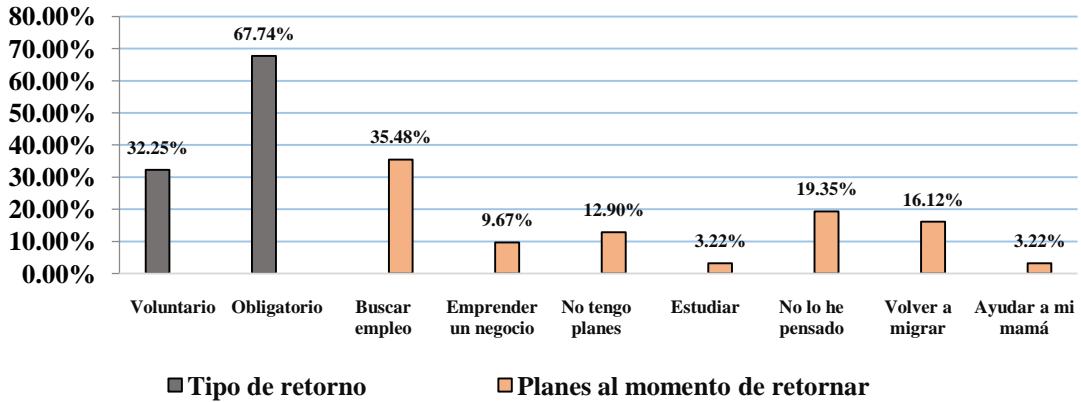


Figura 4. Tipos de retorno y planes que presentan las personas retornadas al país.
Fuente: Equipo investigador 2018.

La figura 4 indica el tipo de retorno y los planes que las personas tienen hasta ese momento, la mayor parte de las personas son retornadas de manera obligatoria y el 35.48% de las personas que retornan desean buscar empleo, el 9.67% desea emprender un negocio, un 3.22% desea estudiar, un 19.35% no ha pensado qué hará en el país, un 9.67% no posee planes al momento del retorno y un 16.12% desea migrar de nuevo.

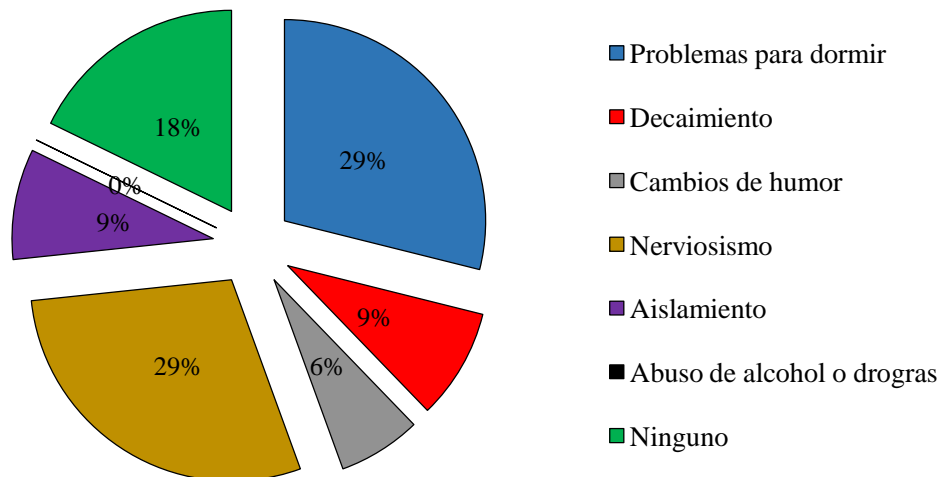


Figura 5. Dificultades experimentadas por las personas durante el proceso de retorno.
Fuente: Equipo investigador 2018.

La figura 5 presenta las dificultades que la muestra experimentó en su proceso de retorno, un 29% expresó que una de las mayores dificultades ha sido problemas para dormir y otro 29% experimentó nerviosismo, asimismo en igual porcentaje un 9% experimentó decaimiento y aislamiento, un 6% ha experimentado cambios de humor.

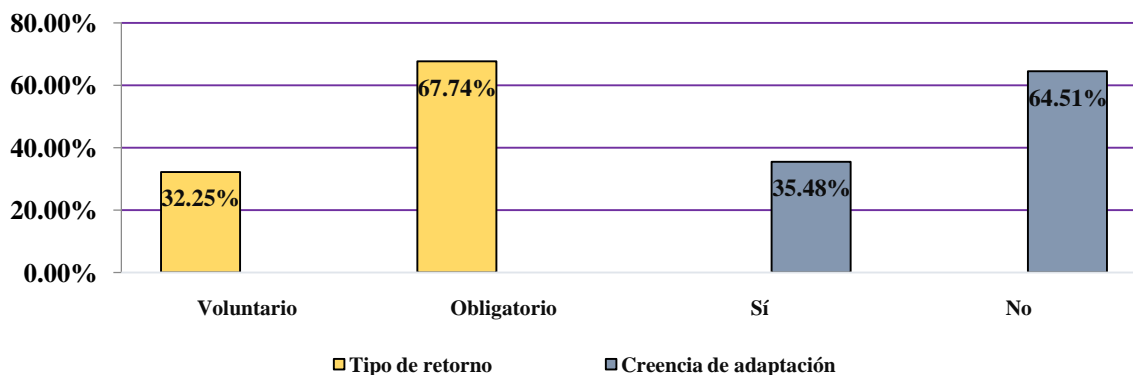


Figura 6. Tipo de retorno y creencia de adaptación al país de las personas retornadas.

Fuente: Equipo investigador 2018.

La figura 6 representa las creencias de adaptación al entorno salvadoreño las personas que han retornado, un 67.74% ha sido retornado de forma obligatoria similar porcentaje a las personas que consideran que no podrán adaptarse al país, representado con un 64.51%. Sin embargo, un 35.48% cree que sí se adaptará al país, similar porcentaje con un 32.25% de las personas que han retornado de manera voluntaria.

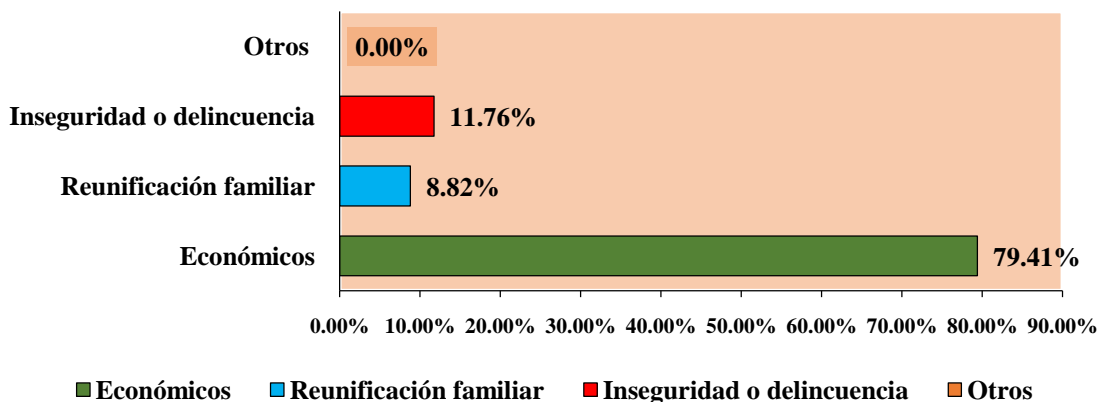


Figura 7. Motivos personales para migrar de la muestra seleccionada.

Fuente: Equipo investigador 2018.

La figura 7 indica los motivos por los que las personas migraron hacia Estados Unidos; la mayor parte de las personas retornadas, es decir, un 79.41% manifestó que su motivo para migrar fue por razones de índole económica, un 11.76% lo hizo por razones de inseguridad o delincuencia y un 8.82% migró para reunificarse con su familia.

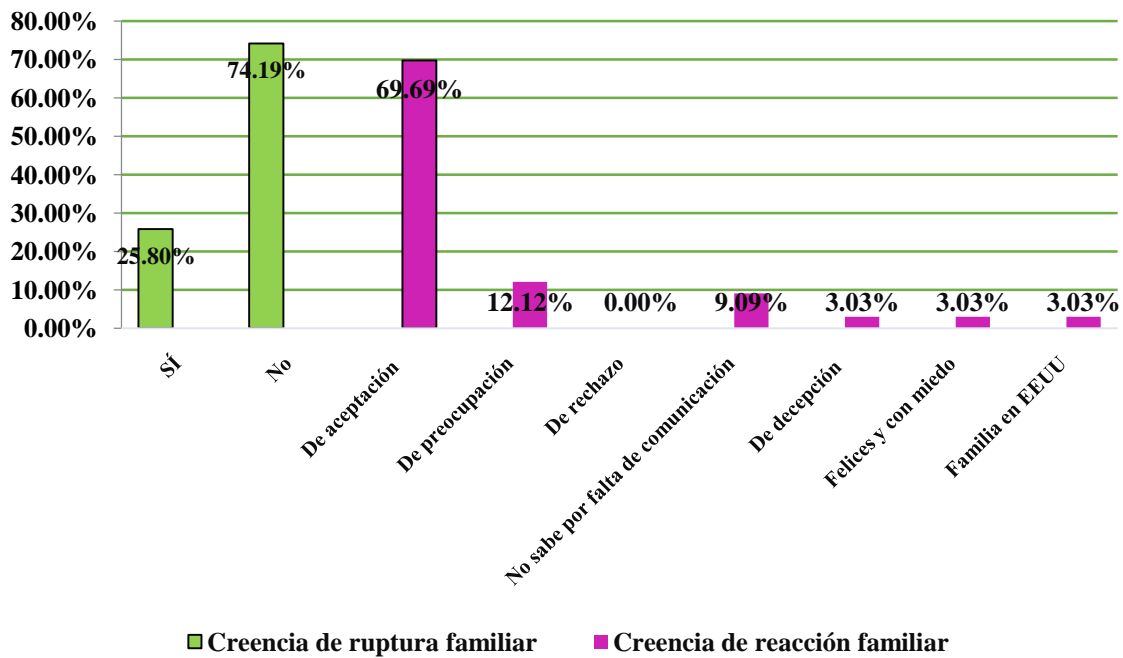


Figura 8. Creencias de ruptura y reacción familiar por el retorno de las personas retornadas al país.

Fuente: Equipo investigador 2018.

La figura 8 indica si las personas que retornaron creen que ha habido ruptura en sus relaciones familiares debido a su proceso de migración y cómo consideran que será la reacción de su familia ahora que han regresado al país; la mayor parte de la muestra, un 74.19% indicó que no creen que haya ruptura en su relación familiar, por tanto un 69.69% considera que la reacción será de aceptación, un 3.03% indicó que la reacción será de felicidad pero también de miedo, un 12.12% manifestó que la reacción será de preocupación y un 3.03% expresó que será de decepción.

Por otro lado, un 28.80% indicó que sí hay ruptura en sus relaciones familiares, y un 9.09% dijo que no sabe cómo será su reacción por falta de comunicación, otro 3.03% manifestó que toda su familia se encuentra en Estados Unidos.

Tabla 7

Creencias sobre encontrar empleo de la muestra seleccionada.

Creencia de encontrar trabajo			Motivos por los que le será fácil encontrar trabajo		
Indicador	Frecuencia	%	Indicador	Frecuencia	%
Sí	9	29.03%	Estudios	1	2.63%
			Experiencia laboral	6	15.78%
			Redes de apoyo	1	2.63%
			Optimismo	1	2.63%
			Dominio de un oficio	1	2.63%
			Tener un negocio	0	0.00%
			Deseo de poner un negocio	1	2.63%
			Saber inglés	1	2.63%
No	22	70.97%	Motivos por los que no le será fácil encontrar trabajo		
			Sentimientos de fracaso	0	0.00%
			Pocos deseos de buscar trabajo	1	2.63%
			Bajo nivel académico	5	13.15%
			Por ser deportado	1	2.63%
			Desconocer la realidad laboral del país	3	7.89%
			Falta de apoyo	11	28.99%
			Falta de oportunidades	2	5.26%
			Pandillas	1	2.63%
			Competencia en el país	2	5.26%
			Total	31	100%

Fuente: Equipo investigador 2018.

En la tabla 7 se refleja las creencias que tienen las personas retornadas sobre la posibilidad de encontrar empleo en el país, un 29.03% manifestó que sí cree que encontrará empleo debido a que, un 15.78% manifestó tener experiencia laboral y en igual porcentaje del 2.63% manifestar poseer estudios, tener redes de apoyo, dominan un oficio, saber inglés, etc. Sin embargo, la mayoría de la muestra, es decir un 70.96% expresó que le será difícil encontrar empleo debido a que, un 28.99% indicó que no cuenta con apoyo, un 13.15% expresó tener un bajo nivel académico, un 7.89% dijo desconocer la realidad laboral del país.

5.3 Relación entre proceso de retorno al país y efectos psicosociales

Se ha utilizado el estadístico diferencia de medias con muestras relacionadas para corroborar si el proceso de retorno genera incidencia a nivel psicosocial en los/as migrantes salvadoreños/as que han retornado de forma obligatoria o voluntaria. Además, permite corroborar las hipótesis que surgen como parte del proceso de investigación de un estudio de tipo descriptivo.

En este proceso de investigación las hipótesis van surgiendo a medida se investiga, por lo tanto, en la presente investigación surgieron diversas hipótesis, por ejemplo: El proceso de retorno genera estrés en las personas migrantes retornadas, el proceso retorno genera depresión en las personas retornadas, el proceso retorno genera ansiedad en las personas retornadas, el proceso de retorno genera desintegración familiar en las personas retornadas, entre otras.

De todas las hipótesis que se fueron generando durante el proceso de investigación, únicamente se presentan dos las cuales fueron sometidas a comprobación mediante la estadística inferencial no paramétrica, estas hipótesis son: El retorno obligatorio o voluntario al país genera efectos psicológicos en las personas migrantes que han residido en Estados Unidos y el retorno obligatorio o voluntario al país genera efectos sociales en las personas migrantes que han residido en Estados Unidos

A continuación, se presenta el procedimiento de comprobación estadística de cada hipótesis, retomando el vaciado general de datos (ver apéndice 11, p. 213)

Tabla 8

Proceso estadístico ámbito psicológico

Ítem	Afectación	
	SI	NO
Ítem 2	18	13
Ítem 3	10	21
Ítem 4	27	24
Ítem 5	21	10
Ítem 6	21	10
Ítem 7	23	8
Ítem 8	23	8
Ítem 9	22	9
Ítem 17	15	16
Ítem 18	18	13
Promedio	19.8	13.2
Resultado P- Valor (SPSS)	0.019	
Diferencia Estadística	SIGNIFICATIVA	

Fuente: Equipo investigador 2018.

Mediante la aplicación del estadístico diferencia de medias con muestras relacionadas, a un nivel de significación de 0.05, el valor estadístico de 0.019, resulta ser una diferencia significativa, por lo tanto, se puede corroborar que sí existe afectación a nivel psicológico de las personas migrantes a raíz del proceso de retorno.

Tabla 9

Proceso estadístico ámbito social

Ítem	Afectación	
	SI	NO
Ítem 1	28	3
Ítem 10	8	23
Ítem 11	8	23
Ítem 12	5	26
Ítem 13	20	11
Ítem 14	22	9
Ítem 15	22	9
Ítem 16	22	9
Promedio	13.5	11.3
Resultado P- Valor (SPSS)	0.663	
Diferencia Estadística	NO SIGNIFICATIVA	

Fuente: Equipo investigador 2018.

Mediante la aplicación del estadístico diferencia de medias con muestras relacionadas, a un nivel de significación de 0.05, el valor estadístico de 0.663, resulta ser una diferencia no significativa, por lo tanto, no se puede corroborar que exista afectación a nivel social en las personas migrantes a raíz del proceso de retorno.

5.4 Análisis e interpretación de resultados

A continuación, se expone la interpretación de los resultados en base a la investigación realizada, contemplando los principales hallazgos a nivel psicosocial que presentan las

personas retornadas, según las áreas exploradas, las cuales son: Área emocional, cognitiva, conductual y social.

El área emocional se exploró con el objetivo de identificar los efectos a nivel afectivo-emocional que podrían presentar las personas a raíz de su retorno al país. Se identificó que el 30.20% de las personas retornadas experimentan emociones agradables como alegría y esperanza, debido al hecho de regresar a su país de origen y poder ver a sus familiares, sin embargo, retomando lo planteado por Gaborit et al (2012), estas emociones agradables pronto se ven sustituidas por emociones desagradables causadas por el desconocimiento y descontextualización de la realidad; esto podría generar en las personas retornadas por ejemplo, un estado de depresión, frustración, ansiedad, entre otras.

Además, se observa que, en algunos casos las personas a partir del proceso de retorno experimentan ambivalencia emocional, puesto que coexisten emociones contrarias como tristeza - alegría, esperanza - fracaso, etc. En otros casos se refleja que las personas vivencian una mezcla de emociones y sentimientos como el enojo, ira, miedo, alegría, incertidumbre, decepción, frustración, tristeza, etc.; lo cual se relaciona con lo planteado por Achotegui (2005) quien expresaba que las personas en calidad de migrantes tienden a experimentar diversos sentimientos y emociones lo que les genera un estado de tensión.

De lo anterior se infiere que los/as salvadoreños/as retornados presenten confusión emocional, es decir experimentar diversos estados emocionales y sentimentales de manera simultánea y posiblemente desbordados en cuanto a sus niveles de duración e intensidad, así como también en cuanto a la sintomatología a nivel fisiológico, reflejado en la somatización que presentan. Esta situación probablemente se deba a que no han desarrollado habilidades emocionales, específicamente la gestión emocional, que les permita comprender estos estados.

Es necesario mencionar que puede considerarse normal la vivencia de emociones diversas, debido al proceso complejo de transición que experimentan las personas repatriadas, sin embargo, en mayor o menor medida dependiendo de la individualidad de cada persona es probable que ese estado de confusión afectiva conlleve a dificultades como: Inestabilidad emocional, ansiedad, dificultad para relacionarse con amigo/as, familiares y personas en general.

Además de ello, sumando problemáticas de índole social como la falta de empleo, prejuicios hacia las personas retornadas, posiblemente la adquisición de deudas para pagar al coyote, desavenencias familiares derivadas del factor económico, etc., podría conllevar a realizar conductas de riesgo como el consumo de alcohol o drogas, ideación suicida, suicidio, entre otras.

El área cognitiva se exploró con el fin de conocer las ideas que tienen las personas sobre su proceso de retorno y las incidencias del mismo en sus procesos cognitivos. Una de las principales ideas que presenta gran parte de las personas retornadas es una constante preocupación, la cual se debe a dos motivos:

El primero de ellos es, haber vivido algún evento negativo durante todo su proceso migratorio, como pasar muchos días sin consumir alimentos, otros días sin tomar agua, ser extorsionados por el coyote, al llegar a Estados Unidos se enfrentan con el hecho de ser perseguidos por las autoridades, tienen dificultad para comunicarse con los demás por hablar diferentes idiomas, otros son discriminados en razón de su origen, etc.; probablemente esto haya llevado a originar pensamiento desadaptativos generando estrés, ansiedad, etc.

El segundo motivo, es la preocupación en cuanto a su futuro ahora que han retornado al país. Asimismo, al momento de retornar al país muchos salvadoreños y salvadoreñas expresan desconocer el país por los cambios sociodemográficos, esto ocurre principalmente cuando se ha vivido varios años fuera de las fronteras nacionales; por tanto, es probable que la percepción de la realidad salvadoreña se encuentre distorsionada, agregando una constante comparación con la realidad vivida en Estados Unidos.

Además, se identificó que el 67.74% de las personas retornadas tienen la idea de que no les será posible su adaptación al país; la adaptación según Anaya (2010) se define como: “El proceso a través del cual un individuo o un grupo establece con su ambiente natural o social una condición de equilibrio o, por lo menos, de ausencia de conflictos” (p. 16). Probablemente las personas que han retornado al país no se perciben con las posibilidades de adaptarse debido a desconocer el país, a realizar una interpretación errónea de la realidad, y/o está relacionado a factores sociales como el desempleo, el rechazo social y familiar, poco acceso a la educación, entre otros.

Por lo cual, si el 67.74% de las personas retornadas considera que no podrán adaptarse al entorno salvadoreño, sumado a que muchas de ellas, es decir, el 61.27% ha vivido por varios años en Estados Unidos con un estilo de vida diferente y además de eso experimentan preocupación constante sobre su futuro en el país; se debe considerar que, si bien es cierto es normal el estrés causado por los cambios en sus vidas, pero también es posible que ese estado pueda contener ideas erróneas como: *“Estoy triste y no tengo nada que hacer aquí”*, *“las pandillas me harán algo por venir de Estados Unidos”*, *“por ser deportado me verán mal”*, etc.; las cuales de no ser reestructuradas probablemente haga que disminuyan sus posibilidades de adaptación exitosa al entorno sociocultural.

En el área conductual se buscó conocer la reacción comportamental de las personas ante su proceso de retorno; sin embargo, tomando en cuenta que al momento de realizar la

exploración los miembros de la muestra tenían un retorno reciente, ésta se realizó en base a la proyección a futuro que presentan los/as retornados/as, y, los resultados se enfocan principalmente en los planes que las personas tienen al momento de retornar al país y se expresan en dos sentidos.

Por un lado, un 51.6% ha pensado en planes a futuro tales como buscar empleo, emprender un negocio o estudiar, lo cual dicta la necesidad de potenciar ciertas habilidades como las sociales, (asertividad, resolución de conflictos) emocionales, (identificación, expresión y control de emociones) de dirección, (establecimiento de proyecto de vida, toma de decisiones) entre otras, que les ayuden a concretar dichos planes. Por el contrario, el 48.4% no ha pensado qué hacer o no sabe qué hacer ahora que ha regresado al país, o tiene interés en volver a migrar.

Por lo tanto y tomando en cuenta lo anterior se puede decir que a nivel psicológico: El no contar con planes de vida y a nivel social: la falta de acceso a la educación y por ende a un empleo digno que facilite tener los bienes necesarios para la subsistencia, además de haber adquirido deudas para pagar el viaje, es decir que los problemas económicos han aumentado, son factores que pueden incidir en que el 80% de las personas que retornan volverán a migrar.

Los planes que presentan las personas representan su proyecto de vida, el cual se encuentra en proceso de reestructuración. Gaborit et al (2012) señalan que las personas deciden migrar en la búsqueda de un proyecto de vida, no obstante, al retornar este se ve truncado y se presenta la necesidad de reestructurar uno nuevo, dentro de los cuales se presenta el seguir estudiando, emprender un negocio o buscar trabajo.

A su vez se presentan proyectos de vida, como el volver a migrar, varias personas expresan que su plan era pasar unos días con su familia, juntar el dinero y volver a emprender el viaje; personal del CONMIGRANTE y de la Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos expresan que la tasa de reincidencia migratoria es alta, en ocasiones el coyote se encuentra afuera de las instalaciones de la Dirección de Atención al Migrante con el fin de ofrecer el viaje una vez más.

Sin embargo, ese hecho no se puede ver de manera aislada es necesario destacar que los factores sociales se ven involucrados al tomar la decisión de migrar, por ejemplo, el 71.41% de las personas retornadas mencionó que migró por factores económicos, es decir que no es el mero “sueño americano”, sino que se trata de suplir las necesidades personales y de su grupo familiar que no han sido cubiertas por el Estado salvadoreño.

Solamente a la zona oriental del país le corresponde el 41.92% del total de la muestra tomada para la investigación lo cual refleja por un lado la falta de acceso a la educación de calidad, refleja desempleo y la necesidad de brindar una mejor calidad de vida a su familia; por lo cual aunque la ruta hacia Estados Unidos sea peligrosa se vuelve –realizable- ya que al retornar al país las condiciones materiales de vida de las personas que han vuelto y su familia no han mejorado; además las personas que ya han viajado se sienten familiarizados con la ruta, lo que les da cierto valor para aventurarse de nuevo.

Es por ello la importancia de una reestructuración a su proyecto de vida aunado a la potencialización de habilidades para la vida tales como el autoconocimiento, empatía, comunicación asertiva, relaciones interpersonales adecuadas, toma de decisiones, manejo de problemas y conflictos, pensamiento crítico, manejo de tensión y estrés, entre otras.

Esto con el fin de fortalecer sus cualidades personales que les permita desarrollar nuevos planes en su proyecto de vida, disminuir los efectos negativos de su retorno, por ejemplo, desinterés, desmotivación, desesperanza aprendida, estados de ánimos bajo, aislamiento, despersonalización, etc., y así encuentren el sentido a su propia vida y el placer de quedarse en su país de origen.

En suma, las personas retornadas presentan dificultades a nivel psicosocial; que de no tratarse psicológicamente podría desembocar como ya se mencionó en dificultades para adaptarse que se podrían traducir en inestabilidad emocional, depresión, ansiedad, estrés, realizar conductas peligrosas como el consumo de estupefacientes o psicotrópicos, ideación suicida, suicidio, dificultades para establecer relaciones interpersonales, desesperanza aprendida, etc.

Cabe mencionar que según los resultados cuantitativos arrojados por el estadístico diferencias de medias con muestras relacionadas, el cual corroboró que el retorno genera efectos en las personas en el ámbito psicológico, sin embargo, en cuanto al ámbito social no es posible corroborar estadísticamente dicha incidencia en el retorno, empero tomando en cuenta lo cualitativo, es decir lo observado por el equipo investigador y la realidad sociocultural salvadoreña se puede mencionar que las personas retornadas se ven afectadas a nivel social.

Debido a que los factores sociales que originaron la migración, por ejemplo, la pobreza, desempleo, falta de acceso a la educación, la desigualdad social, entre otros, siguen presentes en la actualidad y por tanto la afectación que experimentaban las personas se mantiene y además es posible que estos factores aumenten su nivel de afectación.

Además, al haber vivido varios años en Estados Unidos las personas han perdido su identidad como salvadoreños retomando características culturales de dicho país, por ejemplo, el lenguaje, utilizar vestimenta floja, gorras planas, tienen tatuajes en su cuerpo, etc., lo cual podría generar estigmatización por parte de la comunidad o incluso de sus familiares. Abonado a que el país que los ha repatriado (Estados Unidos) se ha encargado de recalcar que las personas a las que retorna han incumplido la ley, generando la idea de que son criminales.

Por lo tanto, se puede inferir que el proceso de retorno ya sea obligatorio o voluntario genera efectos en las personas migrantes retornadas, tanto en el ámbito psicológico como en lo social.

De acuerdo a todo lo expuesto anteriormente se derivó la necesidad de crear un programa que presente estrategias de intervención a las áreas exploradas: Cognitiva, emocional y conductual, además se proponen elementos de intervención dirigidas al área somática, social y autoestima, las cuales fueron exploradas de forma complementaria por lo cual son objeto de intervención con fines de prevención y fortalecimiento de los resultados esperados del programa.

La ejecución se realizará con el fin de que las y los salvadoreños retornados adquieran un amplio repertorio de herramientas psicológicas que les haga menos difícil el proceso de adaptación al entorno sociocultural y a su vez disminuir en calidad e intensidad los efectos negativos en relación al proceso del retorno.

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

- A nivel estadístico se corroboró que existe relación entre retorno obligatorio o voluntario al país y efectos psicológicos en las personas migrantes que han residido en Estados Unidos, sin embargo, tomando en cuenta la observación realizada por el equipo investigador y los factores sociales de la realidad nacional se considera que también existe afectación a nivel social.
- Se identificó que la mayoría de las personas salvadoreñas migran por razones económicas, es decir para brindar una mejor calidad de vida a sus familias; por tanto, al retornar ese factor social llámese falta de acceso a la educación, desempleo, pobreza, etc., se ve empeorado debido a las deudas asumidas para el viaje, por tanto, las condiciones materiales de vida al retornar no han cambiado o son peores, por lo que el riesgo de volver a migrar aumenta.
- El retorno genera efectos psicológicos en las personas retornadas al país; a nivel cognitivo existen ideas de no adaptación al entorno sociocultural salvadoreño, a nivel emocional se encontró ambivalencia y confusión de emociones, a nivel conductual se identificaron los planes que las personas tenían al momento de retornar, por un lado existe el deseo de intentar buscar empleo o iniciar algún emprendimiento en el país y por otro existe el deseo de volver a migrar o no se habían elaborado planes al momento del retorno.
- Debido a la afectación psicológica y social de las personas a raíz de su proceso de retorno es necesaria la intervención del Estado y otras instituciones que trabajan con población migrante para la implementación de un programa de atención psicológica, dirigido a minimizar las ideas de no adaptación al entorno salvadoreño, a

potencializar habilidades emocionales y sociales que permitan a las personas retornadas al país reforzar su proyecto de vida en El Salvador y así disminuir los riesgos de la migración reincidente e irregular.

5.2 Recomendaciones

A las instituciones que trabajan con el tema de migración y sobre todo con personas retornadas:

- Se recomienda la implementación del programa de atención psicológica: “Un nuevo comienzo”, por parte de profesionales de psicología, dentro de las distintas instituciones que trabajan con las y los retornados con la finalidad de reducir los efectos negativos que presentan a raíz de su proceso de retorno y así pueda facilitárseles su proceso de reinserción al entorno sociocultural.
- Se recomienda consultar el manual denominado “Manual de técnicas para la atención psicológica de salvadoreños retornados” con el fin de fortalecer los resultados del programa anteriormente mencionado, el cual se puede adquirir contactando con el equipo investigador.
- Realizar constantes jornadas de capacitación dirigidas al personal que trabaja con la población retornada para acrecentar las estrategias de recepción, atención y acompañamiento y, así mantener y fortalecer la atención que se brinda al migrante retornado.

A los futuros investigadores:

- Profundizar la investigación desde la óptica de la psicología clínica, sobre el fenómeno de la migración comprendido como un proceso multifactorial, para

generar un cuerpo teórico que permita comprender de mejor manera los efectos psicológicos que presentan las personas retornadas.

- Realizar investigaciones que permitan identificar y comprender cuáles son los efectos psicológicos y sociales que genera el proceso del retorno en los migrantes retornados y la prevalencia en el tiempo de los mismos.

Al Departamento de psicología:

- Promover la realización de investigaciones sobre temáticas que se presentan actualmente en la realidad nacional, como el fenómeno de la migración, el desplazamiento forzado, el suicidio y otros.
- Promover la constante actualización a nivel teórico y metodológico por parte del personal docente para fortalecer las funciones de asesoramiento en el proceso de investigación, promoviendo en los estudiantes el profesionalismo y principios éticos que demanda la profesión y la sociedad.

UN NUEVO COMIENZO

**“DIAGNÓSTICO Y PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA
PARA LAS PERSONAS MIGRANTES RETORNADAS A EL SALVADOR”**



ÍNDICE

7.1 Presentación	77
7.2 Justificación	79
7.3 Objetivos.....	80
7.3.1 Objetivo General	81
7.3.2 Objetivos Específicos	81
7.4 Metas	82
7.5 Fundamentación teórica.....	82
7.6 Diagnóstico	84
7.7 Perfil psicosocial de la persona retornada según muestra tomada.....	88
7.8 Metodología	89
7.9 Valores y principios	90
7.10 Ámbito de uso.....	91
7.11 Estructura y organización	91
7.12 Actividades	93
7.13 Recursos.....	94
7.14 Resultados esperados	94
7.15 Evaluación del programa	95
7.16 Protocolo de intervención psicológica	96
7.17 Elementos complementarios.....	104
7.18 Fuentes consultadas	106
7.19 Anexos y apéndices	110

7.1 Presentación

La migración entendida como un proceso de desplazamiento en el cual una persona o grupo de personas se mueven de un punto a otro genera efectos negativos de forma inmediata tanto en la persona que decide migrar como en las personas a su alrededor, principalmente familiares.

Además, a nivel micro y macro social se generan efectos a corto plazo como la desintegración familiar, sentimientos de abandono, ansiedad, depresión, etc.; a mediano plazo se generan alteraciones en las relaciones interpersonales en las personas que se van como en los que se quedan; y, a largo plazo pueden desarrollarse cuadros clínicos, como abuso de sustancias, conducta antisocial, etc. Estos efectos son abordados desde la psicología para comprender los efectos que la migración genera en las personas.

En los últimos años ha habido un aumento en el interés por investigar la migración desde la psicología, generando una mayor comprensión del fenómeno y estableciendo líneas de intervención. Por lo tanto, el presente programa denominado “Un nuevo comienzo” pretende ser un recurso para las instituciones que velan por el bienestar de la persona migrante y su familia, para que puedan brindarles estrategias psicológicas a las personas retornadas.

La migración entendida como un proceso dinámico tiene cuatro momentos importantes los cuales son: origen o salida, tránsito, destino y retorno. De acuerdo a lo anterior el programa está enfocado en el cuarto momento del proceso migratorio, siendo este el retorno, el cual también es comprendido como un proceso que abarca desde la detención en el país de destino, hasta el retorno en el país de origen, es por eso que el fin último del

programa es reducir los efectos psicológicos que puedan presentar las personas a raíz de ese proceso de retorno, facilitando así su reinserción al Estado salvadoreño.

El programa está estructurado por diecinueve apartados; el primero ofrece la descripción del contenido del programa, el segundo la justificación abordando los antecedentes, la necesidad que se espera solventar y el impacto social. El tercero se constituye por los objetivos que persigue el programa. El cuarto describe las metas a nivel cuantitativo que se esperan lograr al ejecutarlo. El quinto apartado está constituido por la fundación teórica, la cual brinda una explicación del modelo psicológico en el que se basa el programa. El sexto lo conforma el diagnóstico, el cual explica las dificultades encontradas a partir de la aplicación del cuestionario de evaluación dirigido a personas retornadas.

Luego se describe el perfil psicosocial de las personas retornadas. El octavo apartado explica la metodología del programa en el que se detallan los principios metodológicos y la modalidad en la que se deben desarrollar las actividades y técnicas de intervención. El noveno apartado aborda los valores y principios en los que deben basarse los/as facilitadores/as. Posteriormente, están las recomendaciones para el uso del programa.

Seguidamente se encuentra la estructura y organización ahí se detalla el número y frecuencia de sesiones, tamaño y tipo de grupo, criterios de inclusión y exclusión de participantes y funciones de los coordinadores. Luego se encuentran las actividades de promoción, organización y ejecución del programa. Posteriormente se brinda un listado de recursos a utilizar para el desarrollo del programa y además se muestran los resultados esperados que describe lo que se pretenden lograr.

Luego se presenta una propuesta para evaluar el programa de forma cuantitativa y cualitativa. Posteriormente se encuentra el protocolo de intervención donde se presentan las

sesiones a desarrollar y elementos complementarios sugeridos. Finalmente están las fuentes consultadas para realizar el programa y, anexos y apéndices en los que se detallan las actividades de cada sesión.

7.2 Justificación

En El Salvador el fenómeno migratorio se ha dado desde la mitad del siglo XX y desde entonces no ha cesado, las y los salvadoreños migran hacia diversas partes del mundo, sin embargo, hay una gran concentración de salvadoreño/as en Estados Unidos; migrar implica pasar cuatro momentos, los cuales son: Salida, tránsito, destino y retorno.

La salida es cuando la persona toma la decisión de migrar, cabe mencionar que la mayoría de la muestra que participó en esta investigación expuso que había migrado por razones de índole económica; el tránsito es el recorrido del país de origen al país de destino, en el cual las personas que viajan de manera irregular se exponen a una serie de peligros como abuso sexual, inanición, deshidratación, etc.; el destino es cuando la persona ha llegado al país elegido, ahí pasa por un proceso de adaptación y además puede ser víctima de xenofobia.

El último momento y en el que se enfoca esta investigación es el retorno, es decir, la persona ha sido repatriada a su país de origen debido a políticas migratorias, cuando la persona repatriada ha pasado mucho tiempo en el exterior la reinserción a su país se puede hacer más compleja.

Cada momento del proceso migratorio tiene impactos en la persona; en el retorno según la muestra tomada para esta investigación las personas experimentan ambivalencia

emocional, es decir simultáneamente experimentan la alegría de reunificarse con su familia pero a la vez tristeza porque tenían una vida establecida en Estados Unidos, incluso algunos deben dejar a sus hijo/as; en el área cognitiva tienen ideas negativas como el hecho de que no podrán adaptarse al país, en el área somática manifestaron tener dolores de cabeza, dolor de espalda, cuello y brazos, etc.

Es por tal necesidad que se crea el programa de atención psicológica “Un nuevo comienzo”, con el fin de no solo intervenir esas áreas afectadas y por ende disminuir la sintomatología que presentan las personas que retornan, sino también el programa se ha diseñado con el fin de prevenir algunas otras problemáticas que podrían derivarse del retorno como el alcoholismo, depresión, drogadicción, ideación suicida o incluso suicidio.

Asimismo, este programa es uno de los pioneros en el país en prevención e intervención psicológica para personas retornadas ya que por el momento no se cuenta con un programa de esta índole para trabajar con este tipo de población y se espera que de paso a la creación de otros programas relacionados con migrantes, por ejemplo: Programas de educación sexual para migrantes, programas que aborden a las familias de los migrantes, programas de intervención de ansiedad o estrés postraumático, programas que aborden problemas de pareja que surgen a raíz de la migración, entre otros.

En suma, la importancia de la creación del programa “Un nuevo comienzo” es variada ya que no sólo pretende facilitar el proceso de adaptación al ambiente sociocultural salvadoreño a las personas que retornan, sino también procura servir de base para futuras investigaciones en el tema migración en cualquiera de sus momentos.

7.3 Objetivos

7.3.1 Objetivo general:

- Brindar una serie de estrategias a las personas retornadas a través un programa psicoterapéutico para prevenir y reducir los efectos que presentan a raíz de su proceso de retorno, facilitando su reinserción al ambiente sociocultural.

7.3.2 Objetivos específicos:

- Facilitar la sustitución de pensamientos negativos que tienen las personas a raíz del retorno, mediante la ejecución de la reestructuración cognitiva y así mejorar su proceso de reinserción al país.
- Facilitar las herramientas necesarias para que se dé un proceso de gestión emocional a través de diversas técnicas que permita que los participantes aprendan a identificar, expresar y controlar todas las emociones que sienten a raíz de su proceso de retorno.
- Orientar el desarrollo de una serie de habilidades para la vida mediante la realización de diversas técnicas que les permita a las personas retornadas mejorar su gestión y desarrollo personal en armonía con los demás.
- Facilitar el aprendizaje de habilidades conductuales, mediante el desarrollo de estrategias de intervención para favorecer el proceso de adaptación de las personas retornadas.

- Fortalecer la autoestima de los participantes a través diferentes actividades y técnicas para que puedan verse a sí mismos como personas competentes frente a los desafíos que la vida les presenta.

7.4 Metas

- Lograr la participación y constancia del 75% de los/as integrantes del grupo terapéutico durante el desarrollo del programa de atención psicológica.
- Que el 75% de los/as participantes logren hacer una reestructuración de su forma de pensar.

- Que el 75% de los/as participantes desarrollen las habilidades que les facilite una adecuada gestión emocional.
- Que el 75% de los/as participantes desarrollen habilidades sociales para establecer adecuadas relaciones sociales.

- Que el 75% de los/as participantes establezcan patrones de conducta funcionales.
- Que el 75% de los/as participantes fortalezcan su autoestima para facilitar su reinserción social en su país de origen.

7.5 Fundamentación teórica

En la actualidad existen diversas teorías que sirven para tratar diferentes problemáticas, sin embargo, para cada una de ellas existe un modelo que se adecua más para su abordaje; este programa se fundamenta en el modelo de intervención cognitivo conductual debido a

que diversos autores han manifestado que es efectivo para problemáticas psicosociales como la migración; se mencionan algunos a continuación:

Acevedo y Romel (2014) mencionan que el enfoque cognitivo conductual es efectivo para la intervención de problemáticas psicosociales como la migración o desplazamiento, ya que estas generan consecuencias a nivel psicológico como crisis, ansiedad, alteraciones del comportamiento, entre otros, que pueden derivar en psicopatologías sobre las cuales se hace indispensable que el psicólogo clínico retome estas problemáticas y realice las intervenciones bajo los elementos teóricos prácticos, cognitivo conductuales que le permitan prevenir e intervenir estas problemáticas.

Asimismo, Botella, Baños y Perpiña (2003) refieren que dentro del abordaje a problemáticas psicosociales como migración o desplazamiento se puede hacer uso de las técnicas conductuales como: Entrenamiento en relajación, entrenamiento en solución de problemas, las técnicas de afrontamiento; dentro de las técnicas cognitivas se menciona el procesamiento emocional, la reestructuración cognitiva, identificación y detención de pensamiento.

Igualmente en la guía para la intervención psicológica con inmigrantes y refugiados elaborada en el año 2015 tras la crisis de refugiados sirios, por la Fundación Psicología sin Fronteras, el Colegio de Psicólogos de Madrid, la Universidad de Sevilla y la Clínica Universitaria de Psicología de la Universidad Complutense se hace referencia a que el abordaje psicológico mediante la terapia cognitivo conductual es la más adecuada para los problemas que presenta la población infanto-juvenil y adultos, mencionando técnicas como la reestructuración cognitiva, solución de problemas, psicoeducación, técnicas de relajación, modelado, autoinstrucciones, focalización emotiva, etc.

7.6 Diagnóstico

A continuación, se expone el diagnóstico en base a la investigación realizada, contemplando las principales problemáticas que presentan las personas retornadas, según las áreas exploradas, las cuales son: Área emocional, cognitiva, y conductual.

El área emocional se exploró con el objetivo de identificar los efectos a nivel afectivo-emocional que podrían presentar las personas a raíz del retorno. Se identifica que los retornados experimentan emociones agradables como la alegría y la esperanza, debido a regresar a su país y poder ver a sus familiares, sin embargo, retomando lo planteado por Gaborit et al (2012), estas emociones agradables pronto se ven sustituidas por emociones desagradables causadas por el desconocimiento y descontextualización de la realidad, esto podría generar un estado de depresión en los retornados.

Además, se observa que, en algunos casos las personas a partir del proceso de retorno experimentan ambivalencia emocional, puesto que coexisten emociones contrarias como tristeza - alegría, esperanza - fracaso, etc. En otros casos se refleja que las personas vivencian una mezcla de emociones y sentimientos como el enojo, ira, miedo, alegría, incertidumbre, decepción, frustración, tristeza, etc.; lo cual se relaciona con lo planteado por Achotegui (2005) quien expresaba que las personas en calidad de migrantes tienden a experimentar diversos sentimientos y emociones lo que les genera un estado de tensión. De lo anterior se infiere que los/as salvadoreños/as retornados presenten confusión emocional debido a que posiblemente no han desarrollado las habilidades emocionales que les permita comprender estos estados.

Es necesario mencionar que puede considerarse normal la vivencia de emociones diversas, debido al proceso complejo de transición que experimentan las personas

repatriadas, sin embargo en mayor o menor medida dependiendo de la individualidad de cada persona es probable que ese estado de confusión afectiva conlleve a dificultades como: Inestabilidad emocional, ansiedad, dificultad para relacionarse con amigos, familiares y personas en general, realizar conductas de riesgo como el consumo de alcohol o drogas, ideación suicida, suicidio, entre otras.

El área cognitiva se exploró con el fin de conocer las ideas que tienen las personas sobre su proceso de retorno y las incidencias del mismo en sus procesos cognitivos. Una de las principales ideas que presenta gran parte de la muestra es la constante preocupación, la cual se debe a dos motivos, el primero haber vivido algún evento negativo durante todo su proceso migratorio; y, el segundo, preocupación en cuanto a su futuro ahora que ha retornado al país.

Asimismo, al momento de retornar al país muchos salvadoreños y salvadoreñas expresan desconocer el país por los cambios sociodemográficos, esto ocurre principalmente cuando se ha vivido varios años fuera de las fronteras nacionales; por tanto, es probable que la percepción de la realidad salvadoreña se encuentre distorsionada, agregando una constante comparación con la realidad vivida en Estados Unidos.

Además, se identifica que las personas retornadas tienen la idea de que no les será posible su adaptación al país, la adaptación según Anaya (2010) se define como: “el proceso a través del cual un individuo o un grupo establece con su ambiente natural o social una condición de equilibrio o, por lo menos, de ausencia de conflictos” (p. 16). Probablemente las personas retornadas no se perciban con las posibilidades de adaptarse debido a desconocer el país o una interpretación errónea de la realidad.

Por lo cual, si gran parte de las personas retornadas consideran que no podrán adaptarse al entorno salvadoreño, sumado a que muchas de ellas han vivido por varios años en Estados Unidos con un estilo de vida diferente y además experimentan preocupación constante sobre su futuro en el país; si bien es cierto es normal el estrés causado por los cambios en sus vidas, pero también es posible que ese estado pueda contener errores cognitivos que de no ser reestructurados probablemente disminuyan sus posibilidades de adaptación exitosa al entorno sociocultural.

En el área conductual se buscó conocer la reacción comportamental de las personas ante su proceso de retorno; sin embargo, tomando en cuenta que al momento de realizar la exploración los miembros de la muestra tenían un retorno reciente, esta se realizó en base a la proyección que presenta los retornados y los resultados se enfocan principalmente en los planes que las personas tienen al momento de retornar al país y se expresan en dos sentidos.

Por un lado, una parte de la muestra ha pensado en planes a futuro tales como buscar empleo, emprender un negocio o estudiar, lo cual dicta la necesidad de potenciar habilidades que les ayuden a concretar dichos planes. Por el contrario, otra parte de la muestra no ha pensado qué hacer o no sabe qué hacer ahora que ha regresado al país, o tiene interés en volver a migrar.

En base a lo anterior se da la importancia de una reestructuración a su proyecto de vida aunado a la potencialización de habilidades para la vida tales como: autoconocimiento, empatía, comunicación asertiva, relaciones interpersonales, toma de decisiones, manejo de problemas y conflictos, pensamiento crítico y creativo, manejo de tensión y estrés, entre otras; esto con el fin que les permita desarrollar nuevos planes a futuro.

Los planes que presentan las personas representan su proyecto de vida, el cual se encuentra en proceso de reestructuración. Gaborit et al (2015) y otros autores señalan que las personas deciden migrar en la búsqueda de un proyecto de vida, no obstante, al retornar este se ve truncado y se presenta la necesidad de reestructurar uno nuevo, dentro de los cuales se presenta el seguir estudiando, emprender un negocio o buscar trabajo.

A su vez se presentan proyectos de vida, como el volver a migrar, varias personas expresan que su plan era pasar unos días con su familia, juntar el dinero y volver a emprender el viaje; personal del CONMIGRANTE y de la Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos expresan que la tasa de reincidencia es alta, en ocasiones el coyote se encuentra afuera de las instalaciones de la Dirección de Atención al Migrante con el fin de ofrecer el viaje una vez más.

Por lo anterior, la reestructuración de un proyecto de vida se hace necesario e indispensable para las personas retornadas, además de potencializar una serie de habilidades para la vida y así establecer un panorama favorable para la consecución de sus objetivos y disminuir los efectos negativos de su retorno, por ejemplo, desinterés, desmotivación, estados de ánimos bajo, aislamiento, despersonalización, etc.

En suma, las personas retornadas presentan dificultades en el área emocional, cognitiva y conductual; que de no tratarse psicológicamente podría desembocar como ya se mencionó en dificultades para adaptarse que se podrían traducir en inestabilidad emocional, depresión, ansiedad, estrés, realizar conductas peligrosas como el consumo de estupefacientes o psicotrópicos, ideación suicida, suicidio, dificultades para establecer relaciones interpersonales, desesperanza aprendida, etc.

De acuerdo a lo anterior se derivó la necesidad de crear un programa que presente estrategias de intervención a las tres áreas exploradas, además se proponen elementos de intervención dirigidas al área somática, social y autoestima, las cuales no fueron exploradas de forma directa sin embargo son objeto de intervención con fines de prevención y fortalecimiento de los resultados esperados del programa.

La ejecución se realizará con el fin de que las y los salvadoreños retornados adquieran un amplio repertorio de estrategias para una mejor adaptación al entorno sociocultural y reducir los efectos negativos a raíz del retorno.

7.7 Perfil psicosocial de la persona retornada de acuerdo a muestra tomada

La mayoría de los/as retornados/as son adultos, entre las edades de 18 a 40 años, solteros/as, de bajo nivel académico, siendo bachillerato el nivel máximo expresado por la muestra. Provenientes de zonas rurales, principalmente de los departamentos de San Miguel y Chalatenango, dedicándose actividades principalmente de agricultura y construcción.

Las personas al retornar experimentan emociones positivas como alegría, esperanza, satisfacción por regresar sanos y ver a sus familiares, sin embargo, presentan ambivalencia emocional, puesto que coexisten emociones contrarias como tristeza - alegría, esperanza – fracaso; en otros casos se refleja que las personas vivencian una mezcla de emociones y sentimientos como el enojo, miedo, alegría, incertidumbre, frustración, tristeza, etc., además de presentar dificultades para expresar estas emociones de forma asertiva.

La mayoría presenta una visión positiva de Estados Unidos, razón por la cual deciden migrar, no obstante, al momento de retornar presenta una constante preocupación, la cual se

debe a dos motivos, el primero haber vivido algún evento negativo durante todo su proceso migratorio; y, el segundo, preocupación en cuanto a su futuro ahora que ha retornado al país. Asimismo, se evidencia una constante comparación con la realidad salvadoreña con Estados Unidos e ideas negativas de no poder adaptarse de nuevo al país.

En la muestra no se identifican conductas de riesgo, sin embargo, se evidencia que muchos retornados/as y no poseen un proyecto de vida o en otros casos es necesaria su reestructuración. Al momento inmediato del retorno muestran habilidades para relacionarse con los demás, sin embargo, es muy probable que a mediano plazo se presenten dificultades en las relaciones interpersonales a raíz de los efectos negativos del retorno. Además, se identifican efectos a nivel físico como dolor de cuello, de espalda y de cabeza.

7.8 Metodología

El programa se rige bajo los siguientes principios metodológicos: Acción – reflexión, el cual se refiere a que los/as integrantes del grupo mantengan una participación activa y vivencial, que les lleve a la reflexión de cada actividad que se realice y así puedan poner en práctica sus conocimientos y lo apliquen a su realidad; actividades lúdicas y participativas enfocadas al desarrollo de actividades y técnicas de manera que faciliten la comprensión de las sesiones y a la vez creen un ambiente armónico entre los/as participantes favoreciendo la interacción social; interiorización con la finalidad de que los/as participantes se apropien de las estrategias brindadas por los/as terapeutas y así logren llevarlas a la práctica diaria.

En cuanto a las actividades y técnicas de intervención se realizará: Psicoeducación, retroalimentación, asignación de tareas y en general técnicas derivadas del modelo cognitivo conductual. Cabe mencionar que el programa cuenta con actividades y técnicas

tanto grupales como individuales, las cuales deben desarrollarse de manera participativa y vivencial.

7.9 Valores y principios

El lugar seleccionado para el desarrollo del programa de atención psicológica debe ser idóneo con las condiciones ambientales adecuadas que den comodidad, agrado y que garanticen la privacidad de los participantes; asimismo los/as facilitadores/as deben garantizar el secreto profesional, protegiendo con celo profesional la confidencialidad individual y grupal de toda información obtenida en el proceso terapéutico.

Se deberá informar a los/as participantes del grupo acerca de los límites del secreto profesional, asegurándole que sólo con su autorización se puede dar información a personas involucradas en su bienestar; excepto en casos que sea requerido por disposición legal. Además, se recomienda que los/as facilitadores/as muestren apertura y respeto a las creencias y valores de los/as participantes, tomando en cuenta que son personas que han estado inmersas en una cultura y estilo de vida diferente.

Al momento de la ejecución del programa se recomienda adaptar los contenidos y el lenguaje, considerando que cada grupo terapéutico es particular y tienen características diferentes, es por eso que el/la profesional de la psicología debe aplicar sus conocimientos con efectividad, eficiencia y eficacia, respetando la integridad de los participantes no importando estatus social al cual pertenezcan o lugar de donde procedan.

Por otro lado, es importante informar a los/as participantes sobre el proceso en general, los objetivos de cada una de las sesiones y los horarios de encuentros, respetando la

relación profesional entre facilitadores/as y participantes, evitando promover otro tipo de servicios que dañen la vida moral, económica o social de los/as integrantes del grupo terapéutico.

Finalmente se recomienda respetar la decisión de los/as participantes en caso de no desear involucrarse en el desarrollo de alguna actividad, ya que de acuerdo a la metodología a utilizar se fomenta el aprendizaje vicario, por lo tanto, la persona, aunque no participe, siempre aprenderá de los/as otros/as integrantes que conformen el grupo terapéutico.

7.10 Ámbito de uso

Se recomienda contar con un espacio físico amplio para desarrollar la diversidad de actividades, el cual esté libre de interrupciones, así como contar con todos los recursos materiales y didácticos para la realización de las diversas actividades, además de un amplio abanico de actividades grupales y lúdicas.

Lo ideal es que el programa sea implementado por profesionales de psicología, capacitados/as y conocedores/as del área, con habilidades afectivas, cognitivas y sociales para dirigir grupos terapéuticos, capaz de implementar el programa bajo un enfoque de derechos.

7.11 Estructura y organización

- Orientado a: Profesionales de psicología de las diversas instituciones que conforman CONMIGRANTES y otras instituciones que trabajan con migración, para que puedan ejecutarlo con personas retornadas que deseen integrarse a él.
 - Frecuencia y duración: La ejecución del programa está establecida para un período 3 meses, desarrollándose una jornada semanal.
-
- Número de sesiones: 13 sesiones; cada sesión tiene una duración aproximada de 120 minutos.
 - Tamaño del grupo: El grupo puede incluir hasta 20 personas (considerando posible deserción por el tipo de población).
 - Tipo de grupo: Cerrado.
-
- Características de los integrantes del grupo: Personas que hayan sido retornadas de cualquier país, que tengan una edad de 18 a 40 años y que además estén motivadas a adherirse a la terapia grupal.
 - Criterios de inclusión y exclusión de los participantes: Ser una persona retornada, ser mayores de edad y tener máximo 40 años; no podrán ser parte del programa las personas que no cumplan con el criterio de edad o que no sean migrantes retornados/as.
-
- Funciones de los/as coordinadores/as: Se recomienda que haya dos psicólogos/as a cargo del grupo, uno puede fungir como terapeuta y otro como coterapeuta. Las funciones del/la terapeuta será: definir los objetivos del grupo, escuchar activamente, orientar al grupo, ser observador/a, evaluador/a; facilitar la comunicación entre los miembros, crear un ambiente de confianza y empatía, servir de modelo para la realización de alguna actividad y guiar a la reflexión.

Por otro lado, las funciones del/la coterapeuta serían: apoyar a el/la terapeuta durante el desarrollo de la sesión, tomar notas, responder dudas cuando la terapeuta lo solicita, mantenerse observante al grupo, integrarse al grupo para mantener una actitud positiva y buen entusiasmo, moderar, motivar, ser dinámico y tener una escucha activa de lo que se diga en el grupo.

7.12 Actividades

Promoción: Primeramente, se informará a las personas retornadas que existe un programa de atención psicosocial creado por la Universidad de El Salvador, del cual pueden participar ya que está pensado y dirigido exclusivamente para las personas que retornan de cualquier parte del mundo al país. Para ello se sugiere entrega de trípticos informativos y pega de afiches en la organización, además de una explicación breve del programa en el área de recepción en el Centro de atención al Migrante ya que es el primer lugar al que llegan todas las personas retornadas.

Organización: Se sugiere que los/as facilitadores/as al momento de ejecutar el programa de atención psicológica, se presenten al lugar de sesiones con una hora de anticipación para preparar el lugar, adecuando sillas y mesas de acuerdo al número de participantes, así como para la ambientación del lugar de acuerdo al tema que se vaya a desarrollar.

Ejecución: El programa de atención psicológica se desarrollará cada vez que la institución lo considere conveniente, y cuente con los/as facilitadores/as idóneos para la ejecución del mismo. El programa contiene 12 sesiones en las que se desarrollarán técnicas y actividades con el objetivo de brindarle a los/as participantes herramientas psicológicas que les permita reducir los efectos psicológicos del proceso de retorno y que de esa manera les facilite su reinserción al Estado salvadoreño. Sin embargo, cabe aclarar que el programa

es flexible y cuenta con una diversidad de técnicas de intervención para que los/as terapeutas elijan cuales ejecutar de acuerdo a las características del grupo.

7.13 Recursos

Para desarrollar el programase requiere tanto de recursos humanos como materiales. Dentro de los recursos humanos se encuentran los/as participantes del programa, terapeuta y un coterapeuta; en cuanto a los recursos materiales se necesita mobiliario tales como: Sillas, mesa, ventilador, recursos didácticos como: Plumones, papel bond, lapiceros, papelógrafos, cinta adhesiva, etc.; material didáctico como: Carteles, pruebas psicológicas, instrumentos de evaluación, hojas de trabajo, videos, etc.; y equipos electrónicos para reproducir materiales audiovisuales.

7.14 Resultados esperados

- Que las personas participantes transformen ideas irracionales por pensamientos más favorables y adaptativos que contribuyan a su salud mental.
- Que los/as participantes aprendan técnicas de área cognitiva que les ayude a disminuir situaciones estresantes.

- Que las personas retornadas logren identificar y expresar adecuadamente sus emociones.
- Que las personas retornadas aprendan estrategias para gestionar adecuadamente sus emociones.

- Que las personas retornadas potencien sus habilidades sociales.

- Que las personas retornadas logren fortalecer su autoestima.
- Que las personas retornadas logren reforzar su autoconcepto.
- Que las personas retornadas puedan elaborar y/o reconstruir su proyecto de vida.
- Que las personas retornadas logren adaptarse de mejor manera al nuevo ambiente que los rodea.

7.15 Evaluación del programa

La evaluación del programa se realizará en dos vías, de manera cuantitativa y cualitativa. La cuantitativa se puede realizar a través de una serie de pruebas, para ello se sugieren algunas, sin embargo, el/la terapeuta responsable decidirá qué pruebas aplicar dependiendo de las características y necesidades de los integrantes del grupo terapéutico. Éstas pueden ser:

Escala de conductas objetivo (ver anexo 1) la cual sirve para que cada persona escriba las conductas que más le gustaría cambiar o mejorar en el proceso terapéutico, se puntúan del 0 al 10 según el grado de dificultad que les genera y la Trait Meta-Mood Scale (TMMS) – 24 (ver anexo 2). Las pruebas elegidas se deben aplicar de manera pre y post tratamiento para que al finalizar el programa se puedan identificar los cambios que las personas han tenido al comparar las puntuaciones iniciales con las finales.

La evaluación cualitativa se hará al final de cada sesión mediante preguntas a los/as participantes sobre el desempeño de los/as terapeutas, sobre las técnicas realizadas y los logros alcanzados; es decir se evaluará la metodología de la sesión, lo que permitirá de ser necesario, realizar los ajustes que sean pertinentes y beneficien al desarrollo de las sesiones y la comprensión de los contenidos.

**PROTOCOLO DE
INTERVENCIÓN
PSICOLÓGICA DIRIGIDO A
LAS Y LOS MIGRANTES
SALVADOREÑOS
RETORNADOS**

ESTRUCTURA DE SESIONES

Sesión 1 Encuadre grupal

Bienvenida

- Recepción de participantes
- Exploración de conocimientos previos
- Desmitificación del/la psicólogo/a

Actividad central

- Presentación del programa psicoterapéutico
- Aplicación de pruebas pretratamiento
- Establecimiento de normas de convivencia
- Firma de convenio terapéutico

Cierre

- Retroalimentación
- Asignación de tarea psicoterapéutica
- Despedida

Sesiones De la 2 – 11

Bienvenida

- Recepción de participantes
- Retroalimentación de la sesión anterior
- Revisión de tarea psicoterapéutica

Actividad central

- Psicoeducación

-
- Técnica central
 - Reflexión
 - Técnica de relajación

Cierre

- Evaluación de la sesión
- Asignación de tarea psicoterapéutica
- Retroalimentación de la sesión
- Despedida

Sesión 12

Prevención de recaídas

Bienvenida

- Recepción de participantes
- Retroalimentación de la sesión anterior
- Revisión de tarea psicoterapéutica

Actividad central

- Psicoeducación de prevención de recaídas
- Técnica central
- Aplicación de prueba postratamiento

Cierre

- Evaluación del programa psicoterapéutico
 - Reflexión
 - Despedida
-

Descripción del programa

Sesión 1 Encuadre grupal		
Objetivo psicoterapéutico	Intervención psicoterapéutica	Apéndice y anexo
Realizar la apertura del grupo psicoterapéutico con el fin de dar a conocer lineamientos generales de la ejecución y beneficios del mismo.	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica: “Explorando expectativas” • Exploración de conocimientos previos • Desmitificación del/la psicólogo/a • Aplicación de pruebas pretratamiento • Establecimiento de normas de convivencia • Firma de convenio terapéutico 	Apéndice 12 Apéndice 13 Apéndice 14 Anexo 2 y 3
Sesión 2 Modelo ABC		
Objetivo psicoterapéutico	Intervención psicoterapéutica	Apéndice
Lograr que los/as participantes identifiquen cómo influyen los pensamientos negativos en su estado emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica de integración: “La risa” • Psicoeducación • Modelo ABC (ejercicios) • Técnica de relajación: Respiración diafragmática • Asignación de tarea psicoterapéutica 	Apéndice 15 Apéndice 16 Apéndice 17 Apéndice 18 Apéndice 19 y 20

Sesión 3 Identificando y debatiendo ideas irracionales		
Objetivo psicoterapéutico	Intervención psicoterapéutica	Apéndice
Facilitar la modificación de los pensamientos disfuncionales mediante la identificación de ideas irracionales y debate racional.	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica de integración: “Las partes del cuerpo” • Psicoeducación • Técnica: Reestructuración cognitiva (debate racional) • Asignación de tarea psicoterapéutica 	<p>Apéndice 21</p> <p>Apéndice 22</p> <p>Apéndice 23 y 24</p> <p>Apéndice 25</p>
Sesión 4 Detención del pensamiento y alternativas de solución		
Objetivo psicoterapéutico	Intervención psicoterapéutica	Apéndice
Brindar estrategias que permitan interrumpir ideas irracionales, facilitando la búsqueda de pensamientos alternativos con el fin que estos contribuyan a mejorar el bienestar psicológico de cada participante.	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica de integración: “Las lanchas” • Psicoeducación • Técnica: Reestructuración cognitiva (Detención del pensamiento y búsqueda de pensamientos alternativos) • Asignación de tarea psicoterapéutica 	<p>Apéndice 26</p> <p>Apéndice 27</p> <p>Apéndice 28</p> <p>Apéndice 29</p>
Sesión 5 Identificar emociones		
Objetivo psicoterapéutico	Intervención psicoterapéutica	Apéndice
Facilitar el aprendizaje de estrategias para identificar	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica de integración: “Aire, tierra, agua” 	Apéndice 30

cuándo se está experimentando determinada emoción.	<ul style="list-style-type: none"> • Psicoeducación • Técnica: Identificación de emociones • Asignación de tarea psicoterapéutica 	<p>Apéndice 31</p> <p>Apéndice 32</p> <p>Apéndice 33</p>
Sesión 6		
Expresar emociones		
Objetivo psicoterapéutico	Intervención psicoterapéutica	Apéndice
Ventilar las diferentes emociones que puedan sentir a través del dibujo.	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica: “Globo de emociones” • Técnica: Ventilación emocional • Asignación de tarea psicoterapéutica: Diario de emociones 	<p>Apéndice 34</p> <p>Apéndice 35</p>
Sesión 7		
Habilidades sociales		
Objetivo psicoterapéutico	Intervención psicoterapéutica	Apéndice
Potencializar las habilidades sociales de los participantes mediante el aprendizaje de estrategias.	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica de integración: “¿Qué estamos haciendo?” • Psicoeducación • Técnica: Psicodrama • Asignación de tarea psicoterapéutica 	<p>Apéndice 36</p> <p>Apéndice 37</p> <p>Apéndice 38</p> <p>Apéndice 39</p>
Sesión 8		
Resiliencia		
Objetivo psicoterapéutico	Intervención psicoterapéutica	Apéndice
Brindar estrategias para el	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica: “Superando obstáculos” 	Apéndice 40

<p>fortalecimiento de la resiliencia en los/as participantes que les permita superar las dificultades diarias y lograr sus metas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Psicoeducación • Técnicas: Fábula de la catedral y, naves y meteoritos • Asignación de tarea psicoterapéutica 	<p>Apéndice 41</p> <p>Apéndice 42 y 43</p> <p>Apéndice 44</p>
<p>Sesión 9</p> <p>Entrenamiento asertivo</p>		
<p>Objetivo psicoterapéutico</p>	<p>Intervención psicoterapéutica</p>	<p>Apéndice</p>
<p>Orientar el proceso de aprendizaje de conductas asertivas, mediante la planificación y ejecución de estrategias conductuales para aumentar la asertividad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica de integración: “Bailando sobre el papel” • Psicoeducación • Técnica: Entrenamiento asertivo • Asignación de tarea psicoterapéutica: Según la jerarquía de situaciones elaborada en sesión, implementar estrategias para aumentar la asertividad en esas situaciones. 	<p>Apéndice 45</p> <p>Apéndice 46</p> <p>Apéndice 47</p>
<p>Sesión 10</p> <p>Fortalecimiento de autoestima</p>		
<p>Objetivo psicoterapéutico</p>	<p>Intervención psicoterapéutica</p>	<p>Apéndice</p>
<p>Identificar características positivas y negativas de su persona para que puedan sentirse fortalecidos por lo positivo que ya poseen y puedan mejorar lo que</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica de integración: “Papelazo” • Psicoeducación • Técnicas: Mi declaración de autoestima y mi inventario personal 	<p>Apéndice 48</p> <p>Apéndice 49</p> <p>Anexo 4 y apéndice 50</p>

deseen.	<ul style="list-style-type: none"> • Asignación de tarea psicoterapéutica 	Apéndice 51
Sesión 11 Proyecto de vida		
Objetivo psicoterapéutico	Intervención psicoterapéutica	Apéndice
Desarrollar una serie de actividades para la creación de un proyecto de vida.	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica: “El escudo” • Psicoeducación • Técnicas para proyecto de vida: FODA, metas y estrategias personales y, río de la vida • Asignación de tarea psicoterapéutica 	<p>Apéndice 52</p> <p>Apéndice 53</p> <p>Apéndice 54 y 55</p> <p>Apéndice 56</p>
Sesión 12 Convivencia familiar		
Objetivo psicoterapéutico	Intervención psicoterapéutica	Apéndice
Facilitar estrategias de convivencia que permita a los/as participantes conocer e integrarse a sus grupos familiares	<p>Dinámica: El dibujo grupal</p> <p>Psicoeducación</p> <p>Técnica: Planificación del tiempo libre.</p> <p>Asignación de tarea psicoterapéutica.</p>	<p>Apéndice 57</p> <p>Apéndice 58</p> <p>Apéndice 59</p> <p>Apéndice 60</p>
Sesión 12 Prevención de recaídas		
Objetivo psicoterapéutico	Intervención psicoterapéutica	Apéndice
Identificar posibles situaciones que supondrían una recaída en cada participante con el fin que	<ul style="list-style-type: none"> • Psicoeducación • Identificación de situaciones que impliquen 	<p>Apéndice 61</p> <p>Apéndice 62</p>

logren seleccionar las técnicas de afrontamiento de acuerdo a cada situación.	<p>posible recaída y selección de técnicas a emplear</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicación de prueba postratamiento • Despedida 	
---	---	--

7.17 Elementos complementarios

- **Atención en crisis:** Si se encuentran personas a las que sea necesario brindarle primeros auxilios psicológicos, se hará; para ello primero es indispensable identificarse con la persona a quien se le dará la atención, en la medida de lo posible es importante llevarla a un lugar tranquilo, animarle a la expresión del evento ocurrido y de sus emociones, sin embargo los momentos de silencio deben aceptarse, se debe ser empático y escuchar sin juzgar, además se debe ser paciente en el proceso de la intervención en crisis y respetar el ritmo de la persona. También es importante facilitar el enlace con otras entidades si es necesario, como la policía o llamar a sus familiares.
- **Atención psicológica individual:** La atención psicológica individual consiste en un elemento complementario al programa “un nuevo comienzo”, con el objetivo de apoyar a los casos que sea necesario; debido a la presencia de traumas, alteraciones del estado mental o dificultades psicológicas que no puedan intervenir mediante el proceso de atención grupal. Estos casos se identificarán a lo largo del desarrollo del programa y podrán ser referidos por el equipo terapéutico responsable o por solicitud propia del participante. La atención psicológica individual se brindará por

un profesional adecuado para el caso específico y se acompañará con el desarrollo de la atención grupal.

- **Acompañamiento familiar:** Se recomienda realizar una serie de sesiones con los familiares, con el objetivo de integrar al grupo familiar a la atención psicológica y lograr así mejores resultados. Bajo esta modalidad se buscará el acompañamiento de la familia para lograr los siguientes objetivos: Educar a los grupos familiares sobre el tema de la migración y el retorno; concientizar sobre las dificultades que experimentan las personas durante todo su proceso de migración; desarrollar habilidades de comunicación, intercambio de conductas gratificantes y resolución de conflictos dentro del grupo familiar; establecer estrategias de apoyo para el familiar que ha retornado. El acompañamiento familiar puede ser dirigido por el equipo terapéutico o ser derivado a un profesional de la psicología del área familiar.

7.18 Fuentes consultadas

Artículos científicos

Acevedo, A. y Romel Yañez, C. (2014). Propuesta de intervención clínica cognitivo-conductual para personas que enfrentan problemas psicosociales. *Tesis Psicológica*, vol. 9, (1), 156-171. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=139031679013>.

Achotegui, J. (2005). Estrés límite y salud mental: el síndrome del Inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises). *Revista Norte de salud mental de la Sociedad Española De Neuropsiquiatría*, 2005 Volumen V, N° 21. Pag 39-53. Recuperado de: https://www.aragon.es/estaticos/ImportFiles/19/docs/Areas/Inmigracion/Otras%20Jornadas/Jornadas%20Salud%20Mental%20e%20Inmigraci%C3%B3n/SINDROME_ULISES.pdf.

Informes: autor corporativo, autor gubernamental

Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid (2016). *Guía para la Intervención Psicológica con Inmigrantes y Refugiados*. Madrid, España. Recuperado de: https://www.ucm.es/data/cont/docs/315-2016-06-02-g.refugiados_PDF.pdf

Consejo Nacional para la Protección y Desarrollo de la Persona Migrante y su Familia. (2017). *Política Nacional para la Protección y Desarrollo de la Persona Migrante y*

su Familia. Recuperado de: <https://rree.gob.sv/wp-content/uploads/2018/04/Poli%CC%81tica-Nacional-para-la-Proteccio%CC%81n-y-Desarrollo-de-la-Persona-Migrante-Salvadoren%CC%83a-y-su-Familia.pdf>

Ilustre Colegio de Médicos de Madrid. (2009). *Desarrollo de la Personalidad Y Resiliencia*. Recuperado de: <http://historico.cpalsj.org/wp-content/uploads/2014/08/10CPM1T2-Medina-2009-Desarrollo-personalidad-y-resiliencia.pdf>

Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. NTP 667. (2008). La conducta asertiva como habilidad social. España. Recuperado de: http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/601a700/ntp_667.pdf

Libros

Asociación Española Contra El Cáncer. (2010). *Guía Las emociones. Comprenderlas para vivir mejor*. Madrid, España.

Caro, I. (1997). *Manual de psicoterapias cognitivas*. Barcelona. Paidós.

Minuchin, S., Fishman, H. *Técnicas de terapia familiar*. Ediciones Paidós.

Libros: On-line

Calderón Rodríguez, M. (2012). Aprendiendo sobre las emociones: manual de educación emocional. Costa Rica, San José. Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana
Recuperado de:
<http://www.fundacionpilares.org/modeloyambiente/docs/materiales/2016/Aprendiendo-Sobre-Las-Emociones.pdf>

Chóliz, M. (2005). Psicología de la emoción: el proceso emocional. España, Valencia: Facultad de Psicología Universidad de Valencia. Recuperado de:
<https://www.uv.es/=choliz/Proceso%20emocional.pdf>

Consuegra Ayala, N. (2010). *Diccionario de psicología*. Segunda edición. Bogotá, Colombia: Ecoe Ediciones. Recuperado de:
<http://elcachimbo.files.wordpress.com/2016/10/diccionario-de-psicologc3ada.pdf>

Gaborit, M., Zetino Duarte, D., Brioso, L. y Portillo, N. (2012). *La esperanza viaja sin visa: Jóvenes y migración indocumentada en El Salvador*. UNFPA-UCA, San Salvador. Recuperado de: http://elsalvador.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/esperanza_sin_visa_%2520%25282%2529.pdf

Vicente E. Caballo. *Manual de evaluación y entrenamiento de las Habilidades Sociales*. 1993. Siglo XXI. Recuperado de:
http://www.academia.edu/24963835/Vicente_E_Caballo._Manual_de_Evaluacion_y_Entrenamiento_de_Las_Habilidades_Sociales

Tesis:

Peralta, R. (2015). *Autopercepción de la imagen corporal y prácticas para corregirla o mantenerlas en adolescentes*. (Tesis de pregrado). Universidad nacional mayor de San Marcos, Lima, Perú.

ANEXOS Y APÉNDICES

Apéndice 12. Dinámica de integración, explorando expectativas

Nombre de la dinámica: “Explorando expectativas”

Objetivo: Fomentar un ambiente de confianza entre los/las integrantes del grupo terapéutico con el fin de conocer cuáles son las expectativas que cada uno presenta.

Tiempo: 20 minutos

Materiales: Equipo para poner música, papelógrafo y plumón.



Procedimiento:

1. Enumerar a los participantes en dos grupos, 1, 2, 1, 2, 1,2... cuando estos ya estén formados, todos los números 1 se colocarán uno detrás de otro formando una fila, mientras que los números 2, se ubicarán alrededor de los 1.
2. Empezará a sonar una canción (la que el/la facilitador/a considere conveniente); todos los números 2 deberán empezar a caminar alrededor de los 1, cuando esta deje de sonar, cada participante tendrá que hacer pareja con el que le quedo a la par, se pondrán frente a frente y el/la facilitador/a les expresará que deben presentarse compartiendo cuál es su nombre, como le agrada que le digan, que edad tiene y cuáles son sus expectativas al adherirse al grupo terapéutico. Para este intercambio se darán 5 minutos.
3. Luego el/la facilitador/a pedirá que de manera voluntaria pasen al menos tres parejas a socializar lo que le compartió su compañero/a.
4. Cuando los/as participantes comenten acerca de las expectativas, otro/a facilitador/a escribirá en un papelógrafo lo que digan los/as participantes.

Apéndice 13. Exploración de conocimientos previos



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



HOJA DE CONOCIMIENTOS PREVIOS

Nombre: _____

Indicaciones: Contesta las siguientes preguntas con el fin de conocer cuáles son los pre saberes que tienes acerca de la labor del psicólogo/a y de la terapia grupal. No hay respuestas buenas ni malas, simplemente son conocimientos previos que nos interesa saber para que sean tomados en cuenta al momento de la presentación del programa de atención psicológica.

1. ¿Qué sabes o qué has escuchado acerca de la labor del psicólogo?

2. ¿Alguna vez ya has asistido a terapia psicológica?

Sí _____ No _____

3. ¿Consideras que el psicólogo atiende a personas que tienen conductas anormales?

Sí _____ No _____ No sé _____

4. ¿Ir al psicólogo significa que eres muy débil?

Sí _____ No _____ No sé _____

5. ¿Consideras que los psicólogos les solucionan los problemas a las personas?

Sí _____ No _____ No sé _____

6. ¿Consideras que los psicólogos pueden medicar a sus consultantes?

Sí _____ No _____ No sé _____

7. ¿Alguna vez ya has estado en terapia grupal?

Sí _____ No _____

8. ¿Consideras que la terapia grupal es efectiva y te puede ayudar para poder vencer algunos obstáculos que te están afectando actualmente?

Sí _____ No _____ No sé _____

Apéndice 14. Desmitificación del psicólogo

Se aclararán las respuestas de las preguntas contenidas en la hoja de conocimientos previos y se pretende eliminar algunos mitos acerca de la labor del psicólogo/a. Se ampliará explicando la labor del psicólogo/a, retomado el siguiente análisis: El ser humano se mueve en diferentes áreas.

- Física o corporal: Abarca todo lo necesario para que la salud del individuo sea óptima, como la higiene, la nutrición y el ejercicio físico. Con ello se busca que el individuo conozca plenamente su cuerpo, su funcionamiento y el modo más eficiente para mantenerlo sano. Los orientadores en esta área son la/os médicos y nutricionistas.
- Mental: Abarca el hecho de comprender las diferentes formas de pensar y de ser y, tener la perspectiva de su propio proceso evolutivo. En esta área residen buena parte de los impulsos que llevan a la persona a actuar, por lo tanto, este aspecto no puede permanecer excluido del proceso educativo. Además, está sumamente relacionado con el área física, porque gozar de salud física es sinónimo de tener salud mental. El/la orientador/a en esta área es la/el psicólogo.
- Espiritual: Esta área incluye fomentar valores y virtudes universales tales como el amor, el respeto, la tolerancia y la paz, y otros que ayudan al establecimiento de una vida plena y armónica. La/os orientadores en esta área son pastores, sacerdotes, líderes religiosos, etc.

Posteriormente el/la facilitador/a explicará las áreas específicas donde puede desempeñarse un profesional de la psicología: Área clínica, escolar, laboral, comunitaria, etc. Finalmente explicará las modalidades, las cuales pueden ser: intervención a nivel individual, de pareja, familiar y grupal, enfatizando en esta última.

Nota: Se recomienda que el/la facilitadora se apoye en un cartelito y amplíe los contenidos para explicar las funciones específicas y las áreas en las cuales puede desempeñarse la/el psicólogo.

Anexo 2. Pruebas pre y post tratamiento

ESCALA DE CONDUCTAS OBJETIVOS

NOMBRE: _____ FECHA: _____

Indicación: Señale a continuación las conductas que más le gustaría cambiar o mejorar y que supondrían una mejora significativa en su vida. Añada que grado de dificultad (0 – 10) encuentra en cada una de ellas.

		GRADO DE DIFICULTAD 0 FACIL – 10 DIFICIL
CONDUCTA 1		
CONDUCTA 2		
CONDUCTA 3		

Anexo 3. Pruebas pre y post tratamiento

TMMS-24

INSTRUCCIONES: A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase e indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con una “X” la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas.

No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
Nada de acuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo	Completamente de acuerdo

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5

14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

Apéndice 15. Dinámica de integración, la risa

Nombre de la dinámica: “La risa”

Objetivo: Disminuir los niveles de estrés a través de la risoterapia para contribuir de esta manera a una vida más saludable.

Tiempo: 20 minutos

Materiales: Una moneda



Procedimiento:

1. El/la facilitador/a pedirá a los participantes que formen dos líneas con el mismo número de personas y que se colocan frente a frente.
2. Se le asignará a la primera línea el lado de una moneda ya sea “cara” o “corona”.
3. Posteriormente el/la facilitador/a lanzará una moneda y si cae “cara” esa línea deberá hacer gestos graciosos hasta lograr que los miembros de la línea contraria se rían.

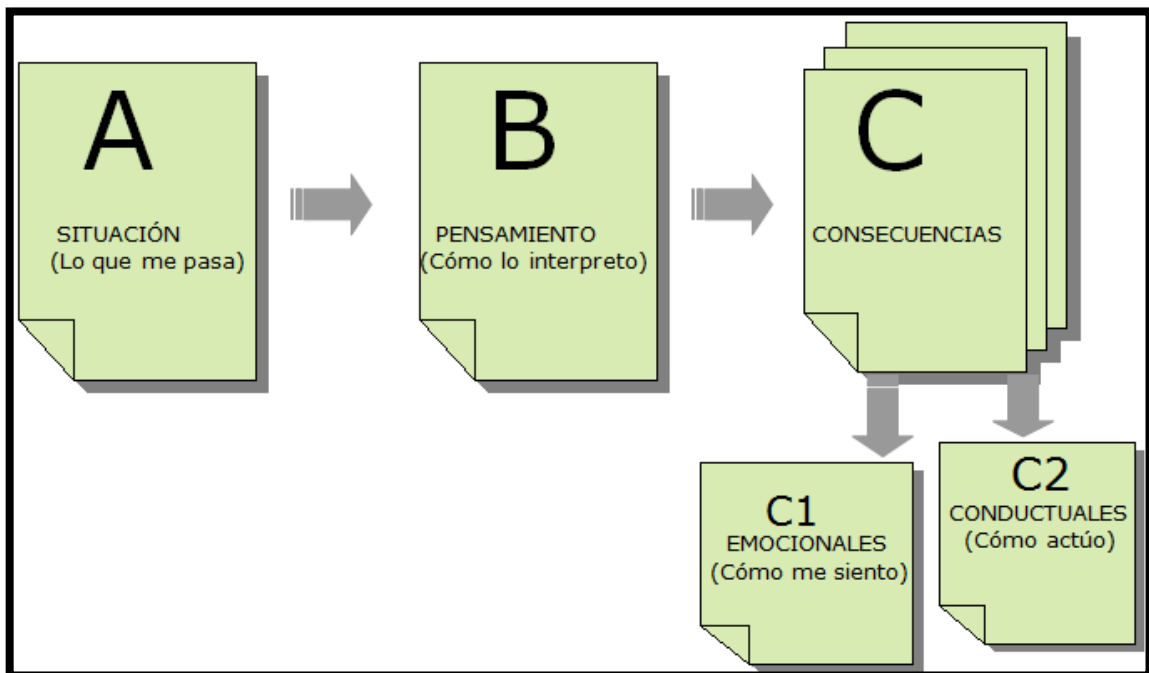
4. Luego de la participación de la primera fila se lanzará nuevamente la moneda para escoger quienes harán los gestos y quienes deben reírse. Se hará esta dinámica hasta lograr que todos los participantes se rían.

5. Finalmente se hará una reflexión sobre la importancia de la risa para liberar tensiones y disminuir el estrés.

Apéndice 16. Psicoeducación: Modelo ABC de Albert Ellis

El modelo ABC fue propuesto por el psicólogo y psiquiatra Albert Ellis, el cual sostiene que: "Las personas no se alteran por los hechos, sino por lo que piensan acerca de los hechos". Ellis resumió su teoría en lo que denominó el "ABC" recordando que "entre A y C siempre está B":

- "A" (por "ActivatingEvent") representa el acontecimiento activador, suceso o situación. Puede ser una situación o acontecimiento externo o un suceso interno (pensamiento, imagen, fantasía, conducta, sensación, emoción, etc.).
- "B" (por "BeliefSystem") representa en principio al sistema de creencias, pero puede considerarse que incluye todo el contenido del sistema cognitivo: pensamientos, recuerdos, imágenes, supuestos, inferencias, actitudes, atribuciones, normas, valores, esquemas, filosofía de vida, etc.
- "C" (por "Consequence") representa la consecuencia o reacción ante "A". Las "C" pueden ser de tipo emotivo (emociones), cognitivo (pensamientos) o conductual (acciones)



Apéndice 17. Modelo ABC

Nombre de la técnica: Modelo ABC

Objetivo: Lograr que los/as participantes identifiquen cómo influyen los pensamientos negativos en su estado emocional

Tiempo: 30 minutos

Materiales: Papelógrafos y plumón.

Procedimiento:

1. Se explica el significado de cada una de las letras del Modelo ABC, enfatizando en que nuestros estados emocionales no dependen de la situación particular que cada quien experimente, sino de la interpretación que cada persona hace de la situación.
2. Se entrega una hoja de trabajo a cada participante y se le solicita que aplique el modelo ABC a situaciones personales de la vida cotidiana.

3. El facilitador/a invita a los/as participantes a socializar una de sus experiencias personales escribiendo en un papelógrafo lo que desee compartir y explicando lo escrito.
4. Finalmente, el/la terapeuta hace una reflexión acerca de las experiencias compartidas por cada uno de los/as participantes.

Apéndice 18. Técnica de relajación: Respiración diafragmática

Cuando respiramos, sea como sea, trabajan varias zonas musculares, pero en la respiración diafragmática el “trabajo” o movimiento muscular se centra en la zona baja de los pulmones, en la zona diafragmática. El diafragma, al moverse, mueve el abdomen, y por eso también se habla de respiración abdominal.

La respiración diafragmática lleva gran cantidad de aire a la zona baja de los pulmones, que es la que tiene más capacidad (observa la ilustración), por ello garantiza una mejor ventilación, captación de oxígeno y limpieza de los pulmones con la exhalación.

Indicaciones principales:

- Coloca una mano sobre el pecho y la otra sobre el estómago. Respira como lo haces normalmente.
- Observa el movimiento de tus manos.
¿Se mueve una sola?, ¿las dos?, ¿cuál de ellas se mueve primero?
- Si la primera en moverse es la del pecho, estás respirando superficialmente. Es una respiración pectoral, que no limpia, oxigena, ni purifica adecuadamente.
- Si la mano que se mueve primero es la que tienes sobre el estómago, estás respirando adecuadamente. Es lo que se conoce como respiración diafragmática.
- Permite que el aire entre lentamente por la nariz. Haz una pequeña pausa y déjalo salir, aún más lentamente, también por la nariz.



- Es importante tomar en cuenta la postura. Cuando los hombros no están erguidos y rectos, se reduce el volumen de la caja torácica.
- Procura hacer la respiración anterior, varias veces al día y siempre que te encuentres en situaciones estresantes.

Apéndice 19. Autorregistro

AUTORREGISTRO DE MODELO ABC

Nombre: _____ **Fecha:** _____

Instrucciones: A continuación, se le pide que registre durante la semana la situación que le genere pensamientos negativos, escriba dicho pensamiento y la emoción que surge posteriormente.

Día	Hora	Situación	Pensamiento	Emoción

NOTA: El/la terapeuta encargado/a en la sesión deberá realizar un ejercicio de llenado del autorregistro a manera de ejemplo con los/as participantes, para que de esta forma se les facilite hacerlo en la semana.

Apéndice 20. Autorregistro

AUTORREGISTRO DE RESPIRACIÓN DIAFRAGMÁTICA

Nombre: _____ Fecha: _____

Instrucciones: a continuación, se le presenta un cuadro de autorregistro en donde usted deberá anotar la fecha y hora en que durante el día practique la técnica de respiración diafragmática, evaluándose el nivel de tensión antes y después de la técnica en una escala del 0 al 10, donde 0 es la ausencia de tensión y 10 es el grado máximo de tensión experimentado.

Día	Hora	Grado de tensión del 0-10 antes de la técnica de respiración	Grado de tensión del 0-10 después de la técnica de respiración

NOTA: El/la terapeuta encargado/a en la sesión deberá realizar un ejercicio de llenado del autorregistro a manera de ejemplo con los/as participantes, para que de esta forma se les facilite hacerlo en la semana.

Apéndice 21. Dinámica de integración, las partes del cuerpo

Nombre de la dinámica: “Las partes del cuerpo”

Objetivo: Establecer un clima de confianza entre participantes y facilitadores.

Tiempo: 15 minutos

Materiales: Equipo para reproducir música



Procedimiento:

1. Se formarán dos círculos (uno dentro del otro) con igual número de personas y se pedirá que se vean frente a frente; se escuchará una música de fondo (el/la terapeuta decidirá qué tipo de música es la más adecuada), cuando deje de sonar los/as participantes se pondrán frente a una persona, se presentarán con la mano y dirán que cosas les gusta hacer y qué cosas no.
2. Luego el/la facilitadora dará la señal para que se rueden los círculos cada uno en sentido contrario, de tal forma que le toque otra persona de frente, cuando la música deje de sonar les pedirá que se saluden dándose un abrazo y pregunte a la persona las mismas preguntas anteriores.
3. Posteriormente vuelven a girar y se saludaran con los pies, luego con los codos, etc.
4. Finalmente se hará una breve reflexión acerca de la importancia de conocer nuestros propios gustos y saber identificar y expresar las cosas que no nos agrada hacer.

Apéndice 22. Psicoeducación: Pensamientos, ideas irracionales y cómo debatirlas

Técnica de reestructuración cognitiva: Es una técnica psicológica, que tiene como objetivo identificar, analizar, y modificar las interpretaciones o los pensamientos erróneos que las personas experimentan en determinadas situaciones o que tienen sobre otras personas.

Pasos para desarrollar técnica de reestructuración cognitiva:

1. Identificar las ideas irracionales. (Estas pueden clasificarse en diversas distorsiones cognitivas)
2. Debatir las ideas irracionales
3. Detención del pensamiento
4. Buscar pensamientos alternativos
5. Elaborar autoinstrucciones



¿Qué son los pensamientos?

Lo que piensa una persona incide directamente en su estado emocional y en su conducta. Las personas están constantemente inmersas en un diálogo consigo mismas, aunque no siempre se den cuenta.

Una persona puede creer que no está pensando nada en una determinada situación, ya que los pensamientos han estado tan bien aprendidos que llegan a hacerse automáticos, tal como se experimenta cuando se maneja o automóvil o bicicleta; lo cual es, en general, positivo, sería imposible estar pendiente de los pensamientos; sin embargo, cuando inciden negativamente en la manera de sentir o actuar, es necesario identificarlos para poderlos modificar.

Los pensamientos se pueden clasificar en:

- Adaptativos: Son objetivos, realistas, facilitan la consecución de los propósitos y originan emociones adecuadas a la situación.
- Neutros: No interfieren ni inciden en las emociones ni en el comportamiento ante una situación.
- No adaptativos: Distorsionan la realidad dificultando la consecución de los objetivos y tienden a originar emociones no adecuadas a la situación.

Ideas irracionales

Las creencias irracionales están en lo más profundo de la conciencia. Forman parte de nuestros valores fundamentales y de nuestra identidad, son rígidas y poco realistas. Suelen contener ideas como:

- Acerca de nosotros mismos: Soy débil, soy una persona fracasada, ya no podré seguir adelante.
- Acerca de los demás: Las personas son malas, las personas pueden lastimarme.
- Acerca de la vida y del mundo: La vida es dura, siempre me va mal en la vida.

Diferencia entre pensamiento racional e idea irracional:

Los pensamientos y creencias son racionales cuando:

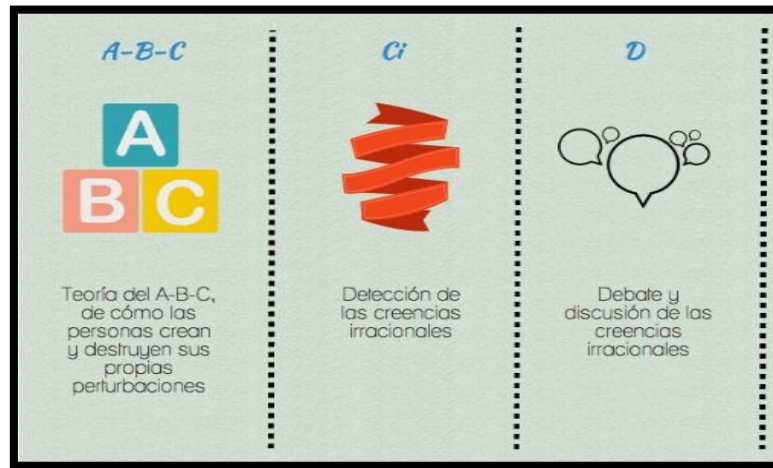
- Son lógicos y consistentes con la realidad (se apoyan en la experiencia, sin distorsionar ni exagerar).
- Son relativos (se expresan en términos de deseos y preferencias).
- Producen emociones moderadas, más fáciles de elaborar.
- Suelen ayudar y motivar a conseguir metas y objetivos.

Los pensamientos y creencias son irracionales cuando:

- Son ilógicos y no consistentes con la realidad (no se apoyan en la experiencia, distorsionan y exageran).
- Son inflexibles (expresados en términos de exigencias o necesidades muy urgentes).
- Producen emociones intensas, de las que se suele intentar escapar impulsivamente.
- No sirven para conseguir metas y objetivos.

Identificar las ideas irracionales no es fácil, por lo cual se recomienda que, antes, durante y después de situaciones que les resulten difíciles o cuando experimenten estados emocionales negativos se pregunten lo que están pensando en ese momento

Apéndice 23. Reestructuración cognitiva: Debate racional



Algunos tipos de preguntas que nos podemos hacer para debatir nuestros pensamientos son:

- ¿Tengo evidencias suficientes?
- ¿Qué datos confirman lo que estoy pensando?
- ¿Me hace falta información?
- ¿Me infravaloro?
- ¿Mi interpretación es parcial?
- ¿Exagero?
- ¿Me responsabilizo en exceso?
- ¿Me sirve de algo darle vueltas de manera improductiva?
- ¿Me ayuda el darle vueltas y más vueltas?
- ¿Cómo incide mi forma de pensar en mis relaciones sociales/familiares? ¿En mi trabajo? ¿En mi estado de ánimo?
- Me gustaría que las cosas fuesen de otra manera, pero... ¿Sería trascendente para mí?
- ¿Sería un contratiempo o sería una cosa realmente grave?
- ¿Sería una circunstancia desagradable o insuperable?
- ¿Me afectaría durante un periodo de tiempo (un mes, dos meses, un año) o durante toda mi vida?

- ¿Me podrían pasar cosas más graves? ¿Cuáles?

Apéndice 24. Hoja de trabajo para debate de pensamientos irracionales

DEBATIENDO MIS IDEAS IRRACIONALES

Nombre: _____ Fecha: _____

Indicaciones: Piense en aquellas situaciones que le generan malestar e identifique las ideas irracionales que se producen y anótelas en los espacios en blanco.

Situación	Ideas irracionales que se presentaron en el momento

Según lo visto en sesión, qué preguntas podría hacerse para debatir esas ideas irracionales:

-
-
-
-
-
-
-

Apéndice 25. Autorregistro

Identificando y debatiendo mis ideas irracionales

Nombre: _____ Fecha: _____

Indicación: A continuación, se le presenta un cuadro donde se le pide que identifique una situación, luego defina las ideas irracionales sobre esa situación y por último que registre las preguntas que utilizó para debatir sus ideas irracionales.

Fecha	Hora	Situación	Idea irracional	Preguntas utilizadas para debatir ideas irracionales

NOTA: El/la terapeuta encargado/a en la sesión deberá realizar un ejercicio de llenado del autorregistro a manera de ejemplo con los/as participantes, para que de esta forma se les facilite hacerlo en la semana.

Apéndice 26. Dinámica de integración, las lanchas

Nombre de la dinámica: “Las lanchas”

Objetivo: Fomentar un ambiente ameno para dar inicio a la sesión terapéutica.

Tiempo: 20 minutos

Materiales: Ninguno



Procedimiento:

- El/la Facilitador/a solicita a los/as participantes que se pongan de pie en el centro del salón de sesiones.
- Inicia contando la siguiente historia: “Estamos navegando en un enorme buque, pero de pronto una tormenta hunde el barco. Para salvarse, hay que subirse en unas lanchas salvavidas. Pero en cada lancha sólo pueden entrar (se dice un número) de personas”.
- El/la facilitador/a indica al grupo que tienen que formar círculos compuestos por el número exacto de personas que pueden entrar en cada lancha. Si tienen más o menos personas, se declara hundida la lancha.
- Luego el/la facilitador/a cambia el número de personas y así se prosigue hasta que lo considere conveniente.
- Finalmente, el/la terapeuta hace una reflexión preguntando a los/as participantes: ¿Cómo se sintieron uniéndose con diversas personas?, y enfatizará en la importancia de mantenerse unidos como grupo terapéutico.

Apéndice 27. Psicoeducación: Detención del pensamiento y búsqueda de pensamientos alternativos

¿En qué consiste la técnica?

Detención del pensamiento

1. Primero se debe determinar los pensamientos que se desean eliminar, para ello es importante reconocer las ideas recurrentes y que nos causan daño, lo cual se ha trabajado mediante los registros de ideas irracionales en sesiones y tareas anteriores.
2. El segundo paso es concentrar la atención en el pensamiento perturbador, para ello se puede buscar un lugar tranquilo e imaginar alguna situación donde suelen aparecer esas ideas irracionales, debemos dejar que esos pensamientos repetitivos aparezcan e inmediatamente interrumpirlos
3. El tercer paso es la interrupción y se puede hacer mediante sonidos como alguna alarma o aplausos y luego con frases o palabras como ¡BASTA!, ¡STOP!, etc., además nos podemos ayudar con elásticos en las muñecas.



4. Es importante que lo realicemos la mayor cantidad de veces que podamos y paulatinamente tendremos mayor control sobre esos pensamientos rumiantes.

Nota: Si el/la terapeuta ha identificado participantes en estado de vulnerabilidad, que hayan sido víctimas de violencia o con tendencia a auto lastimarse, se le sugiere que no recomiende la liga en la mano.

Búsqueda de pensamientos alternativos

Los pensamientos alternativos son las conclusiones de la reestructuración cognitiva. Una vez obtenidos se pueden utilizar como autoinstrucciones, es decir, aquello que una persona se dice a sí misma en el momento en que le invaden los pensamientos no adaptativos y que ayudará a ver la realidad de una forma más objetiva. Es muy importante tener claro que no se trata de engañarse, sino de ver las cosas de forma más realista posible para afrontarlas adecuadamente.

Preguntas que facilitan encontrar pensamientos alternativos:

- ¿Es esta la única manera posible de interpretar la realidad?
- ¿Hay otras maneras de hacerlo? ¿Cuáles?
- ¿Qué le diría a un amigo que tuviera estos tipos de pensamientos?
- ¿Qué me diría un amigo o un familiar? ¿Por qué?
- ¿Podría hacer alguna cosa más productiva para afrontarlo que darle vueltas al mismo tema una y otra vez? ¿Qué?
- ¿Qué probabilidades hay que estas formas sean las más adecuadas?
- ¿Tienen más probabilidades de ayudarme a conseguir mis objetivos que la forma inicial de plantearme la situación?
- ¿Tienen más probabilidades de conseguir mejorar mi estado de ánimo?
- ¿Tienen más probabilidades de incidir positivamente en mi manera de actuar?

Apéndice 28: Técnica reestructuración cognitiva: Detención de pensamientos y búsqueda de pensamientos alternativos

Nombre de la técnica: Reestructuración cognitiva

Objetivo: Brindar estrategias que permitan interrumpir ideas irracionales, facilitando la búsqueda de pensamientos alternativos con el fin que estos contribuyan a mejorar el bienestar psicológico de cada participante.

Tiempo: 40 minutos

Materiales: Ninguno.

Procedimiento:

- Se les indicará a los/as participantes que piensen en cosas negativas posterior al retorno, en los diferentes pensamientos o emociones negativas que surgen. El/la profesional dará las indicaciones: *Una vez identificados los pensamientos los verbalizarán en voz alta, por ejemplo: “Cuando me deportaron me sentí triste, frustrado, sin ganas de vivir, etc.”, así sucesivamente y se elegirá un estímulo que interrumpa esos pensamientos que será un aplauso acompañado con la palabra ¡BASTA!* A cada uno se le dará la oportunidad de expresarse, mientras que los demás harán el estímulo de detención del pensamiento.
- Luego se les pedirá que formen un círculo y 5 personas voluntarias para que pasen al centro (uno por uno) y expresen una idea irracional que sea de la vida cotidiana y que esté relacionada con el retorno, de acuerdo a lo que diga los/as demás participantes lanzarán una de las preguntas que se explicaron en la psicoeducación con el fin que la persona logre buscar pensamientos alternativos. Podrán utilizar las preguntas dadas en sesión u otras que ellos puedan elaborar.
- Finalmente se culminará la técnica con una reflexión, resaltando la importancia de detener los pensamientos negativos y procurar buscar los positivos. Se les explicará que para la aplicación personal ya en la vida cotidiana, en un inicio se recomienda apoyarse en algún estímulo como se explicaba en la psicoeducación, tales como: una alarma, una liga en la mano o ¡BASTA! en voz alta, pero se enfatizará que esto es un proceso que se aprende en la medida que se practica y que lo ideal es que la persona llegue a hacer la detención de pensamientos negativos a nivel mental. Asimismo, se hará énfasis en la importancia de procurar buscar pensamientos alternativos para combatir nuestras ideas irracionales.

Apéndice 29. Autorregistros

AUTORREGISTRO DE TÉCNICAS: DETENCIÓN DE PENSAMIENTOS Y BUSQUEDA DE PENSAMIENTOS ALTERNATIVOS

Nombre: _____ Fecha: _____

Indicación: Complete lo que se le pide de acuerdo a lo aprendido en sesión; puede utilizar las preguntas sugeridas en sesión o las que usted considere convenientes para la búsqueda de pensamientos alternativos

Fecha y situación o sucesos ocurridos		
Pensamientos negativos o ideas irracionales		
	Detención de pensamientos	Respuesta racional/ pensamientos alternativos

NOTA: El/la terapeuta encargado/a en la sesión deberá realizar un ejercicio de llenado del autorregistro a manera de ejemplo con los/as participantes, para que de esta forma se les facilite hacerlo en la semana.

Apéndice 30. Dinámica de integración, aire, tierra y agua

Nombre de la dinámica: “Aire, tierra, agua”

Objetivo: Favorecer un ambiente de confianza entre los participantes para dar inicio a la sesión terapéutica.

Tiempo: 15 minutos

Materiales: Pelota



Procedimiento:

1. Se formará un círculo, el terapeuta tendrá en sus manos una pelota, la lanzará y a la vez mencionará uno de los tres elementos: Aire, agua o tierra; no mencionará el nombre de la persona a quien se la lanzará por lo que todas y todos deben estar atentos.
2. La persona que reciba la pelota debe mencionar un animal que pertenezca al elemento que el terapeuta dijo, luego ésta la lanzará de nuevo diciendo un elemento y quien la reciba menciona un animal que corresponda al elemento y así sucesivamente. Ejemplo: Aire, águila. Tierra, perro. Agua, delfín.

Apéndice 31. Psicoeducación: Las emociones

Emoción: Es una reacción subjetiva al ambiente, un proceso complejo y multidimensional en el que intervienen tres tipos de respuestas: La parte cognitiva (subjetiva), conductual (expresiva) y fisiológica (adaptativa). La emoción tiene un tiempo corto de durabilidad.

Sentimientos: Son el resultado de las emociones. La palabra sentimiento viene del verbo “sentir” y se refiere a un estado de ánimo afectivo, por lo general de larga duración, que se presenta en el sujeto como producto de las emociones que le hace experimentar algo o alguien.

Emociones básicas y su función

Todas las emociones tienen alguna función que les confiere utilidad, hasta las más desagradables por lo cual son importantes y necesarias; hay tres tipos de funciones: Adaptativa, social y motivacional.

- La función adaptativa sirve para preparar al organismo y así ejecutar eficazmente una conducta exigida por las condiciones del ambiente, movilizand o toda la energía necesaria para su realización, por ejemplo, al ver un animal que nos provoca miedo la función adaptativa de dicha emoción nos prepara para correr o atacar.
- La función social, la expresión de las emociones facilita la interacción de las personas y permite predecir su comportamiento asociado a las mismas lo cual favorece a la relación interpersonal
- La función motivacional, permite la aparición de la conducta motivada mediante la fusión de dirección e intensidad. Así la emoción energiza a la conducta motivada y permite la consecución de metas.

Emociones básicas	Definición	Función
Miedo	Es la anticipación a una amenaza o peligro que provoca incertidumbre, ansiedad o inseguridad. Genera alarma en el individuo.	Protección
Tristeza	Emoción considerada como displacentera. Se produce ante situaciones de pérdida.	Reintegración
Alegría	Sensación de bienestar y seguridad, mejora los lazos sociales.	Reproducción
Aversión	Genera respuestas de escape o evitación ante situaciones desagradables o potencialmente dañinas a la salud.	Rechazo
Enojo	Es un proceso emocional complejo donde convergen dos componentes: Hostilidad-cognitivo y agresividad-	Destrucción

	conducta.	
Sorpresa	Se produce de manera inmediata ante una situación novedosa, que provoca asombro o sobresalto. Ayuda a orientar ante la nueva situación.	Exploración

Apéndice 32. Identificación de emociones

Nombre de la técnica: Identificación de emociones

Objetivo: Facilitar el fortalecimiento de habilidades de identificación de emociones propias y en los demás.

Tiempo: 40 minutos

Materiales: Espacio amplio, páginas de colores, lápices, lapiceros, plumones, etc.

Procedimiento:

1. Se Forman grupos de trabajo y se asigna una emoción a cada grupo, la cual se representa mediante la dramatización de una situación de la vida real.
2. Se reflexiona sobre las emociones expresadas en las dramatizaciones.
3. Se entrega a cada participante una hoja de trabajo que resulte atractiva y motive a trabajar, en dicha hoja se escriben las emociones básicas y las situaciones en las cuales sienten cada una de las emociones; por último, se escriben las situaciones en las que identifican en los demás cada una de las emociones.

Apéndice 33. Autorregistro

Registro de emociones

Nombre: _____ Fecha: _____

Indicación: Registre las emociones que siente diariamente, trate de identificar la causa y escríbala en la casilla correspondiente, asimismo indique cuánto tiempo sintió esa emoción.

Emoción	Causa	Duración

NOTA: El/la terapeuta encargado/a en la sesión deberá realizar un ejercicio de llenado del autorregistro a manera de ejemplo con los/as participantes, para que de esta forma se les facilite hacerlo en la semana.

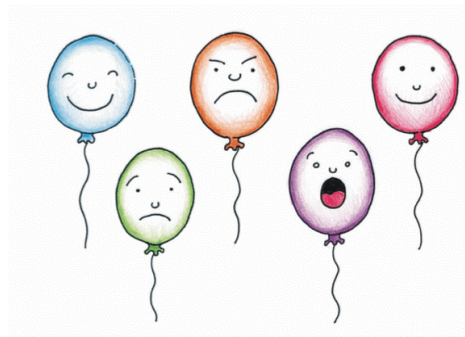
Apéndice 34. Dinámica de integración, globo de emociones

Nombre de la dinámica: “Globo de emociones”

Objetivo: Iniciar la sesión de forma reflexiva e introducir a la técnica central

Tiempo: 15 minutos

Materiales: Globos



Procedimiento:

1. Dar un globo a cada participante y pedirle que lo infle despacio.
2. Posteriormente se explicará que las emociones son como el aire que llena ese globo; si sigue entrando aire al globo éste explotará de igual manera si las personas no expresan sus emociones pueden enfermarse.

Apéndice 35. Ventilación emocional

Nombre de la técnica: Ventilación emocional

Objetivo: Desarrollar ejercicios prácticos que permitan la expresión de emociones.

Tiempo: 40 minutos

Materiales: Espacio amplio, páginas blancas, lápices, lapiceros, colores, tijera, crayolas, plumones, etc.

Procedimiento:

1. Se entrega a cada participante una hoja en blanco.
2. Se indica que piensen en un evento que los haya perturbado, que traten de recordarlo lo mejor que puedan.

3. Seguidamente se indica que, mediante un dibujo, expresen la emoción/sentimiento que les provoco el evento.
4. Se invita que voluntariamente expresen el dibujo y el significado del mismo.

Apéndice 36. Dinámica de integración, ¿qué estamos haciendo?

Nombre de la dinámica: ¿Qué estamos haciendo?

Objetivo: establecer un ambiente de confianza entre los participantes del grupo terapéutico

Tiempo: 15 minutos

Materiales: Ninguno



Procedimiento:

1. Dos equipos deberán alinearse a los dos extremos del salón. El Equipo A son los Mimos y el Equipo B son los Tigres.
2. El Equipo A decide secretamente qué actividad va a actuar. Caminan hacia el Equipo B, acercándose lo más que se atrevan y actúan.
3. El Equipo B trata de adivinar qué es lo que están actuando. Cuando lo adivinan, tratan de atrapar a los miembros del equipo A, antes de que puedan regresar a su base. Todos los que han sido tocados, se unen al grupo de los Tigres. Después del primer turno los equipos cambiarán de papeles.

Apéndice 37. Psicoeducación: Habilidades sociales

Las habilidades sociales son un conjunto de hábitos o estilos (que incluyen comportamientos, pensamientos y emociones), que nos permiten mejorar nuestras relaciones interpersonales, sentirnos bien, obtener lo que queremos y conseguir que los demás no nos impidan lograr nuestros objetivos.

También podemos definir las como la capacidad de relacionarnos con los demás en forma tal que consigamos un máximo de beneficios y un mínimo de consecuencias negativas, tanto a corto, como a largo plazo.

Las habilidades sociales tienen componentes verbales que está relacionado con la forma en como nos comunicamos a través del lenguaje hablado. Además, tienen un componente no verbal vinculado a la forma en que miramos, la expresión facial, el movimiento de las extremidades, la postura del cuerpo, los gestos, etc.

Apéndice 38. Psicodrama

Nombre de la técnica: Psicodrama.

Objetivo: Facilitar el aprendizaje de estrategias que permitan potencializar las habilidades sociales.

Tiempo: 40 minutos

Materiales: Espacio amplio, los necesarios para los dramas.

Procedimiento:

1. Se forman grupos de trabajo y se asigna una habilidad social.
2. Se indica que construyan una situación en la cual se evidencia en práctica la habilidad asignada, además de garantizar la participación de todos/as los/as integrantes.
3. Se reflexiona sobre las habilidades sociales evidenciadas, con base a la experiencia de cada participante en los dramas, se enfatiza en la importancia de reconocer con que habilidades sociales se cuenta y cuáles hay que potenciar para mejorar sus relaciones interpersonales.

Apéndice 39. Autorregistro

HABILIDADES SOCIALES

Nombre: _____ Fecha: _____

Indicación: Complete la siguiente tabla, en la primera casilla describa la situación en la que se encuentra, en la siguiente casilla la habilidad social que ha puesto en práctica y en la tercera casilla los resultados de la misma.

Situación	Habilidad social	Resultados

NOTA: El/la terapeuta encargado/a en la sesión deberá realizar un ejercicio de llenado del autorregistro a manera de ejemplo con los/as participantes, para que de esta forma se les facilite hacerlo en la semana.

Apéndice 40. Dinámica de integración, superando los obstáculos

Nombre de la dinámica: “Superando los obstáculos”

Objetivo: Iniciar la sesión de forma reflexiva e introducir a la técnica central

Tiempo: 20 minutos

Materiales: Ninguno



Procedimiento:

1. Se indica que formen parejas, una persona se ubicará en el extremo del salón, indicando que su meta personal se ubica en un punto del otro extremo del salón y para lograr su meta tendrá que llegar a dicho punto.
2. La otra persona tendrá que hacer todo lo posible por impedir que el primero llegue a su meta. Luego intercambiaran roles.
3. Se finaliza con una reflexión resaltando el hecho que, aunque existan dificultades todos pueden lograr sus metas y lo importante de no rendirse y no perder su esencia durante el recorrido.

Apéndice 41. Psicoeducación: Resiliencia

La resiliencia es la capacidad de una persona o grupo para seguir proyectándose en el futuro a pesar de acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves.

La resiliencia se sitúa en una corriente de psicología positiva y dinámica de fomento de la salud mental y parece una realidad confirmada por el testimonio de muchísimas personas que, aun habiendo vivido una situación traumática, han conseguido encajarla y seguir desarrollándose y viviendo, incluso, en un nivel superior, como si el trauma vivido y asumido hubiera desarrollado en ellos recursos latentes e insospechados. Aunque durante

mucho tiempo las respuestas de resiliencia han sido consideradas como inusuales e incluso patológicas por los expertos, la literatura científica actual demuestra de forma contundente que la resiliencia es una respuesta común y su aparición no indica patología, sino un ajuste saludable a la adversidad

Apéndice 42. Fábula de la catedral

Atribuida a Charles Péguy.

Yendo en dirección a Chartres, Péguy ve en un costado de la carretera a un hombre que parte piedras golpeándolas con un mazo. Su rostro expresa desdicha y sus gestos rabia. Péguy se detiene y pregunta: ¿Señor que hace?, "ya ve usted", le responde el hombre, "no he encontrado más que este oficio estúpido y doloroso".

Un poco más adelante, Péguy ve a otro hombre que también se dedica a partir piedras, pero su rostro está sereno y sus gestos son armoniosos. ¿Qué hace usted? señor, le pregunta Péguy. "Pues ya ve, me gano la vida gracias a este cansado oficio, pero cuento con la ventaja de estar al aire libre", le responde el hombre.

Algo más lejos, un tercer picapedrero aparece radiante de felicidad. Sonríe al demoler la masa pétreo y mira plazeramente las lascas de piedra. ¿Qué hace usted?; le interroga Péguy. ¿Yo?, responde el hombre, ¡construyo una catedral!".

Preguntas de reflexión

1. ¿Cuáles son las diferencias entre los personajes?
2. ¿Por qué creen que el tercer personaje estaba feliz?
3. ¿Con qué personaje se identifican?
4. ¿Cómo cuál personaje les gustaría actuar?
5. ¿Qué estrategias pondrían en práctica para actuar como el tercer personaje?

Apéndice 43. Naves y meteoritos

Nombre de la técnica: Naves y meteoritos.

Objetivo: Promover la importancia de desarrollar una personalidad resiliente, mediante la vivencia y reflexión de situaciones que demande resiliencia.

Tiempo: 40 minutos

Materiales: Espacio amplio, pañuelos, vendas, etc.

Procedimiento:

1. Se forman dos equipos, el primero serán las naves y el segundo los meteoritos.
2. Se indica que las naves deben ubicarse al extremo del salón e imaginar que sus objetivos están ubicados al otro extremo del salón por lo cual tendrán que trasladarse hacia ese sitio.
3. Las naves asignan un líder que los guiará ya que irán vendadas y no podrán hacer uso del lenguaje hablado, por lo tanto, tendrán que construir un lenguaje que sólo ellos entiendan, por ejemplo, sonidos de animales, aplausos, silbidos, etc.
4. El equipo de meteoritos se distribuye por todo el salón y se ubican en posiciones estratégicas para representar los obstáculos; se debe aclarar que los meteoritos no se pueden mover en ningún momento.
5. Una vez todos los meteoritos se hayan distribuido y las naves estén listas se inicia el recorrido, en caso que una nave choque con un meteorito tendrá que volver al punto de salida.
6. Cuando todas las naves han realizado el recorrido hasta la meta, los equipos cambiarán de roles es decir quiénes eran meteoritos pasarán a ser naves y viceversa.
7. Al finalizar esta segunda ronda se da paso a la reflexión.

Apéndice 44. Tarea terapéutica: Yo tengo, yo soy, yo puedo

Indicaciones: Escriba según se le solicita en cada casilla, en el apartado “yo tengo” puede indicar todo el apoyo externo con el que cuente; en la casilla “yo soy” ubique todo lo que considere que sea parte de su fuerza interior o intrapersonal; por último, en el apartado “yo puedo” coloque todas sus capacidades interpersonales o de resolución de conflictos que posea.

EL LENGUAJE DE LA RESILIENCIA

YO TENGO	Personas en que confío y amo.
YO SOY	Una persona por las que otros sienten aprecio y cariño.
YO ESTOY	Dispuesto a responsabilizarme de mis actos.
YO PUEDO	Hablar y encontrar formas de resolver los problemas.

YO TENGO, YO SOY, YO PUEDO

Yo tengo (apoyo externo)

Ejemplo: Personas en quien confiar

Yo soy / yo estoy (fuerza interior)

Ejemplo: Alguien que se propone y planea a futuro

Yo puedo (capacidades interpersonales y de resolución de conflictos)

Ejemplo: Realizar una tarea hasta finalizarla

NOTA: La o el terapeuta encargado en la sesión deberá realizar un ejercicio de llenado del autorregistro a manera de ejemplo con las y los participantes, para que de esta forma se les facilite hacerlo en la semana.

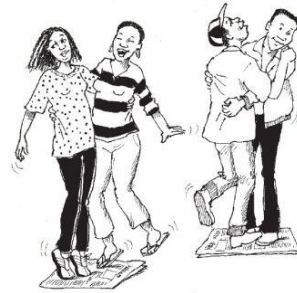
Apéndice 45. Dinámica de integración, bailando sobre el papel

Nombre de la dinámica: “Bailando sobre papel”

Objetivo: incentivar la integración y trabajo en equipo entre los miembros del grupo terapéutico

Tiempo: 20 minutos

Materiales: hojas de periódico o pedazos de tela



Procedimiento:

1. Los facilitadores preparan hojas de periódico o pedazos de tela del mismo tamaño. Los participantes se dividen en parejas.
2. A cada pareja se le da lo mismo, ya sea una hoja de periódico o un pedazo de tela. Las parejas bailan mientras el facilitador toca música o da palmadas con las manos. Cuando la música o las palmadas paran, cada pareja debe pararse en su hoja de periódico o en su pedazo de tela.
3. La próxima vez que la música o las palmadas paren, la pareja tiene que doblar por la mitad su papel o tela antes de pararse sobre ella.
4. Después de varios turnos, el papel o la tela se hacen muy pequeños porque han sido doblados una y otra vez. Es cada vez más difícil que dos personas se paren sobre el papel o la tela. Las parejas que tengan alguna parte de su en el suelo, quedan ‘fuera’ del juego. El juego continúa hasta que una pareja gane.

Apéndice 46. Psicoeducación: Asertividad

Se define asertividad como la habilidad personal que nos permite expresar sentimientos, opiniones y pensamientos, en el momento oportuno, de la forma adecuada y sin negar ni desconsiderar los derechos de los demás. Es decir, nos referimos a una forma para interactuar efectivamente en cualquier situación que permite a la persona ser directa,

honesto y expresivo. El principio de la asertividad es el respeto profundo del yo, sólo al sentir tal respeto, podemos respetar a los demás.

Apéndice 47. Entrenamiento asertivo

Nombre de la técnica: Entrenamiento asertivo

Objetivo: Facilitar la adquisición de estrategias conductuales para potencializar el desarrollo de la asertividad.

Tiempo: 30 minutos

Materiales: Páginas en blanco, lápices, lapiceros, etc.

Procedimiento:

1. Se entrega una hoja de trabajo que resulte atractiva y motive a trabajar y se indica que primeramente se escriben las situaciones en las cuales le es difícil ser asertivo, se recuerda que no hay límite en cuanto al número de situaciones.
2. El segundo paso consiste en hacer una jerarquía de esas situaciones y dejando en primer lugar la situación que menor dificultad le genera.
3. El tercer paso se deberá de proponer una serie de estrategias para aumentar la asertividad a la situación seleccionada.
4. Finalmente se deja el espacio para que los/as participantes compartan su experiencia.

Apéndice 48. Dinámica de integración, papelazo

Nombre de la dinámica: “Papelazo”

Objetivo: Generar un clima de armonía en el grupo y confianza en sí mismos.

Tiempo: 20 minutos

Materiales: Papel bond y plumón



Procedimiento:

1. A cada participante se le pegará un pedazo de papel en la espalda, se les dará un tiempo para caminar por el espacio y observar a los demás.
2. Luego les escribirán a las personas que tengan a su alrededor elogios o cualidades positivas que consideran que tienen.
3. Posteriormente cada uno leerá lo que le escribieron y expresará cómo se siente ante lo que los demás piensan o perciben de su persona

Apéndice 49. Psicoeducación: Autoestima

¿Qué es autoestima?, la autoestima es una valoración que se tiene de uno mismo, ya sea positiva o negativa y se va formando a través de un proceso de asimilación y reflexión mediante el cual se interiorizan las opiniones de la familia, amigos/as, profesores, en general del entorno social más cercano y significativo. También es la disposición de considerarse a sí mismo como una persona competente frente a los desafíos básicos que la vida presenta. Por tanto, la autoestima es el amor propio, pero también depende mucho de la construcción social.

La autoestima tiene diversos componentes, dentro ellos está el autoconcepto que comprende las creencias que tenemos acerca de nosotros mismos, es decir, aquellas ideas que creemos que nos definen, tomando en cuenta, por ejemplo, habilidades, capacidades, cualidades, imagen física, etc.

El autoconcepto es relativamente estable pero también puede cambiar dependiendo de nuestras experiencias; otro componente es la autoimagen o autopercepción que incluye las ideas que tenemos acerca de nuestra imagen física y corporal, cómo nos sentimos con nuestro propio cuerpo; asimismo la autorrealización es parte fundamental de la autoestima e incluye aquellos aspectos relacionados a la satisfacción que sentimos por el logro de los objetivos que nos hemos propuesto en nuestra vida, en otras palabras se relaciona con

nuestro proyecto de vida y su cumplimiento; por otra parte también incluye el autocuidado, que comprende las acciones que la propia persona realiza a favor de su salud emocional, física, psicológica y social, como parte de su amor propio.

¿Por qué es importante tener una autoestima saludable?, es importante debido a que la persona que la posee se siente bien consigo misma, se siente capaz, es productiva, tiene relaciones sociales saludables; además una autoestima saludable favorece el aprendizaje y ayuda a la autonomía personal

La autoestima es una valoración que se tiene de uno mismo, ya sea positiva o negativa y se va formando a través de un proceso de asimilación y reflexión mediante el cual se interiorizan las opiniones de la familia, amigos, profesores, en general del entorno social más cercano y significativo. Asimismo, es la disposición de considerarse a sí mismo como una persona competente frente a los desafíos básicos que la vida presenta. Por tanto, la autoestima es el amor propio, pero también depende mucho de la construcción social.

Además, es importante tener una autoestima saludable debido a que la persona que la posee se siente bien consigo misma, se siente capaz, es productiva, tiene relaciones sociales saludables; además una autoestima saludable favorece el aprendizaje y ayuda a la autonomía personal.

Anexo 4. Mi declaración de autoestima (Virginia Satir)

Yo soy yo.

En todo el mundo, no hay otra que sea igual que mí. Hay personas que tienen algunas partes semejantes a las mías, pero nadie es exactamente como yo. Por tanto, todo lo que provenga de mi es auténticamente mío, porque yo así lo he decidido.

Soy dueño/a de todo lo que hay en mí: mi cuerpo incluyendo todo lo que hace; mi mente, incluyendo todos sus pensamientos e ideas; mis ojos, incluyendo las imágenes que contemplan, mis sentimientos cualesquiera que sean: ira: alegría, frustración, amor,

desencanto, emoción, mi boca, y todas las palabras que salgan de ella: amables, dulces o ásperas, correctas o incorrectas; mi voz, fuerte o suave; y todos mis actos, ya sean dirigidos a otras personas o a mí mismo/a.

Soy dueño/a de mis fantasías, mis sueños, esperanzas y temores.

Soy dueño/a de todos mis triunfos y éxitos, de todos mis fracasos y errores.

Como soy dueño/a de todo lo que hay en mí, puedo conocerme íntimamente. Al hacerlo puedo amar y ser amistoso/a conmigo en todas mis partes. Así puedo hacer posible que todo mi ser trabaje en beneficio de mis intereses.

Reconozco que hay aspectos en mí que me intrigan, y que hay otros aspectos que desconozco. Pero mientras sea amistoso/a y amoroso/a conmigo, puedo buscar con valor y esperanza las soluciones a estas interrogantes y los medios para descubrir más sobre mí.

Como quiera que parezca y suene, cualquier cosa que diga y haga, y cualquier cosa que piense y sienta en un momento determinado, seré yo. Esto es auténtico y representa lo que soy en ese momento.

Cuando más tarde analicé como parecía y sonaba, lo que dije he hice, y como pensé y sentí algunas partes podrían parecer inadecuadas. Puedo desechar aquello que no sea adecuado, y conservar lo que, si lo sea, e inventar algo nuevo para lo que haya descartado.

Puedo ver, escuchar, sentir, pensar, decir y hacer. Tengo los medios para sobrevivir, para estar unida a las demás personas. Para ser productivo/a y encontrar sentido y orden en el mundo de las personas y cosas que están fuera de mí.

Me pertenezco y, por lo tanto, puedo construirme.

Yo soy yo y estoy bien.

Apéndice 50. Hoja de trabajo

“Mi inventario personal”

Indicación: Escriba la mayor cantidad de palabras o frases que le describan en cada una de las siguientes áreas.

Rasgos físicos	
Personalidad Cualidades personales Habilidades	
Capacidades Rendimiento	
Cómo creo que me perciben los demás	

Apéndice 51. Tarea psicoterapéutica

Registro de cualidades

Nombre: _____ Fecha: _____

Indicación: Cada día escribe una o más cualidades que poseas, date un elogio diario.

Yo soy...

Yo soy...

Yo soy...

Yo soy...

Yo soy...

NOTA: La o el terapeuta encargado en la sesión deberá realizar un ejercicio de llenado del autorregistro a manera de ejemplo con las y los participantes, para que de esta forma se les facilite hacerlo en la semana.

Apéndice 52. Dinámica de integración, el escudo

Nombre de la dinámica: “El escudo”

Objetivo: Favorecer un ambiente de confianza entre los/as participantes para dar inicio a la sesión terapéutica

Tiempo: 20 minutos

Materiales: Papelógrafos y plumón.



Procedimiento:

1. Se da a cada participante un papel en forma de escudo en donde va a escribir lo más resaltante de su personalidad, por ejemplo, la facilidad de establecer comunicación con los demás, la creatividad, la puntualidad, etc.
2. Luego lo pegarán en un cartel que simulará ser un escudo grande en blanco, el cual se llenará de los escudos pequeños de cada participante.
3. Finalmente, el/la facilitador/a procederá a leer las cualidades resaltantes de cada participante y reflexionará cómo se puede crear un escudo grupal.

Apéndice 53. Psicoeducación: Proyecto de vida

El proyecto de vida es un plan trazado, un esquema vital que encaja en el orden de prioridades, valores y expectativas de una persona que como dueña de su destino decide cómo quiere vivir, además de evitar el desperdicio de nuestro tiempo y de nuestras propias capacidades.

Metas personales: Son los deseos, fines, propósitos u objetivos que las personas se proponen para ser felices, dependiendo de lo que cada uno entienda por felicidad. Por ejemplo: Culminar mi profesión, establecer un hogar, lograr estabilidad económica.

Estrategia: Equivale a la planificación anticipada de las posibles acciones, que, en su conjunto, van a ayudar a cumplir los objetivos y por ende las metas. Todo esto, tomando en cuenta los recursos y medios disponibles, así como el análisis sobre la situación. Por ejemplo: Ser responsable en mis compromisos académicos, construir una relación de pareja con madurez emocional, cualificarme profesionalmente para optar a un puesto laboral adecuado.

Apéndice 54. FODA

Nombre de la técnica: FODA y, metas y estrategias personales

Objetivo: Promover la elaboración de un proyecto mediante el autoconocimiento e identificación de recursos.

Tiempo: 60 minutos

Materiales: Páginas en blanco, lápices, lapiceros, colores, crayolas, hojas de lectura etc.

Procedimiento:

1. Se indica que se realizará un FODA.
2. Se explica el significado de cada letra de la siguiente forma: F: Fortalezas, O: Oportunidades, D: Debilidades, A: Amenazas, haciendo hincapié en que las fortalezas y debilidades son internas (propias del sujeto) y las oportunidades y amenazas son externas. (externas al sujeto)
3. Luego de la explicación se entrega a cada participante un ejemplar de la hoja de trabajo del FODA.
4. Se indica que sean los más sinceros posibles al momento de realizar el ejercicio.
5. Luego de realizar el FODA, se explica la elaboración de las metas y estrategias personales.

6. Se entrega una segunda hoja a cada participante y se indica que deben de escribir sus metas personales y posteriormente las estrategias para conseguir esas metas.

Apéndice 55. El río de la vida

Se inicia explicando que este ejercicio se desarrollará en tres fases.

En la primera fase se le entrega a cada persona una hoja en blanco, lápices y colores y se indicarán que realicen el dibujo de un río de forma horizontal, se les brinda un tiempo prudente para la realización de esta fase.

En la segunda fase se retoma un cartel en el cual se haya dibujado un río y se dice que este río se está secando, se invita a que sugieran que elementos se deben de agregar para que el río vuelva a fluir, estos elementos pueden ser rocas, arena, vegetación dentro y fuera del agua, peces, animales, árboles, entre otros. Se indica que vayan agregando los elementos que mencionan a su propio dibujo.

En la tercera fase cuando el río este completo se menciona que metafóricamente representa su proyecto el cual al retornar al país se pudo haber visto truncado, debido a que posiblemente tenía un proyecto de vida en Estados Unidos (momento del río secándose), sin embargo, al agregar los elementos este río ha vuelto a fluir, se invita que escriban en cada elemento de su dibujo lo siguiente:

- Agua del río: Metas.
- Rocas: Fortalezas.
- Arena: Oportunidades.
- Peces: Estrategias.
- Vegetación dentro y fuera del agua: Visualización dentro de tres, cinco y diez años.
- Se indica que en algún momento el río se puede desbordar y que esto representa las debilidades y amenazas, por lo cual deberán agregar diques o barreras que representan las estrategias de superación.

Seguidamente se hace una reflexión sobre el proceso de elaboración del proyecto de vida, haciendo la relación entre todos los elementos del mismo, además se invitará a que compartan su proyecto de vida con los demás. Se finalizará indicando que guarden su dibujo en el cual podrán agregar más elementos a futuro.

Apéndice 56. Tarea para mis áreas de desarrollo

Indicación: Escribe un listado de estrategias para lograr las metas personales por cada una de tus áreas de desarrollo.

ESTRATEGIAS PERSONALES	
Área familiar:	
Área de pareja:	
Área social:	
Área laboral:	
Área académica:	
Área espiritual:	

NOTA: La o el terapeuta encargado en la sesión deberá realizar un ejercicio de llenado del autorregistro a manera de ejemplo con las y los participantes, para que de esta forma se les facilite hacerlo en la semana.

Apéndice 57. Dinámica de integración: El dibujo grupal

Nombre de la dinámica: El dibujo grupal.

Objetivo: Realizar una actividad de integración grupal, que facilite el cumplimiento de normas.

Tiempo: 10 minutos

Materiales: Páginas en blanco, lápices, lapiceros, colores, crayolas, hojas de lectura etc.

Procedimiento:

1. Se inicia colocando carteles en blanco en una pared o pizarrón, según el número de equipos de participantes.
2. A cada equipo se entrega un plumón y se indica que cada participante tiene 15 segundos para realizar un dibujo, terminado su tiempo regresa a la fila y entrega el plumón al siguiente participante.
3. Este segundo participante de igual forma tiene 15 segundos para seguir el dibujo que el anterior inicio y así sucesivamente hasta que todos/as hayan participado en el dibujo.
4. Se debe hacer énfasis en dos reglas: el tiempo de participación y que está prohibido comunicarse para planificar el dibujo. Finalmente se reflexiona sobre la espontaneidad al hacer una actividad grupal y la importancia de las reglas.

Apéndice 58. Psicoeducación: La familia

La familia, según la Declaración Universal de los Derechos Humanos, es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado.

Los lazos principales que definen una familia son de dos tipos: vínculos de afinidad derivados del establecimiento de un vínculo reconocido socialmente, como el matrimonio que, en algunas sociedades, sólo permite la unión entre dos personas mientras que en otras es posible la poligamia, y vínculos de consanguinidad, como la filiación entre padres e hijos o los lazos que se establecen entre los hermanos que descienden de un mismo padre. También puede diferenciarse la familia según el grado de parentesco entre sus miembros.

Tipos de familias:

- Familia nuclear, padres e hijos (si los hay); también se conoce como «círculo familiar»;
- Familia extensa, además de la familia nuclear, incluye a los abuelos, tíos, primos y otros parientes, sean consanguíneos o afines;
- Familia mono parental, en la que el hijo o hijos vive(n) sólo con uno de los padres;
- Familias de pas de deux: Son las familias que se componen de dos personas solamente.
- Familias acordeón: Son las familias en que uno de los progenitores permanece alejado por lapsos prolongados. Por ejemplo las familias en que uno de los cónyuges ha emigrado y vive fuera del país. Cuando uno de los cónyuges se ausenta, el que permanece en el lugar tiene que asumir funciones adicionales de cuidado de los niños, ejecutivas y de guía, pues de otro modo quedarían privados. Las funciones parentales se concentran en una sola persona durante una parte de cada ciclo. En estos casos es una cristalización posible la familia de un solo progenitor. El cónyuge que permanece en el hogar asume funciones adicionales a expensas de la colaboración entre los miembros de la pareja. Los niños pueden obrar en el sentido de promover la separación de los padres, y aun de cristalizarlos en los papeles de «padre bueno o madre mala, abandonadora» en una organización que tiende a expulsar al progenitor periférico.

Son fines de la familia, bajo este aspecto:

- Proporcionar a todos y a cada uno de sus miembros, seguridad en el campo afectivo.
- Preparar a sus integrantes para el desarrollo de procesos adaptativos.

- Crear hábitos cotidianos y de manejo conductual con responsabilidad.
- Manejar bajo esquemas adecuados las crisis, angustia y en general las emociones y frustraciones, a través del autocontrol.
- Dirigir el desarrollo personal hacia la independencia.
- Canalizar energías y manejar impulsos, la violencia y autoritarismo.
- Proteger a todos sus miembros y prepararlos para la independencia a través de la educación y el respeto.
- Creación de normas y límites de interacción entre los mismos miembros.
- Brindar elementos de sano esparcimiento.
- Brindar escenarios de relaciones saludables, fomentando la expresión de afecto, respeto y apoyo.

Apéndice 59. Planificación del tiempo libre.

Nombre de la técnica: Planificación del tiempo libre

Objetivo: Facilitar una serie de estrategias que faciliten la convivencia del grupo familiar, mejorando la aceptación de sus miembros.

Tiempo: 30 minutos

Materiales: Espacio amplio, páginas blancas, lápices, lapiceros, colores, tijera, crayolas, plumones, etc.

Procedimiento:

1. Se entrega a cada participante una hoja en blanco.
2. Se indica que piensen en su grupo familiar, evocando emociones y pensamientos que se presentan al convivir con ellos.
3. Seguidamente en la página en blanco deberán desarrollar el plan para una actividad de convivencia con su grupo familiar, se hace énfasis en que no necesariamente se debe hacer una inversión económica o salir de casa.
4. Se indica que esta planificación debe contener los siguientes elementos:

- Descripción general de la actividad.
 - Funciones o responsabilidades de cada miembro de la familia (Padres, hijos, abuelos, etc.)
 - Elementos necesarios. (Presupuesto, objetos, alimentos, etc.)
 - Reflexión final de la actividad.
5. Finalmente se invita a compartir y reflexionar sobre el producto de la actividad.

Apéndice 60. Autorregistro

Planificación del tiempo libre

Nombre: _____ **Fecha:** _____

Indicación: Complete la siguiente tabla, en la primera casilla describa la actividad realizada con su grupo familiar, en la siguiente casilla escriba las emociones y pensamientos que experimento y finalmente haga una reflexión de la misma. .

Actividad	Emociones y pensamientos	Reflexión

Apéndice 61. Psicoeducación: Prevención de recaídas

Paso 1. ¿Cómo reconocer?

En este se explicará que deben estar atentos a los síntomas, por ejemplo, deben prestar atención a cómo se sienten emocionalmente, si se sienten tristes, enojados, ansiosos, estresados, etc.; además se les preguntará a qué creen que le deben prestar atención.

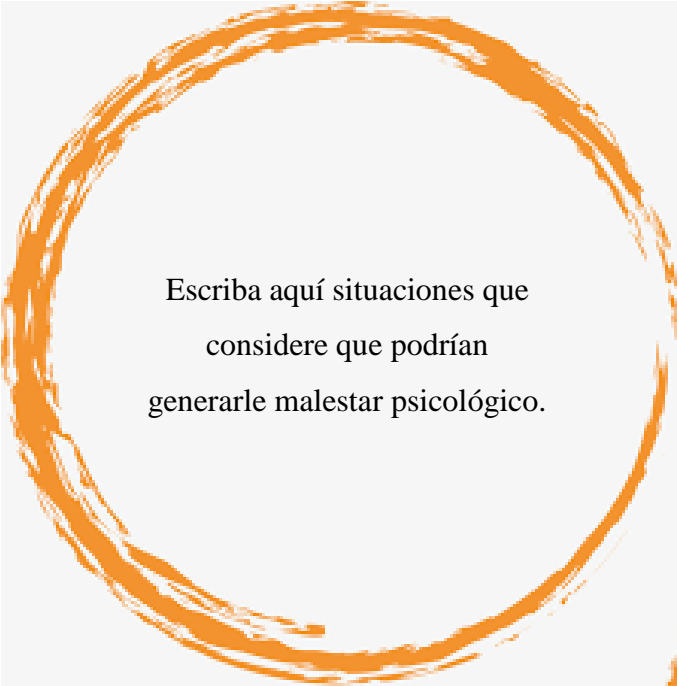
Paso 2. ¿Qué hacer?

En este paso se hará hincapié en la importancia de practicar las técnicas que se han dado a conocer en la terapia y que han aprendido. Continuando con el ejemplo anterior, podrían practicar técnicas de relajación, de expresión de emociones, el autocuidado, etc., de igual manera se preguntará que técnicas han aprendido en el proceso terapéutico que podrían poner en práctica en diversas situaciones.

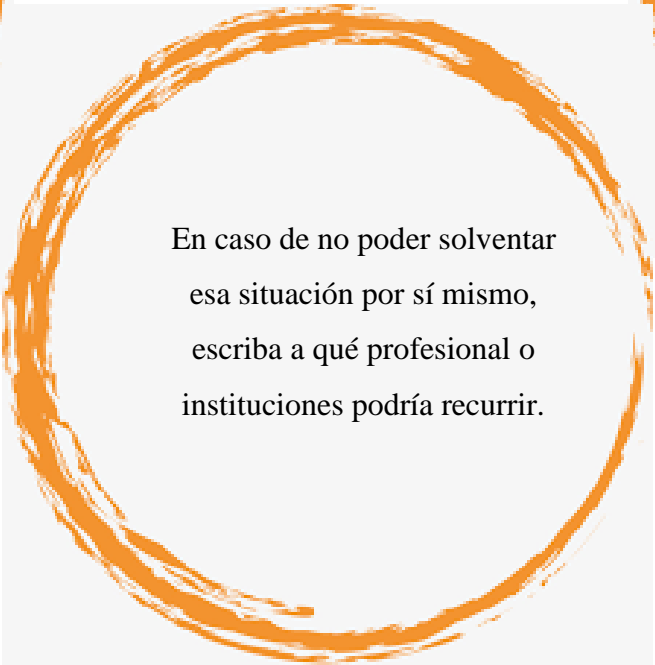
Paso 3. ¿Dónde buscar ayuda?

Aquí se explicará que si consideran que la problemática ya no la logran controlar con las técnicas que aprendieron en el proceso terapéutico, será importante que acudan a un centro de salud u hospital donde puedan recibir atención psicológica. Para ello el terapeuta llevará un listado de hospitales a los que puedan asistir.

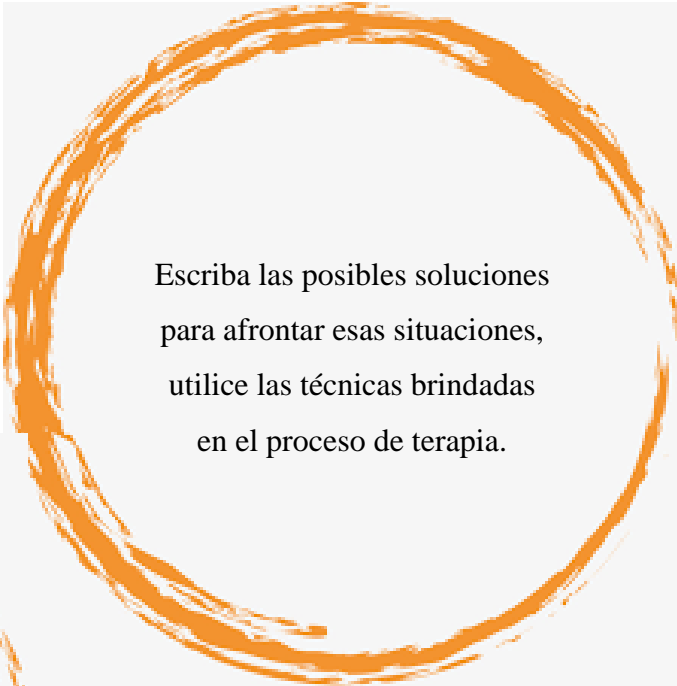
Apéndice 62. Protocolo para hoja de trabajo de prevención de recaídas



Escriba aquí situaciones que considere que podrían generarle malestar psicológico.



En caso de no poder solventar esa situación por sí mismo, escriba a qué profesional o instituciones podría recurrir.



Escriba las posibles soluciones para afrontar esas situaciones, utilice las técnicas brindadas en el proceso de terapia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Artículos científicos

Acevedo, A. y Romel Yañez, C. (2014). Propuesta de intervención clínica cognitivo-conductual para personas que enfrentan problemas psicosociales. *Tesis Psicológica*, vol. 9, (1), 156-171. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=139031679013>.

Achotegui, J. (2005). Estrés límite y salud mental: el síndrome del Inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises). *Revista Norte de salud mental de la Sociedad Española De Neuropsiquiatría*, 2005 Volumen V, Nº 21. Pag 39-53. Recuperado de: https://www.aragon.es/estaticos/ImportFiles/19/docs/Areas/Inmigracion/Otras%20Jornadas/Jornadas%20Salud%20Mental%20e%20Inmigraci%C3%B3n/SINDROME_ULISES.pdf.

Camacho, D. Y., Orozco, L. A., Ybarra, J. L. y Compeán, L. G. (2015) Paradigmas en Psicología Clínica: Perspectiva intrapsíquica e interpersonal de modelos de intervención psicológica apoyados en la evidencia. *Ciencia UAT*. 9(2): 59-67. Recuperado de: <http://www.scielo.org.mx/pdf/cuat/v9n2/2007-7858-cuat-9-02-00059.pdf>

Chevez, J. S. (2012). Los Efectos Psicológicos de la Migración Parental sobre la Autoestima de los Adolescentes en Zonas de Alta Tradición Migratoria. *Revista electrónica en Ciencias Sociales y Humanidades Apoyadas por Tecnologías*, 1(2),

71-126. Recuperado de:
<https://chat.iztacala.unam.mx/cshat/index.php/cshat/article/download/52/46/>

Colegio Oficial de Psicólogos (COP). *Psicología Clínica y de la Salud. Perfiles Profesionales del Psicólogo*. 22 – 53 España: recuperado de:
<http://www.cop.es/perfiles/contenido/clinica.pdf>.

Ríos Ruiz, A. A., (2011). *Migración y apertura comercial en el marco del tratado de libre comercio de América del Norte*. *Amicus Curiae*, 1(10), 1. Recuperado de:
<http://www.revistas.unam.mx/index.php/amicus/article/view/14592/0>

Informes: autor corporativo, autor gubernamental

Banco Central de Reserva de El Salvador. (2018). Las remesas familiares crecieron 8.9% a mayo del 2018. Recuperado de:
https://www.bcr.gob.sv/esp/index.php?option=com_k2&view=item&id=1171:las-remesas-familiares-crecieron-89-a-mayo-de-2018&Itemid=168&tmpl=component&print=1

Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid (2016). *Guía para la Intervención Psicológica con Inmigrantes y Refugiados*. Madrid, España. Recuperado de:
https://www.ucm.es/data/cont/docs/315-2016-06-02-g.refugiados_PDF.pdf

Consejo Nacional para la Protección y Desarrollo de la Persona Migrante y su Familia. (2017). Política Nacional para la Protección y Desarrollo de la Persona Migrante y su Familia. Recuperado de: <https://rree.gob.sv/wp-content/uploads/2018/04/Poli%CC%81tica-Nacional-para-la-Proteccio%CC%81n-y-Desarrollo-de-la-Persona-Migrante-Salvadoren%CC%83a-y-su-Familia.pdf>

Fiscalía General de la República. (2015) Boletín Estadístico Mensual de Homicidios. Recuperado de: <http://www.fiscalia.gob.sv/boletin-estadistico-mensual-de-homicidios-febrero-2015/>

Ministerio de Justicia y Seguridad Pública. (2017). Estadísticas de víctimas 2017. Recuperado de: <https://www.transparencia.gob.sv/institutions/mjsp/documents/estadisticas>

Organización Internacional para las Migraciones (OIM). (2006). *Glosario sobre migración*, Ginebra, Suiza: Recuperado de: http://publications.iom.int/bookstore/free/iml_7_sp.pdf

Organización Internacional para las Migraciones (OIM). (2018). *Guía para la Atención Psicosocial a Personas Migrantes en Mesoamérica*. San José, Costa Rica: Organización Internacional para las Migraciones. Recuperado de: <https://publications.iom.int/es/books/guia-para-la-atencion-psicosocial-personas-migrantes-en-mesoamerica&ved>

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (2005). *Informe sobre el Desarrollo Humano 2005: Una mirada al nuevo nosotros, el impacto de las migraciones*. El

Salvador, San Salvador. Albacrome S.A. de C.V. Recuperado de:
http://www.undp.org/content/dam/el_salvador/docs/vihsida/IDH%20ES%202005%20Una%20mirada%20al%20nuevo%20nosotros.%20El%20impacto%20de%20las%20migraciones.pdf

Universidad Centroamericana “José Simeón Cañas”, (2012). *Jóvenes y Migración*. San Salvador, El Salvador: Talleres Gráficos UCA. Recuperado de:
https://elsalvador.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/jovenes_migracion.pdf

Libros

Fernández Ballesteros, R. (2013). 2ª. *Evaluación psicológica conceptos, métodos y estudio de casos*. Madrid, España: Pirámide.

Libros: On-line

Beristain, C. A. (2012). *Atención psicosocial en las violaciones de derechos humanos*. Colombia. Recuperado de: <http://www.psicosocial.net/grupo-accion-comunitaria/centro-de-documentacion-gac/trabajo-psicosocial-y-comunitario/herramientas-investigacion-accion-participante/833-acompanar-los-procesos-con-las-victimas/file>

Bernstein, A. D. y Nietzel, M.T. (1982). *Introducción a la Psicología Clínica*, sexta edición. México DF, México: McGRAW-HILL. Recuperado de:
http://www.academia.edu/29602110/Introduccion_a_la_Psicologia_Clinica.pdf.

Consuegra Ayala, N. (2010). *Diccionario de psicología*. Segunda edición. Bogotá, Colombia: Ecoe Ediciones. Recuperado de: <http://elcachimbo.files.wordpress.com/2016/10/diccionario-de-psicologc3ada.pdf>

Gaborit, M., Zetino Duarte, D., Brioso, L. y Portillo, N. (2012). *La esperanza viaja sin visa: Jóvenes y migración indocumentada en El Salvador*. UNFPA-UCA, San Salvador. Recuperado de: http://elsalvador.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/esperanza_sin_visa_%2520%25282%2529.pdf

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M., (2014) *Metodología de la investigación*, sexta edición. México D.F., México. McGRAW-HILL. Recuperado de: http://trabajosocialludocpno.files.wordpress.com/2017/07/metodologc3a3b3n_-sampieri-_6ta_edicion1.pdf

López, A. B. (2008). *La intervención psicológica: características y modelos*. Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos. Facultad de Psicología, Universidad de Barcelona, España. Recuperado de: <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/4963/1/IPCS%2520caracter%25C3%25ADsticasy%2520modelos.pdf>

López, P. y Facheli, S. (2015). *Metodología de la Investigación Social Cuantitativa*, Barcelona, España. Recuperado de: http://www.ddd.uasb.cat/pub/caplli/2016/163567/metinvscua_a2016_cap2-3.pdf

Melero, L. (2010). *La persona más allá de la migración, manual de intervención psicosocial con personas migrantes*. Valencia, España: editorial Tirant lo Blanch.

Recuperado de: <http://www.psicosocial.net/grupo-accion-comunitaria/centro-de-documentacion-gac/diversidad-cultural/inmigracion/617-la-persona-mas-alla-de-la-migracion&ved>

Periódico: On-line

Brooks, Darío. (22 de febrero de 2017). *5 preguntas sobre cómo es el proceso de deportación para un inmigrante en Estados Unidos*. *BBC News Mundo*. Recuperado de <https://www.bbc.com/mundo/noticias-internacional-38863231>

Monge, Saúl. (30 de enero de 2017). Howard Cotto destaca reducción de homicidios y otros delitos. *VERDADDIGITAL.com*. Recuperado de: <https://www.verdaddigital.com/index.php/nacional/15004-15004>

Santos, Fernanda. (22 de febrero del 2017). *El largo y sinuoso camino de la detención a la deportación en estados Unidos*. *The New York Times*. Recuperado de: <https://www.nytimes.com/es/2017/02/22/el-largo-y-sinuoso-camino-de-la-detencion-a-la-deportacion-de-estados-unidos/>

Tesis:

Ajcot, S. (2012). *Emociones prevalentes: Ansiedad y depresión de migrantes guatemaltecos retornados forzados vía aérea desde Estados Unidos, durante el mes de febrero 2012* (tesis de grado). Universidad de San Carlos de Guatemala, Guatemala.

Cordón, M. (2015). *Efectos psicosociales de la deportación: estudio de caso de dos migrantes guatemaltecos* (tesis de grado). Universidad Rafael Landívar, Guatemala.

Pasarelli, M. (2014). *Dificultades que afrontan los guatemaltecos retornados forzados de Estados Unidos de Norteamérica, para adaptarse a su nuevo contexto sociocultural*. (Tesis de grado) Universidad Rafael Landívar. Guatemala.
Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/42/Passarelli-Maria.pdf>

ANEXOS

Índice de anexos y apéndices

		N° pág.
Anexo 1	Guía de observación.....	171
Apéndice 1	Ficha técnica de cuestionario.....	173
Apéndice 2	Cuestionario dirigido a personas retornadas.....	175
Apéndice 3	Tabla de validación del instrumento.....	180
Apéndice 4	Cartas de solicitud de validación.....	182
Apéndice 5	Cartas de validación de instrumento.....	187
Apéndice 6	Informe de validación de instrumento.....	192
Apéndice 7	Cartas de solicitud de validación del programa...	196
Apéndice 8	Cartas de validación del programa.....	202
Apéndice 9	Tabla de validación del programa.....	208
Apéndice 10	Informe de validación del programa.....	209
Apéndice 11	Vaciado general de datos.....	213

ANEXO 1

GUIA DE OBSERVACIÓN

Observación N^o ____

Objetivo: Observar y registrar diferentes comportamientos que presenta la persona retornada durante la aplicación del instrumento de evaluación.

Datos generales:

Nombre: _____ Sexo: _____

Edad: _____

Profesión u ocupación: _____ Nivel académico: _____

Estado civil: _____ Periodo de observación: _____

APARIENCIA FISICA				
No	ASPECTOS A OBSERVAR	MUCHO	POCO	NADA
1	Vestimenta limpia y en buen estado			
2	Cabello ordenado y limpio			
3	Piel limpia			
4	Rostro maquillado			
5	Rostro limpio			
	Otros:			
EXPRESION FACIAL				
No	ASPECTO A OBSERVAR	MUCHO	POCO	NADA
1	Se sonroja			
2	Humedad en los ojos			
3	Llora			
4	Sonríe			
5	Tics			
6	Movimiento ocular			
	Otros:			
MOVIMIENTO CORPORAL				
No	ASPECTO A OBSERVAR	MUCHO	POCO	NADA
1	Mueve las manos			
2	Mueve los pies			
3	Mueve todo el cuerpo			
4	Toma objetos del entorno			
5	Tics			
6	Tiene dificultad para comunicarse utilizando gestos o mímicas			
7	Problemas de equilibrio			
	Otros			

EMOCIONES				
NO	ASPECTO A OBSERVAR	MUCHO	POCO	NADA
1	Alegre			
2	Enojado			
3	Triste			
4	Serio			
5	Preocupado			
6	Fluctuante			
	Otros:			
LENGUAJE				
No	ASPECTO A OBSERVAR	MUCHO	POCO	NADA
1	Lento			
2	Rápido			
3	Errores de pronunciación			
4	Contesta eficientemente las preguntas que se le hacen			
5	Bagaje de lenguaje pobre			
6	Utiliza palabras obscenas			
7	Su tono de voz es alto			
	Otros:			
INTERACCION CON EL TERAPEUTA				
No	ASPECTO A OBSERVAR	MUCHO	POCO	NADA
1	Contacto ocular			
2	Atento/a a las indicaciones del terapeuta			
3	Indiferente a las indicaciones del terapeuta			
4	Desconfiado/a			
5	Respetuoso/a			

APÉNDICE 1

FICHA TÉCNICA

Nombre del instrumento:	Cuestionario dirigido a personas retornadas.
Autores:	Córdova, S. A., Elías, M. A. y Espínola, Y. S.
Objetivo:	Conocer los efectos psicológicos que presentan las personas migrantes retornadas a El Salvador como resultado del proceso migratorio.
Significación:	Explora las condiciones psicológicas que presentan lo/as salvadoreño/as retornado/as
Población:	Salvadoreños/as retornados/as entre las edades de 18 a 40 años.
Administración:	Individual.
Tiempo de aplicación:	Entre 20 y 30 minutos.
Cantidad de preguntas:	18
Tipo de preguntas:	Cerradas de opción múltiple.

Descripción

El cuestionario se divide en dos apartados; la primera corresponde a datos generales de la persona migrante retornada y la segunda contiene 18 preguntas exploratorias que tienen la finalidad de indagar tres grandes áreas: Área cognitiva, conductual, afectiva; pero a la vez dentro de ellas se obtienen insumos de otras áreas como la social, familiar y somática. El cuestionario está ordenado de acuerdo a los cuatro momentos del proceso migratorio, es decir: *Salida, tránsito, destino y retorno*.

Áreas

Cognitiva: Se pretende indagar qué ideas tiene de su proceso migratorio, cuál es su percepción del retorno y que planes ha considerado ante tal situación. Ítems: 1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17.

Emocional: En este componente se pretende indagar qué emociones se han alterado a raíz del proceso migratorio, sobre todo en el de retorno. Ítems: 4, 5, 6, 8, 9, 18.

Conductual: En este componente se pretende obtener insumos sobre su reacción comportamental ante el retorno. Ítems: 2, 3, 5, 6, 17.

APÉNDICE 2



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



CUESTIONARIO DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS

Objetivo: Conocer el impacto e identificar los efectos psicosociales que presentan las personas migrantes retornadas a El Salvador como resultado de todo su proceso migratorio, lo cual posibilite posteriormente la elaboración de un programa de atención psicosocial.

Indicaciones: A continuación, se le solicita su colaboración para contestar algunas interrogantes; lo cual permitirá conocer la situación que atraviesan las personas que han retornado al país. La información que usted proporcione se manejará con estricta confidencialidad y no se solicitarán datos que revelen su identidad. En caso de duda puede consultar al equipo de investigación. Por favor complete la siguiente tabla con los datos que se solicita.

DATOS PERSONALES	
Edad:	Sexo:
Estado familiar: Soltero/a <input type="radio"/> Acompañado/a <input type="radio"/> Casado/a <input type="radio"/> Viudo/a <input type="radio"/>	
Ocupación:	Nivel académico:
Cuánto tiempo residió en el exterior:	
Lugar de residencia cuando decidió migrar:	

- Marque una o más de una opción según su experiencia.

PREGUNTAS EXPLORATORIAS

1. ¿Cuáles fueron sus motivos por los que decidió migrar?			
Económicos	<input type="radio"/>	Inseguridad o delincuencia	<input type="radio"/>
Reunificación familiar	<input type="radio"/>	Otros:_____	<input type="radio"/>
2. ¿Vivenció alguna de las siguientes experiencias durante el recorrido?			
Extorsión	<input type="radio"/>	Utilizado/a para transportar	<input type="radio"/>
Perderse en el desierto	<input type="radio"/>	mercancía	<input type="radio"/>
Abuso sexual	<input type="radio"/>	Hospitalización	<input type="radio"/>
Explotación sexual	<input type="radio"/>	Vio asesinatos o torturas	<input type="radio"/>
Secuestro	<input type="radio"/>	No comer nada por varios días	<input type="radio"/>
Robo o asalto	<input type="radio"/>	No beber agua por varios días	<input type="radio"/>
Internamiento penitenciario	<input type="radio"/>	Accidentes graves	<input type="radio"/>
Atentados contra su vida	<input type="radio"/>	Otros:_____	<input type="radio"/>
3. A raíz de lo anterior ¿cuáles de las siguientes situaciones ha experimentado?			
Sueña constantemente con el suceso	<input type="radio"/>	Se siente preocupado	<input type="radio"/>
A veces siente que se encuentra de nuevo en esa situación	<input type="radio"/>	constantemente	<input type="radio"/>
Evita situaciones que le recuerdan el suceso	<input type="radio"/>	Recuerda el evento	<input type="radio"/>
		constantemente	<input type="radio"/>
		Problemas de sueño	<input type="radio"/>
		Otros:_____	<input type="radio"/>
4. ¿Qué dificultades enfrentó al llegar al país de destino? (Estados Unidos)			
Sentirse socialmente rechazado por los demás /	<input type="radio"/>	Soledad	<input type="radio"/>
Discriminación	<input type="radio"/>	Desorientación por	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	desconocimiento de las	<input type="radio"/>

Dificultad para comunicarse por desconocer el idioma	<input type="radio"/>	normas y leyes del país de destino (E.E.U.U)	<input type="radio"/>
Sentirse perseguido por las autoridades	<input type="radio"/>	Inseguridad o delincuencia	<input type="radio"/>
		Otros: _____	
5. ¿Su retorno fue voluntario u obligatorio?			
Voluntario	<input type="radio"/>	Obligatorio	<input type="radio"/>
6. Si su retorno fue voluntario, ¿a qué motivo se debió?			
Económicos	<input type="radio"/>	Lazos afectivos	<input type="radio"/>
Enfermedad	<input type="radio"/>	Había alcanzado sus objetivos	<input type="radio"/>
Familiares	<input type="radio"/>	Otros: _____	<input type="radio"/>
7. ¿Qué cambios ha experimentado en su cuerpo desde que supo que iba a ser retornado?			
Problemas de apetito	<input type="radio"/>	Dificultades cardiacas o	<input type="radio"/>
Dolor de cabeza	<input type="radio"/>	respiratorias	<input type="radio"/>
Dolor de espalda/cuello	<input type="radio"/>	Otros : _____	
8. De las siguientes dificultades ¿cuáles ha experimentado durante su proceso de retorno?			
Problemas para dormir o dormir demasiado	<input type="radio"/>	Nerviosismo	<input type="radio"/>
Decaimiento	<input type="radio"/>	Aislamiento	<input type="radio"/>
Cambios de humor	<input type="radio"/>	Abuso de alcohol y/o drogas	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	Otros: _____	<input type="radio"/>
9. ¿Cuáles emociones y sentimientos ha experimentado durante su proceso de retorno?			
Miedo	<input type="radio"/>	Tristeza	<input type="radio"/>
Enojo	<input type="radio"/>	Alegría	<input type="radio"/>
Fracaso	<input type="radio"/>	Incertidumbre	<input type="radio"/>
Esperanza	<input type="radio"/>	Desdicha	<input type="radio"/>
Aceptación	<input type="radio"/>	Frustración	<input type="radio"/>
Preocupación	<input type="radio"/>	Resistencia al cambio o	<input type="radio"/>

Inseguridad	<input type="radio"/>	negación	<input type="radio"/>
		Otros: _____	
10. Debido a su proceso de migración, ¿cree que ha habido ruptura en las relaciones de su familia?			
Sí	<input type="radio"/>	No	<input type="radio"/>
11. ¿Cómo cree que será la reacción de su familia ante su retorno?			
De aceptación	<input type="radio"/>	No sabe por falta de	<input type="radio"/>
De preocupación	<input type="radio"/>	comunicación	<input type="radio"/>
De rechazo	<input type="radio"/>	Otros: _____	
12. ¿Cómo cree que lo van a tratar las demás personas?			
Con admiración	<input type="radio"/>	Con miedo	<input type="radio"/>
Con desprecio	<input type="radio"/>	Como una persona no	<input type="radio"/>
Como una persona confiable	<input type="radio"/>	confiable	<input type="radio"/>
		Otros: _____	
13. ¿Cree que le será fácil la adaptación al entorno del país?			
Sí	<input type="radio"/>	No	<input type="radio"/>
14. ¿Cree que le será fácil encontrar empleo?			
Sí	<input type="radio"/>	No	<input type="radio"/>
15. En caso de responder sí, señale los motivos por los cuales cree que le será fácil encontrar trabajo:			
Estudios	<input type="radio"/>	Redes de apoyo (familiares /	<input type="radio"/>
Experiencia laboral	<input type="radio"/>	amigos)	<input type="radio"/>
Dominio de un oficio	<input type="radio"/>	Optimismo	<input type="radio"/>
Tengo un negocio	<input type="radio"/>	Otros:	

16. En caso de responder no, señale los motivos por los cuales cree que no le será fácil encontrar trabajo:			

Sentimientos de fracaso	<input type="radio"/>	Falta de apoyo	<input type="radio"/>
Pocos deseos de buscar trabajo	<input type="radio"/>	Otros: _____	<input type="radio"/>
17. ¿Qué planea hacer ahora que regresa al país?			
Buscar empleo	<input type="radio"/>	No lo he pensado	<input type="radio"/>
Emprender un negocio	<input type="radio"/>	Volver a migrar	<input type="radio"/>
No tengo planes	<input type="radio"/>	Otros: _____	<input type="radio"/>
Estudiar	<input type="radio"/>		
18. ¿Cómo se siente ahora que regresa al país?			
Alegre	<input type="radio"/>	Con miedo	<input type="radio"/>
Preocupado/a	<input type="radio"/>	Decepcionado/a	<input type="radio"/>
Enojado/a	<input type="radio"/>	Otros: _____	<input type="radio"/>
Triste	<input type="radio"/>		

APÉNDICE 3

TABLA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

Ítem	Juez 1		Juez 2			Juez 3			Juez 4			Juez 5			Fórmula $IVC = \frac{ne - N/2}{N/2}$	
	Evaluación			Evaluación			Evaluación			Evaluación			Evaluación			
	E	U	I	E	U	I	E	U	I	E	U	I	E	U		I
1	X			X			X			X					X	$IVC = \frac{4-5/2}{5/2} = 0.6$
2	X			X			X			X					X	$IVC = \frac{5-5/2}{5/2} = 1$
3	X			X			X			X					X	$IVC = \frac{5-5/2}{5/2} = 1$
4	X			X			X			X					X	$IVC = \frac{5-5/2}{5/2} = 1$
5	X			X			X			X					X	$IVC = \frac{5-5/2}{5/2} = 1$
6	X			X			X			X					X	$IVC = \frac{4-5/2}{5/2} = 0.6$
7	X			X			X			X					X	$IVC = \frac{5-5/2}{5/2} = 1$
8	X			X			X			X					X	$IVC = \frac{4-5/2}{5/2} = 0.6$
9	X			X			X			X					X	$IVC = \frac{5-5/2}{5/2} = 1$
10	X			X			X			X					X	$IVC = \frac{5-5/2}{5/2} = 1$
11	X			X			X			X					X	$IVC = \frac{5-5/2}{5/2} = 1$
12	X			X			X			X					X	$IVC = \frac{5-5/2}{5/2} = 1$
13	X			X			X			X					X	$IVC = \frac{5-5/2}{5/2} = 1$
14	X			X			X			X					X	$IVC = \frac{5-5/2}{5/2} = 1$
15	X			X			X			X					X	$IVC = \frac{5-5/2}{5/2} = 1$

16	X	X	X	X	X	$IVC = \frac{5-5/2}{5/2} = 1$
17	X	X	X	X	X	$IVC = \frac{5-5/2}{5/2} = 1$
18	X	X	X	X	X	$IVC = \frac{5-5/2}{5/2} = 1$

APÉNDICE 4
CARTAS DE SOLICITUD DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE
INVESTIGACIÓN



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



San Salvador, ____ julio de 2018

Licenciado José David Escamilla Hernández
Psicólogo del Departamento de Atención a la Persona Migrante y Desplazado
Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos
Presente

Reciba un cordial saludo, deseándole éxito en sus actividades laborales.

Por este medio nos dirigimos a usted los Brs. Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espínola Escobar EE13006, egresados de la carrera de Psicología; los cuales estamos realizando actualmente la investigación para proceso de grado con el tema: *“PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A ELSALVADOR”*; con el objetivo de elaborar un diagnóstico sobre los efectos psicológicos que presentan las personas migrantes retornadas a El Salvador y así poder diseñar un programa de atención psicológica que permita intervenir en aquellas necesidades encontradas y de esta forma contribuir efectivamente en su salud mental; por lo cual solicitamos su apoyo en la revisión del instrumento de investigación en aspectos de contenido y redacción, para ello le anexamos el instrumento y el protocolo de la técnica de Laswhe.

Sin otro particular nos suscribimos cordialmente, en espera de una respuesta favorable:

Br. Salvador Córdova
Cel.: 7568-7645

Br. Abigail Elías
Cel.: 7453-8322

Br. Yoselyn Espínola
Cel.: 7698-1016



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



San Salvador, ____ julio de 2018

Licenciado Carlos Linneo Siliezar

Psicólogo del Departamento de Realidad Nacional

Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos

Presente

Reciba un cordial saludo, deseándole éxito en sus actividades laborales.

Por este medio nos dirigimos a usted los Brs. Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espínola Escobar EE13006, egresados de la carrera de Psicología; los cuales estamos realizando actualmente la investigación para proceso de grado con el tema: *“PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR”*; con el objetivo de elaborar un diagnóstico sobre los efectos psicológicos que presentan las personas migrantes retornadas a El Salvador y así poder diseñar un programa de atención psicológica que permita intervenir en aquellas necesidades encontradas y de esta forma contribuir efectivamente en su salud mental; por lo cual solicitamos su apoyo en la revisión del instrumento de investigación en aspectos de contenido y redacción, para ello le anexamos el instrumento y el protocolo de la técnica de Laswhe.

Sin otro particular nos suscribimos cordialmente, en espera de una respuesta favorable:

Br. Salvador Córdova

Cel.: 7568-7645

Br. Abigail Elías

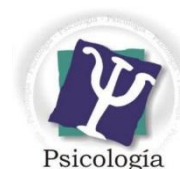
Cel.: 7453-8322

Br. Yoselyn Espínola

Cel.: 7698-1016



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



San Salvador, ____ junio de 2018

Licenciada Mariela Velasco de Avalos
Catedrática de la Universidad de El Salvador
Presente

Reciba un cordial saludo, deseándole éxito en sus actividades laborales.

Por este medio nos dirigimos a usted los Brs. Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espínola Escobar EE13006, egresados de la carrera de Psicología; los cuales estamos realizando actualmente la investigación para proceso de grado con el tema: *“PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A ELSALVADOR”*; con el objetivo de elaborar un diagnóstico sobre los efectos psicológicos que presentan las personas migrantes retornadas a El Salvador y así poder diseñar un programa de atención psicológica que permita intervenir en aquellas necesidades encontradas y de esta forma contribuir efectivamente en su salud mental; por lo cual solicitamos su apoyo en la revisión del instrumento de investigación en aspectos de contenido y redacción, para ello le anexamos el instrumento y el protocolo de la técnica de Laswhe.

Sin otro particular nos suscribimos cordialmente, en espera de una respuesta favorable:

Br. Salvador Córdova
Cel.: 7568-7645

Br. Abigail Elías
Cel.: 7453-8322

Br. Yoselyn Espínola
Cel.: 7698-1016



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



San Salvador, ____ junio de 2018

Licenciada Ofelia de los Ángeles Trejo
Catedrática de la Universidad de El Salvador
Presente

Reciba un cordial saludo, deseándole éxito en sus actividades laborales.

Por este medio nos dirigimos a usted los Brs. Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espínola Escobar EE13006, egresados de la carrera de Psicología; los cuales estamos realizando actualmente la investigación para proceso de grado con el tema: *“PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A ELSALVADOR”*; con el objetivo de elaborar un diagnóstico sobre los efectos psicológicos que presentan las personas migrantes retornadas a El Salvador y así poder diseñar un programa de atención psicológica que permita intervenir en aquellas necesidades encontradas y de esta forma contribuir efectivamente en su salud mental; por lo cual solicitamos su apoyo en la revisión del instrumento de investigación en aspectos de contenido y redacción, para ello le anexamos el instrumento y el protocolo de la técnica de Laswhe.

Sin otro particular nos suscribimos cordialmente, en espera de una respuesta favorable:

Br. Salvador Córdova
Cel.: 7568-7645

Br. Abigail Elías
Cel.: 7453-8322

Br. Yoselyn Espínola
Cel.: 7698-1016



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



San Salvador, ____ junio de 2018

Licenciado Mario Francisco Armas
Psicólogo Centro Juvenil - INJUVE
Presente

Reciba un cordial saludo, deseándole éxito en sus actividades laborales.

Por este medio nos dirigimos a usted los Brs. Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espínola Escobar EE13006, egresados de la carrera de Psicología; los cuales estamos realizando actualmente la investigación para proceso de grado con el tema: *“PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A ELSALVADOR”*; con el objetivo de elaborar un diagnóstico sobre los efectos psicológicos que presentan las personas migrantes retornadas a El Salvador y así poder diseñar un programa de atención psicológica que permita intervenir en aquellas necesidades encontradas y de esta forma contribuir efectivamente en su salud mental; por lo cual solicitamos su apoyo en la revisión del instrumento de investigación en aspectos de contenido y redacción, para ello le anexamos el instrumento y el protocolo de la técnica de Laswhe.

Sin otro particular nos suscribimos cordialmente, en espera de una respuesta favorable:

Br. Salvador Córdova
Cel.: 7568-7645

Br. Abigail Elías
Cel.: 7453-8322

Br. Yoselyn Espínola
Cel.: 7698-1016

APÉNDICE 5

CARTAS DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN



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

CARTA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO.



San Salvador, 20 julio de 2018

Yo, José David Escamilla Hernández,
por este medio doy a conocer que he sido juez en la revisión de un cuestionario que se utilizara en la investigación denominada: "PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A ELSALVADOR".

Por lo tanto hago constar la revisión del instrumento aplicando la técnica de Lawshe, presentado por los estudiantes: Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y YoselynStefanie Espínola Escobar EE13006; haciendo las observaciones pertinentes que han sido incorporadas por los estudiantes. Sin más que hacer constar

Atte:

F: José David Escamilla Hernández

Sello:





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



Psicología

CARTA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

San Salvador, 29 junio de 2018

Yo, Carlos Linneo Siliezer
por este medio doy a conocer que he sido juez en la revisión de un cuestionario que se utilizará en la investigación denominada: "PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR".

Por lo tanto, hago constar la revisión del instrumento aplicando la técnica de Lawshe, presentado por los estudiantes: Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espínola Escobar EE13006; haciendo las observaciones pertinentes que han sido incorporadas por los estudiantes. Sin más que hacer constar.

Atentamente

F: 

Sello:

Lic. CARLOS LINNEO SILIEZER A.
PSICOLOGO
J. V. P. P. No. 2302
EL SALVADOR, C. A.



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



CARTA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

San Salvador, ___ julio de 2018

Yo, Mariela Velasco de Avalos,
por este medio doy a conocer que he sido juez en la revisión de un cuestionario que se utilizará en la investigación denominada: "PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR".

Por lo tanto, hago constar la revisión del instrumento aplicando la técnica de Lawshe, presentado por los estudiantes: Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espínola Escobar EE13006; haciendo las observaciones pertinentes que han sido incorporadas por los estudiantes. Sin más que hacer constar.

Atentamente

F:

Sello:

Licda. Mariela Velasco Pérez.
PSICÓLOGA
J.V.P.P. No. 1359
S.S. EL SALVADOR, C.A.



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



Psicología

CARTA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

San Salvador, 27 junio de 2018

Yo, Ofelia de los Angeles Trejo
por este medio doy a conocer que he sido juez en la revisión de un cuestionario que se utilizará en la investigación denominada: "PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR".

Por lo tanto, hago constar la revisión del instrumento aplicando la técnica de Lawshe, presentado por los estudiantes: Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espínola Escobar EE13006; haciendo las observaciones pertinentes que han sido incorporadas por los estudiantes. Sin más que hacer constar.

Atentamente

F:

Sello:





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



CARTA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

San Salvador, 11 julio de 2018

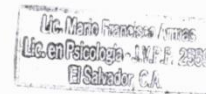
Yo, MARIO FRANCISCO APMA,
por este medio doy a conocer que he sido juez en la revisión de un cuestionario que se utilizará en la investigación denominada: "PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR".

Por lo tanto, hago constar la revisión del instrumento aplicando la técnica de Lawshe, presentado por los estudiantes: Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espínola Escobar EE13006; haciendo las observaciones pertinentes que han sido incorporadas por los estudiantes. Sin más que hacer constar.

Atentamente

F: 

Sello:



APÉNDICE 6

INFORME DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

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



INFORME DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS
DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN:

“DIAGNÓSTICO Y PROPUESTA DE PROGRAMA DE INTERVENCIÓN
PSICOLÓGICA PARA LAS PERSONAS MIGRANTES RETORNADAS A EL
SALVADOR”

AUTORES:

CAÑENGUEZ CÓRDOVA, SALVADOR ALEXANDER CC13035

ELÍAS CORTEZ, MARINA ABIGAIL EC11019

ESPÍNOLA ESCOBAR, YOSELYN STEFANIE EE13006

DOCENTE ASESORA:

LICDA. ELVIA LORENA MEZQUITA LINARES

REPORTE DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

Para efectuar el proceso de grado que iba encaminado a la realización de la propuesta de diseño de programa de atención psicológica dirigido a personas retornadas a El Salvador se tuvo que realizar una investigación con una muestra de 31 participantes, a los cuales se les aplicó un cuestionario con el fin de recolectar los datos pertinentes y de esta forma conocer cuáles eran los efectos psicosociales que la población presentaba y a partir de los resultados obtenidos realizar un diagnóstico, culminando con una propuesta de diseño de programa de atención psicológica para la intervención de dichas dificultades.

Cabe mencionar que el instrumento de recolección de datos fue elaborado por el equipo investigador. A continuación, se describe el objetivo que se pretendía lograr con el cuestionario, áreas que exploraba y número de ítems que lo constituían y el proceso que se siguió para la validación del mismo.

Cuestionario dirigido a personas retornadas: Fue aplicado a una muestra de 31 personas que iban llegando de Estados Unidos a El Salvador en el Centro de atención al migrante, con el objetivo de conocer los efectos psicosociales que presentan las personas migrantes retornadas a El Salvador como resultado del proceso migratorio.

El cuestionario se dividía en dos apartados; la primera referida a datos generales de la persona migrante retornada y la segunda contenía 18 preguntas exploratorias que tenían la finalidad de indagar tres grandes áreas: cognitiva, conductual, afectiva; pero a la vez dentro de ellas se pretendía obtener insumos de otras áreas como la social, familiar y somática. El cuestionario estaba ordenado de acuerdo a los cuatro momentos del proceso migratorio, es decir: Salida, tránsito, destino y retorno.

En el área cognitiva se pretendía indagar qué ideas tiene la persona de su proceso migratorio, cuál es su percepción del retorno y que planes ha considerado ante tal situación. (ítems: 1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17), mientras que el área emocional indagaba qué emociones se han alterado a raíz del proceso migratorio, sobre todo en el de retorno, (ítems: 4, 5, 6, 8, 9, 18) y finalmente el área conductual pretendía obtener insumos sobre su reacción comportamental ante el retorno (ítems: 2, 3, 5, 6, 17).

El instrumento de recolección de datos y la propuesta de diseño de programa de atención psicológica para personas retornadas fueron validados por cinco jueces durante el periodo comprendido entre el 27 de junio al 20 de julio del año 2018, bajo el criterio de interjueces con la técnica de Lawshe (1975), quien propuso un índice de validez basado en la valoración de un grupo de expertos de cada uno de los ítems del instrumento, tomando en cuenta los criterios: innecesario, útil y esencial.

Para llevar a cabo la validación del instrumento de evaluación, el equipo investigador elaboró una tabla de evaluación en la cual, con base a cada juicio como experto, el/la juez evaluaba si los ítems eran: “Esenciales”, “útiles, pero no esenciales” o “no necesarias”. Para ello se les solicitó que marcaran con una “x” según consideraban pertinente. Además, se le solicitaba su apoyo en la corrección de los mismos, señalando observaciones o sugerencias con el fin de mejorar ítems en el cuestionario.

Los resultados de la validación se resumen en el siguiente cuadro:

Nombre del instrumento	N° de validaciones	Ítems modificados	Argumentos
Cuestionario dirigido a personas retornadas	5	Modificados: 0 Eliminados: 0 Agregados: 0	Los profesionales expertos consideraron que las áreas que exploraba el cuestionario eran esenciales, así como el número de ítems y la forma en como estaban redactados. Por lo tanto, no se modificó, eliminó o agregó ningún ítem.

Nombres del Jurado Evaluador:

Licenciada Mariela Velasco de Avalos (Psicóloga, Catedrática de la Universidad de El Salvador)

Licenciada Ofelia de los Ángeles Trejo (psicóloga, Catedrática de la Universidad de El Salvador)

Licenciado José David Escamilla Hernández (Psicólogo del Departamento de Atención a la Persona Migrante y Desplazado, Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos)

Licenciado Carlos Linneo Siliezar (Psicólogo del Departamento de Realidad Nacional, Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos)

Licenciado Mario Francisco Armas (Psicólogo Centro Juvenil – INJUVE)

APÉNDICE 7

CARTAS DE SOLICITUD DE VALIDACIÓN DEL PROGRAMA



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



San Salvador, ____ noviembre de 2018

Licenciado José David Escamilla Hernández
Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos
Presente

Reciba un cordial saludo, deseándole éxito en sus actividades laborales.

Por este medio nos dirigimos a usted los Brs. Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espínola Escobar EE13006, egresados de la carrera de psicología; los cuales estamos realizando actualmente la investigación para proceso de grado con el tema: *“PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR”*. De manera muy atenta solicitamos su apoyo como juez experto para la revisión del programa: *“UN NUEVO COMIENZO”*, en aspectos de contenido y redacción, para ello le anexamos el programa y el protocolo de la técnica de Laswhe.

Sin otro particular nos suscribimos cordialmente, en espera de una respuesta favorable:

Br. Salvador Córdova
Cel.: 7568-7645

Br. Abigail Elías
Cel.: 7453-8322

Br. Yoselyn Espínola
Cel.: 7698-1016



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



San Salvador, ____ noviembre de 2018

Licenciado Eduardo José Cerna García
Instituito Nacional de la Juventud
Presente

Reciba un cordial saludo, deseándole éxito en sus actividades laborales.

Por este medio nos dirigimos a usted los Brs. Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espínola Escobar EE13006, egresados de la carrera de psicología; los cuales estamos realizando actualmente la investigación para proceso de grado con el tema: *“PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR”*. De manera muy atenta solicitamos su apoyo como juez experto para la revisión del programa: “UN NUEVO COMIENZO”, en aspectos de contenido y redacción, para ello le anexamos el programa y el protocolo de la técnica de Laswhe.

Sin otro particular nos suscribimos cordialmente, en espera de una respuesta favorable:

Br. Salvador Córdova
Cel.: 7568-7645

Br. Abigail Elías
Cel.: 7453-8322

Br. Yoselyn Espínola
Cel.: 7698-1016



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



San Salvador, ____ noviembre de 2018

Licda. Andrea De Los Ángeles Arias Urbina

Presente

Reciba un cordial saludo, deseándole éxito en sus actividades laborales.

Por este medio nos dirigimos a usted los Brs. Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espínola Escobar EE13006, egresados de la carrera de psicología; los cuales estamos realizando actualmente la investigación para proceso de grado con el tema: *“PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR”*. De manera muy atenta solicitamos su apoyo como juez experto para la revisión del programa: *“UN NUEVO COMIENZO”*, en aspectos de contenido y redacción, para ello le anexamos el programa y el protocolo de la técnica de Laswhe.

Sin otro particular nos suscribimos cordialmente, en espera de una respuesta favorable:

Br. Salvador Córdova

Cel.: 7568-7645

Br. Abigail Elías

Cel.: 7453-8322

Br. Yoselyn Espínola

Cel.: 7698-1016



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



San Salvador, ____ noviembre de 2018

Lic. Mario Francisco Armas
Instituto Nacional de la Juventud
Presente

Reciba un cordial saludo, deseándole éxito en sus actividades laborales.

Por este medio nos dirigimos a usted los Brs. Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espínola Escobar EE13006, egresados de la carrera de psicología; los cuales estamos realizando actualmente la investigación para proceso de grado con el tema: *“PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR”*. De manera muy atenta solicitamos su apoyo como juez experto para la revisión del programa: *“UN NUEVO COMIENZO”*, en aspectos de contenido y redacción, para ello le anexamos el programa y el protocolo de la técnica de Laswhe.

Sin otro particular nos suscribimos cordialmente, en espera de una respuesta favorable:

Br. Salvador Córdova
Cel.: 7568-7645

Br. Abigail Elías
Cel.: 7453-8322

Br. Yoselyn Espínola
Cel.: 7698-1016



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



San Salvador, ____ noviembre de 2018

Licda. María Auxiliadora Cruz Irías

Presente

Reciba un cordial saludo, deseándole éxito en sus actividades laborales.

Por este medio nos dirigimos a usted los Brs. Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espínola Escobar EE13006, egresados de la carrera de psicología; los cuales estamos realizando actualmente la investigación para proceso de grado con el tema: *“PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR”*. De manera muy atenta solicitamos su apoyo como juez experto para la revisión del programa: *“UN NUEVO COMIENZO”*, en aspectos de contenido y redacción, para ello le anexamos el programa y el protocolo de la técnica de Laswhe.

Sin otro particular nos suscribimos cordialmente, en espera de una respuesta favorable:

Br. Salvador Córdova

Cel.: 7568-7645

Br. Abigail Elías

Cel.: 7453-8322

Br. Yoselyn Espínola

Cel.: 7698-1016



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



San Salvador, ____ noviembre de 2018

Licda Mariela Velasco de Avalos
Universidad de El Salvador
Presente

Reciba un cordial saludo, deseándole éxito en sus actividades laborales.

Por este medio nos dirigimos a usted los Brs. Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espínola Escobar EE13006, egresados de la carrera de psicología; los cuales estamos realizando actualmente la investigación para proceso de grado con el tema: *“PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR”*. De manera muy atenta solicitamos su apoyo como juez experto para la revisión del programa: *“UN NUEVO COMIENZO”*, en aspectos de contenido y redacción, para ello le anexamos el programa y el protocolo de la técnica de Laswhe.

Sin otro particular nos suscribimos cordialmente, en espera de una respuesta favorable:

Br. Salvador Córdova
Cel.: 7568-7645

Br. Abigail Elías
Cel.: 7453-8322

Br. Yoselyn Espínola
Cel.: 7698-1016

APÉNDICE 8
CARTAS DE VALIDACIÓN DEL PROGRAMA



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



CARTA DE VALIDACIÓN DE PROGRAMA

San Salvador, 12 noviembre de 2018

Yo, José David Escamilla Hernández,
por este medio doy a conocer que he sido juez en la revisión del programa, "un nuevo comienzo" que es parte del trabajo de grado: "PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR".

Por lo tanto, hago constar la revisión de dicho programa aplicando la técnica de Lawshe, presentado por los estudiantes: Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espinola Escobar EE13006.

Atentamente

F: 

Sello:





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



CARTA DE VALIDACIÓN DE PROGRAMA

San Salvador, 17 noviembre de 2018

Yo, Eduardo José Cerma García,
por este medio doy a conocer que he sido juez en la revisión del programa, "un nuevo comienzo" que es parte del trabajo de grado: "PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR".

Por lo tanto, hago constar la revisión de dicho programa aplicando la técnica de Lawshe, presentado por los estudiantes: Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espinola Escobar EE13006.

Atentamente

F: 

Sello:





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



CARTA DE VALIDACIÓN DE PROGRAMA

San Salvador, 19 noviembre de 2018

Yo, Andrea De Los Ángeles Arias Urbina,
por este medio doy a conocer que he sido juez en la revisión del programa, "un nuevo comienzo" que es parte del trabajo de grado: "PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR".

Por lo tanto, hago constar la revisión de dicho programa aplicando la técnica de Lawshe, presentado por los estudiantes: Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elias Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espinola Escobar EE13006.

Atentamente

F: Andrea De Los Angeles Arias Urbina

Sello:





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



CARTA DE VALIDACIÓN DE PROGRAMA

San Salvador, ___ noviembre de 2018

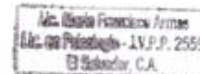
Yo, MARCO FCO. DOMAS,
por este medio doy a conocer que he sido juez en la revisión del programa, "un nuevo comienzo" que es parte del trabajo de grado: "PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR".

Por lo tanto, hago constar la revisión de dicho programa aplicando la técnica de Lawshe, presentado por los estudiantes: Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espinola Escobar EE13006.

Atentamente

F:

Sello:





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



CARTA DE VALIDACIÓN DE PROGRAMA

San Salvador, ___ noviembre de 2018

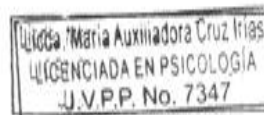
Yo, Maria Auxiliadora Cruz Sñas
por este medio doy a conocer que he sido juez en la revisión del programa, "un nuevo comienzo" que es parte del trabajo de grado: "PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR".

Por lo tanto, hago constar la revisión de dicho programa aplicando la técnica de Lawshe, presentado por los estudiantes: Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elias Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espinola Escobar EE13006.

Atentamente

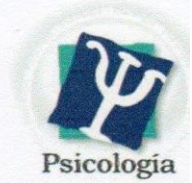
F: Maria Auxiliadora Cruz Sñas

Sello:





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



CARTA DE VALIDACIÓN DE PROGRAMA

San Salvador, ___ noviembre de 2018

Yo, Mariela Velasco de Avalos,
por este medio doy a conocer que he sido juez en la revisión del programa, “un nuevo comienzo” que es parte del trabajo de grado: “PROPUESTA DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR”.

Por lo tanto, hago constar la revisión de dicho programa aplicando la técnica de Lawshe, presentado por los estudiantes: Salvador Alexander Cañenguez Córdova CC13035, Marina Abigail Elías Cortez EC11019 y Yoselyn Stefanie Espínola Escobar EE13006.

Atentamente

F: 



Sello:

APÉNDICE 9

TABLA DE VALIDACIÓN DEL PROGRAMA

Juez	Juez 1			Juez 2			Juez 3			Juez 4			Juez 5			Juez 6			Fórmula
	Evaluación			Evaluación			Evaluación			Evaluación			Evaluación			Evaluación			
	E	U	N	E	U	N	E	U	N	E	U	N	E	U	N	E	U	N	
1	X			X			X			X			X			X			$IVC = \frac{6-6/2}{6/2} = 1$
2	X			X			X			X			X			X			$IVC = \frac{6-6/2}{6/2} = 1$
3	X			X			X			X			X			X			$IVC = \frac{6-6/2}{6/2} = 1$
4		X		X			X			X				X		X			$IVC = \frac{4-6/2}{6/2} = 0.33$
5	X			X			X			X			X			X			$IVC = \frac{6-6/2}{6/2} = 1$
6	X			X			X			X			X			X			$IVC = \frac{6-6/2}{6/2} = 1$
7	X			X			X			X			X			X			$IVC = \frac{6-6/2}{6/2} = 1$
8	X			X			X			X			X			X			$IVC = \frac{6-6/2}{6/2} = 1$
9	X			X			X			X			X			X			$IVC = \frac{6-6/2}{6/2} = 1$
10	X			X			X			X			X			X			$IVC = \frac{6-6/2}{6/2} = 1$
11	X			X			X			X			X			X			$IVC = \frac{6-6/2}{6/2} = 1$
12	X			X			X			X			X			X			$IVC = \frac{6-6/2}{6/2} = 1$

APÉNDICE 10
INFORME DE VALIDACIÓN DEL PROGRAMA

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



**INFORME DE VALIDACIÓN DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN
PSICOLÓGICA DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN:**

**“DIAGNÓSTICO Y PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE INTERVENCIÓN
PSICOLÓGICA PARA LAS PERSONAS MIGRANTES RETORNADAS A EL
SALVADOR”**

AUTORES:

CAÑENGUEZ CÓRDOVA, SALVADOR ALEXANDER CC13035

ELÍAS CORTEZ, MARINA ABIGAIL EC11019

ESPÍNOLA ESCOBAR, YOSELYN STEFANIE EE13006

DOCENTE ASESORA:

LICDA. ELVIA LORENA MEZQUITA LINARES

REPORTE DE VALIDACIÓN DE DISEÑO DE PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA DIRIGIDO A PERSONAS RETORNADAS A EL SALVADOR

A partir de los resultados obtenidos en el diagnóstico realizado por el equipo investigador se diseñó una propuesta de programa de atención psicológica para la intervención de dichas dificultades. A continuación, se describen los elementos que contiene, el objetivo que se pretende lograr, áreas, técnicas y número de sesiones que lo constituyen; asimismo se detalla el proceso que se siguió para la validación del mismo.

Propuesta de diseño de programa de atención psicológica para personas retornadas a El Salvador:

La propuesta de programa de atención psicológica está compuesto por los siguientes elementos: presentación, justificación, objetivos, metas, fundamentación teórica, diagnóstico, perfil psicosocial de la persona retornada según muestra tomada, metodología, valores y principios, ámbito de uso, estructura y organización, actividades, recursos humanos y materiales, resultados esperados, evaluación del programa, protocolo de intervención psicológica, anexos y apéndices.

El objetivo que se pretende lograr con el programa es brindar una serie de estrategias a las personas retornadas a través un programa psicoterapéutico para prevenir y reducir los efectos que presentan a raíz de su proceso de retorno, facilitando su reinserción al ambiente sociocultural. Las áreas a intervenir son: cognitiva, emocional, social y conductual.

El programa consta de 12 sesiones, la primera es encuadre grupal, de la dos a la onceava se abordan técnicas tales como: reestructuración cognitiva, identificar emociones, ventilación

emocional, psicodrama, “fabula de la catedral” para trabajar resiliencia, entrenamiento asertivo, “mi declaración de autoestima”, “mi inventario personal” y “construyendo mi proyecto de vida”; finalmente en la sesión doce se dan lineamientos generales de cómo trabajar prevención de recaídas.

La propuesta de diseño de programa de atención psicológica para personas retornadas fue validado por seis jueces durante el periodo comprendido entre el 12 al 22 de noviembre de 2018, bajo el criterio de interjueces con la técnica de Lawshe (1975), quien propuso un índice de validez basado en la valoración de un grupo de expertos de cada uno de los ítems del instrumento, tomando en cuenta los criterios: innecesario, útil y esencial.

Para llevar a cabo la validación de la propuesta de diseño de programa, el equipo investigador elaboró una tabla de evaluación en la cual, con base a cada juicio como experto, el/la juez evaluaba si las áreas y técnicas propuestas en el programa eran: “Esenciales”, “útiles, pero no esenciales” o “no necesarias”. Para ello se les solicitó que marcaran con una “x” según consideraban pertinente. Además, se le solicitaba su apoyo en la corrección de los mismos, señalando observaciones o sugerencias con el fin de mejorar técnicas en el programa.

Los resultados de la validación se resumen en el siguiente cuadro: (Ver siguiente página)

Nombre del instrumento	N° de validaciones	Sesiones modificadas	Argumentos
Programa de atención psicológica para personas retornadas a El Salvador	6	Modificados: 0 Eliminados: 0 Agregados: 0	<p>Los profesionales expertos consideraron que las áreas que se pretenden intervenir, así como las técnicas psicológicas eran esenciales. A excepción de dos jueces que consideraron que la sesión n°4 que corresponde al área cognitiva, específicamente la técnica: “detención del pensamiento” es útil pero no esencial. Sin embargo, al considerarse parte de la reestructuración cognitiva, la cual es una técnica compleja que se requiere de aplicar cada uno de los pasos señalados, el equipo investigador, con la aprobación de la docente asesora consideró conveniente no eliminarla.</p> <p>Por lo tanto, no se modificó, eliminó o agregó ninguna área ni técnica.</p>

Nombres del Jurado Evaluador:

Licenciado José David Escamilla Hernández (Psicólogo del Departamento de Atención a la Persona Migrante y Desplazado, Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos)

Lic. Eduardo José Cerna García (Psicólogo)

Licda. Andrea De Los Ángeles Arias Urbina (Psicóloga)

Lic. Mario Francisco Armas (Psicólogo Centro Juvenil – INJUVE)

Licda. María Auxiliadora Cruz Irías (Psicóloga)

Licda. Mariela Velasco de Avalos (Psicóloga, Catedrática de la Universidad de El Salvador).

APÉNDICE 11

VACIADO GENERAL DE DATOS

1. ¿Cuáles fueron sus motivos por los que decidió migrar?			
Económicos	27	Inseguridad o delincuencia	4
Reunificación familiar	3	Otros:	0
2. ¿Vivenció alguna de las siguientes experiencias durante el recorrido?			
Extorsión	2	Utilizado/a para transportar mercancía	0
Perderse en el desierto	1	Hospitalización	1
Abuso sexual	0	Vio asesinatos o torturas	0
Explotación sexual	0	No comer nada por varios días	15
Secuestro	2	No beber agua por varios días	12
Robo o asalto	5	Accidentes graves	1
Internamiento penitenciario	0	Otros: Contrabando	1
Atentados contra su vida	1	Otros: Ninguno	13
3. A raíz de lo anterior ¿cuáles de las siguientes situaciones ha experimentado?			
Sueña constantemente con el suceso	0	Se siente preocupado constantemente	7
A veces siente que se encuentra de nuevo en esa situación	0	Recuerda el evento constantemente	2
Evita situaciones que le recuerdan el suceso	1	Problemas de sueño	2
		Otros: Ninguno	21
4. ¿Qué dificultades enfrentó al llegar al país de destino? (Estados Unidos)			
Sentirse socialmente rechazado por los demás / Discriminación	11	Soledad	6
Dificultad para comunicarse por desconocer el idioma	15	Desorientación por desconocimiento de las normas y leyes del país de destino (E.E.U.U)	14
Sentirse perseguido por las autoridades	11	Inseguridad o delincuencia	3
		Otros: Ninguno	4
		Otros: No conocer nada	1
5. ¿Su retorno fue voluntario u obligatorio?			
Voluntario	10	Obligatorio	21
6. Sí su retorno fue voluntario, ¿a qué motivo se debió?			
Económicos	1	Lazos afectivos	1
Enfermedad	0	Había alcanzado sus objetivos	1
Familiares	1	Otros: Quería volver a mi país	1
		Otros: Ya no quería estar en la cárcel	5

7. ¿Qué cambios ha experimentado en su cuerpo desde que supo que iba a ser retornado?

Problemas de apetito	10	Dificultades cardiacas o respiratorias	0
Dolor de cabeza	12	Otros: Ninguno	9
Dolor de espalda/cuello	16	Otros: Manchas en la piel	1
Otros: Estomago inflamado por nervios	1	Otros: Dolor en cuerpo y rodillas	1
Otros: Alergia en todo el cuerpo	1	Otros: Problemas de sueño	1

8. De las siguientes dificultades ¿cuáles ha experimentado durante su proceso de retorno?

Problemas para dormir o dormir demasiado	13	Nerviosismo	13
Decaimiento	4	Aislamiento	4
Cambios de humor	3	Abuso de alcohol y/o drogas	0
	0	Otros: Ninguno	8

9. ¿Cuáles emociones y sentimientos ha experimentado durante su proceso de retorno?

Miedo	8	Tristeza	19
Enojo	6	Alegría	12
Fracaso	8	Incertidumbre	1
Esperanza	9	Desdicha	0
Aceptación	8	Frustración	4
Preocupación	11	Resistencia al cambio o negación	3
Inseguridad	6	Otros: Desesperación	1

10. Debido a su proceso de migración, ¿cree que ha habido ruptura en las relaciones de su familia?

Sí	8	No	23
----	---	----	----

11. ¿Cómo cree que será la reacción de su familia ante su retorno?

De aceptación	23	No sabe por falta de comunicación	3
De preocupación	4	Otros: De decepción	1
De rechazo		Otros: Felices y con miedo	1
		Otros: Toda mi familia está en EEUU	1

12. ¿Cómo cree que lo van a tratar las demás personas?

Con admiración	5	Con miedo	0
Con desprecio	0	Como una persona no confiable	2
Como una persona confiable	22	Otros: No sé	3

13. ¿Cree que le será fácil la adaptación al entorno del país?

Sí	11	No	20
----	----	----	----

14. ¿Cree que le será fácil encontrar empleo?

Sí	9	No	22
----	---	----	----

15. En caso de responder sí, señale los motivos por los cuales cree que le será fácil encontrar

trabajo:

Estudios	1	Redes de apoyo (familiares / amigos)	1
Experiencia laboral	6	Optimismo	1
Dominio de un oficio	1	Otros: Quiero poner un negocio	1
Tengo un negocio	0	Otros: Sé inglés	1

16. En caso de responder no, señale los motivos por los cuales cree que no le será fácil encontrar trabajo:

Sentimientos de fracaso	0	Falta de apoyo	11
Pocos deseos de buscar trabajo	1	Otros: Porque aquí no hay	2
Otro: Bajo nivel académico	5	Otros: Porque las pandillas no dejan	1
Otros: por ser deportado	1	Otros: Competencia en el país,	2
Otros: No sé cómo funciona todo aquí	3		

17. ¿Qué planea hacer ahora que regresa al país?

Buscar empleo	11	No lo he pensado	6
Emprender un negocio	3	Volver a migrar	5
No tengo planes	4	Otros: Ayudar a mi mamá	1
Estudiar	1		

18. ¿Cómo se siente ahora que regresa al país?

Alegre	24	Con miedo	1
Preocupado/a	7	Decepcionado/a	5
Enojado/a	0	Otros: Todo bien	1
Triste	7		