

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



Trabajo de grado para optar al título de:
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

Tema de Investigación:

“PROPUESTA Y APLICACIÓN DE UN PROGRAMA PSICOTERAPÉUTICO A VÍCTIMAS SECUNDARIAS DE DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL”

PRESENTADO POR:

| | |
|-------------------------------------|---------|
| Br. Nelson René Arévalo Olán | AO14016 |
| Br. Reina Cristina Ramírez Guardado | RG13072 |

DOCENTE DIRECTOR:

Lic. Y Msc. Marcelino Díaz Menjívar

COORDINADOR GENERAL DE PROCESO DE GRADO:

Mauricio Evaristo Morales

CIUDAD UNIVERSITARIA, SEPTIEMBRE DE 2019.

AUTORIDADES DE LA FACULTAD

LICENCIADO JOSÉ VICENTE CUCHILLAS

DECANO

LICENCIADO EDGAR NICOLÁS AYALA

VICE-DECANO

MAESTRO HECTOR DANIEL CARBALLO DIAZ

SECRETARIO DE LA FACULTAD

AUTORIDADES DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

LIC. WILBER ALFREDO HERNÁNDEZ

JEFE DEL DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

LIC. MAURICIO EVARISTO MORALES

COORDINADOR GENERAL DE PROCESO DE GRADO

TRIBUNAL CALIFICADOR

LIC. JOSÉ ÁNGEL MELÉNDEZ

PRESIDENTE

LIC. DANIEL EDGARDO MADRID

SECRETARIO

LIC. MARCELINO DÍAZ MENJÍVAR

DOCENTE TUTOR

AGRADECIMIENTOS

Este trabajo no pudo haber sido realizado sin el apoyo de muchas personas, entre ellas;

Mis padres, por su incondicional apoyo tanto económico como moral, por el aliento y los ánimos en cada ocasión que parecía no poder más.

Mi docente asesor, Lic. Marcelino Díaz Menjívar, por despertar en mí el interés sobre las temáticas de relevancia social relacionadas a nuestra realidad, por su guía y consejo a lo largo de todo el proceso.

A los profesionales humanitarios que trabajan en la atención a víctimas, por compartir sus valiosos conocimientos y experiencias que aportaron significativamente a la construcción de la investigación.

A las personas que atraviesan la incertidumbre sobre el paradero de sus familiares o allegados, por la confianza y la apertura expresada ante el equipo de investigación para participar activamente de los programas propuestos.

Y, por último, pero no menos importante, mi compañera y gran amiga, Cristina Ramírez por su sensibilidad, tacto y compromiso con las personas, nuestra amistad nos ha llevado a compartir muchos aprendizajes de los cuales agradezco por cada uno de ellos y por los que están por venir.

NELSON RENÉ ARÉVALO OLÁN

AGRADECIMIENTOS

Triste, inexplicable experiencia la de decir adiós a un ser querido, al hijo, al padre, al amigo o al amante que nos acompañó durante un tiempo que parecía ser eterno. Triste, desconcertante experiencia la de perder a alguien y no poder, siquiera, decirle adiós.

Gracias a mi madre por la paciencia y apoyo que me ha brindado durante mi formación académica, por creer en mí, a mi padre por haberme enseñado a perseverar por mis sueños, espero ambos estén orgullosos de la persona que han formado, les dedico este triunfo. A mis amistades más cercanas y demás familia gracias por apoyarme siempre que lo necesite.

Nelson Olán, mi compañero de aventuras y desventuras gracias por no permitir que me diera por vencida en los momentos más difíciles, gracias por los consejos, por el cariño, por el apoyo y por trabajar a mi lado en esta investigación y demás proyectos futuros.

A MSC. Marcelino Díaz Menjívar, asesor de esta investigación, gracias por guiarnos durante todo el proceso investigativo, gracias por la sabiduría compartida y el tiempo dedicado a este trabajo de graduación.

A todas las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social gracias por permitirnos conocer sus historias, gracias por el cariño y por formar parte de esta investigación.

REINA CRISTINA RAMÍREZ GUARDADO

*Dedicado a ustedes; madres, padres, esposos,
esposas, familiares que no se dan por vencidos en su
búsqueda, quienes a pesar de las dificultades siguen
adelante.*

ÍNDICE

| | |
|---|------|
| CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA | 11 |
| SITUACIÓN PROBLEMÁTICA..... | xi |
| ENUNCIADO DEL PROBLEMA..... | xii |
| JUSTIFICACIÓN | xiii |
| OBJETIVOS | xv |
| OBJETIVO GENERAL: | xv |
| OBJETIVOS ESPECÍFICOS:..... | xv |
| DELIMITACIÓN DEL ESTUDIO | xv |
| CAPITULO II: MARCO TEÓRICO..... | 16 |
| 2.1 DEFINICIONES DE DESAPARICIÓN FORZADA..... | 16 |
| 2.2 DIFERENCIA ENTRE DESAPARICIÓN FORZADA, POR VIOLENCIA SOCIAL Y PRIVACIÓN DE LIBERTAD..... | 17 |
| a) Privación de libertad..... | 17 |
| b) Desaparición forzada..... | 18 |
| 2.3 ANTECEDENTES HISTORICOS DE LAS DESAPARICIONES FORZADAS | 19 |
| 2.4 CAUSALES DE LAS DESAPARICIONES | 20 |
| 3. VIOLENCIA SOCIAL..... | 21 |
| 3.1 TIPOS DE VIOLENCIA SOCIAL..... | 22 |
| 4. DESAPARICIONES EN EL SALVADOR..... | 24 |
| 4.1 ESTADISTICAS DE DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL EN EL SALVADOR | 26 |
| 4.2 CAUSAS DE LAS DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL EN EL SALVADOR | 28 |
| 5. LOS FAMILIARES DE LOS DESAPARECIDOS..... | 30 |
| 6. CONSECUENCIAS DE LAS DESAPARICIONES..... | 31 |
| 6.1 IMPACTO A NIVEL FAMILIAR Y SOCIAL | 33 |
| 6.2 IMPACTO PSICOLÓGICO..... | 34 |
| 7. EL DUELO | 41 |
| 7.1 PÉRDIDA AMBIGUA..... | 44 |
| 8. EFECTOS PSICOSOCIALES DE LA VICTIMA SECUNDARIA..... | 46 |
| 9. FACTORES ENDOGENOS Y EXOGENOS PARA EL AFRONTAMIENTO DE LA SITUACIÓN | 53 |
| 9.1 FACTORES ENDÓGENOS | 53 |
| 9.2 FACTORES EXOGENOS | 53 |
| 10. INSTITUCIONES QUE COOPERAN EN LA AYUDA A VÍCTIMAS SECUNDARIAS DE DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL | 54 |

| | |
|---|-----|
| CAPITULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN..... | 55 |
| 3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN..... | 55 |
| 3.2. MÉTODO Y TIPO DE MUESTREO..... | 55 |
| a) MÉTODO CUALITATIVO..... | 55 |
| b) TIPO DE MUESTREO..... | 55 |
| 3.3. UNIVERSO Y MUESTRA..... | 56 |
| a) UNIVERSO..... | 56 |
| b) MUESTRA..... | 56 |
| 3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS..... | 56 |
| a) TÉCNICAS..... | 56 |
| b) INSTRUMENTOS..... | 57 |
| 3.5. PROCESO DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS..... | 60 |
| 3.6. RECURSOS..... | 62 |
| 3.7. PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO..... | 63 |
| 3.8. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES..... | 65 |
| CAPITULO IV: PRESENTACIÓN DE RESULTADOS..... | 68 |
| 4.1. ANÁLISIS CUANTITATIVO..... | 68 |
| A. RESULTADO DE LA ENCUESTA DIRIGIDA A VÍCTIMAS SECUNDARIAS DE DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL..... | 68 |
| B. RESULTADOS DE ESCALA DE SINTOMAS DE HOPKINS Y CUESTIONARIO PARA TRAUMA DE HARVARD..... | 75 |
| CAPITULO V: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS..... | 82 |
| 5.1. ANÁLISIS CUALITATIVO..... | 82 |
| 5.2. EFECTIVIDAD DEL PROGRAMA PSICOTERAPÉUTICO DIRIGIDO A VÍCTIMAS SECUNDARIAS DE DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL..... | 87 |
| CAPITULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES..... | 92 |
| CONCLUSIONES..... | 92 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 95 |
| PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICO “REENCONTRÁNDONOS” | 100 |
| ANEXOS..... | 215 |
| ANEXO A..... | 216 |
| GUIA DE ENTREVISTA SEMI-ESTRUCTURADA DIRIGIDA A PROFESIONALES.. | 216 |
| ANEXO B..... | 219 |
| ENTREVISTA DIRIGIDA A VÍCTIMAS SECUNDARIAS DE DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL..... | 219 |
| ANEXO C..... | 221 |
| CUESTIONARIO DE SINTOMAS DE HOPKINS..... | 221 |

| | |
|---|-----|
| ANEXO D..... | 223 |
| CUESTIONARIO PARA TRAUMA DE HARVARD | 223 |
| ANEXO D..... | 226 |
| VACIADO DE ENTREVISTAS A PROFESIONALES CON EXPERIENCIA EN LA TEMÁTICA DE VÍCTIMAS SECUNDARIAS DE DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL..... | 226 |
| ANEXO E..... | 237 |
| VACIADO DE RESULTADOS DE LA ENTREVISTA A VÍCTIMAS SECUNDARIAS DE DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL..... | 237 |
| ANEXO F | 241 |
| VACIADO DE RESULTADOS DE LA APLICACIÓN DE LA ESCALA DE SINTOMAS DE HOPKINS Y CUESTIONARIO DE TRAUMA DE HARVARD | 241 |

NOTA PRELIMINAR

En el presente documento se han resaltado ciertos campos de texto en algunos apartados que lo estructuran, con una serie de colores para hacer referencia a ciertas cuestiones clave adjuntas en el mismo, con la intención de hacer la lectura más agradable, los cuales se mencionan a continuación:



CONCEPTOS CLAVE



DATOS ESTADISTICOS



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



AFIRMACIONES E INFERENCIAS DE INTERES

CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

SITUACIÓN PROBLEMÁTICA

En el plano internacional, diversos tratados establecen la obligación de los Estados de asegurar el respeto y garantía de los derechos humanos de todas las personas que se encuentran sujetas a su jurisdicción. Dentro de estos, se incluyen diversos tratados ratificados por El Salvador, como el Pacto de Derechos Civiles y Políticos, la Convención Internacional sobre Derechos del Niño, la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer y la Convención Americana de Derechos Humanos.¹

En virtud de tales obligaciones, el Estado no solo debe abstenerse de menoscabar los derechos humanos de la población, sino también de organizar todo el aparato gubernamental, de tal manera que sea capaz de asegurar el pleno y libre ejercicio de sus derechos frente a terceros.²

El Salvador ha atravesado diferentes cambios en los últimos años que han impactado de diversas maneras a la población; un claro ejemplo de ello, es el fenómeno de la violencia remanente del conflicto armado, que ha tenido un incremento progresivo y junto con ella los hechos delictivos, los cuales tienen como perpetradores en su mayoría a grupos de crimen organizado denominados como maras o pandillas, provocando una grave crisis humanitaria que se caracteriza por los altos niveles de criminalidad y la violación de los derechos humanos de las víctimas de esta violencia, una de las últimas modalidades de violencia ejercida por estos grupos que últimamente prolifera es la desaparición de las víctimas. fenómeno que merma la sociedad debido al temor que infunde y que, a parte, deja una herida enorme en el tejido social de las personas víctimas directas de este ilícito. Las desapariciones por violencia social han puesto de manifiesto el drama y dolor que acongoja a las personas al ver sus vidas desorganizadas debido a un suceso que produce una profunda sensación de desesperanza.

Aún ante esta situación, no se cuenta con una respuesta concreta por parte de instituciones públicas para paliar esta realidad, por ello es esencial que las diversas autoridades del Estado fortalezcan su sistema de justicia penal y, principalmente, que tengan la capacidad

¹ Protocolo de Acción Urgente y Estrategia de Búsqueda de Personas Desaparecidas en El Salvador, Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito, 2019.

² Corte Interamericana de Derechos Humanos; Caso Velásquez Rodríguez Vs. Honduras; Sentencia de Fondo, del 29 de julio de 1988; Serie C No. 4. Párr. 166.

de actuar de manera diligente y coordinada frente a la existencia de riesgos reales e inmediatos que sean generados por los diversos actores generadores de violencia.

Dentro de la región Centroamericana y sobre todo en El Salvador el fenómeno de las desapariciones es una realidad vinculada a diversos delitos y ha presentado en los últimos años, el apareamiento de actores como carteles de droga y otras organizaciones criminales con mucho poder (Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito, 2019) que reclutan a los miembros de pandillas como “mano de obra” barata. De acuerdo con diversos casos, los cadáveres de las víctimas desaparecidas pueden encontrarse inhumados en cementerios clandestinos u otros lugares que dificultan su hallazgo, mientras las familias permanecen sin noticias de sus familiares y los casos siguen sin resolver.

Las consecuencias de este fenómeno son especialmente graves, ya que la desaparición de una persona implica una vulneración múltiple de derechos fundamentales, además de generar dolor, angustia e incertidumbre constante en sus familiares. Sus efectos no solo atañen a la dignidad de la persona desaparecida, afectan también con sus secuelas el tejido social, la economía del hogar e incluso la condición jurídica de sus familiares.

ENUNCIADO DEL PROBLEMA

“¿Qué efectividad tiene un programa psicoterapéutico en las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social?”

JUSTIFICACIÓN

En los diferentes departamentos del país y alrededor de todos los municipios, cantones y caseríos en los que se divide su extensión territorial, muchas son las personas que desaparecen a diario. Desafortunadamente el gobierno central, las autoridades y otras instituciones tienen una respuesta insuficiente para dar cobertura a este fenómeno que pareciera que cada vez va en aumento. La incertidumbre en la que viven los familiares de las personas desaparecidas les causa un enorme sufrimiento, los desgasta emocionalmente y les inflige heridas emocionales muy difíciles de cicatrizar. No saber qué ha sido de la persona que no está más y no poder darle una sepultura digna o llorar su muerte en una tumba supone una carga insoportable para las personas que permanecen con vida aunado al terror constante y la impotencia de ser víctimas también si se habita en territorios donde los grupos pandilleros, causantes en la mayoría de casos de las desapariciones, se movilizan con impunidad total.

Por consiguiente, las familias de las personas desaparecidas, las víctimas secundarias viven sumidas en la angustia y la desesperación, a menudo pasan años sin recibir noticias de sus seres queridos ante la incapacidad de respuesta de las instituciones que conforman el estado y otras organizaciones de la sociedad civil, este tipo de población se vuelve invisibilizada puesto que, si bien se proporcionan servicios de asesoría legal, acompañamiento jurídico o en última instancia la búsqueda de los restos por un oficio de alguna corte no existe un protocolo que atienda las distintas necesidades psicosociales presentadas en una situación de naturaleza tan compleja.

Por tanto, sabiendo de las bondades que los programas psicoterapéuticos de modalidad grupal pueden proporcionar a los participantes debido a experiencias previas y siendo conscientes de la necesidad de auxiliar las necesidades psicológicas de los familiares de personas desaparecidas nace el interés de realizar la presente investigación.

Ésta se justifica desde una perspectiva psicosocial debido a que las afectaciones de las víctimas secundarias van más allá del ámbito individual y es que la familia, la comunidad y los distintos sistemas que conforman la cotidianidad de las personas se ven perturbados de diversas maneras, desde la constante incertidumbre angustiosa que se transfiere de persona a persona con gran facilidad o la alternancia entre la esperanza y la desesperación sin aviso previo que suscita actuaciones impulsivas hasta la hipervigilancia provocada por el deseo de encontrar a su familiar, etc. Por estos aspectos que varían según las

características y particularidades de estos casos es necesario profundizar el foco de la problemática para comprender a cabalidad las dimensiones de ésta misma.

Por lo anteriormente descrito, surge la importancia de darle realce a la presente investigación, ya que el trabajo práctico llevado de la mano junto a una sólida fundamentación teórica permitirá establecer un protocolo para que se trabaje en el futuro con población similar a la muestra, puesto que se pretende aportar una modalidad de atención que permita retomar el sentido de continuidad de la vida de cada uno de estos individuos y de esa manera mejorar la convivencia con ellos mismos y con su entorno para orientarse a sí mismos en sus actividades y proyectos que se encuentran cristalizados por la vivencia de la desaparición de un familiar a causa de la violencia social.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL:

→ Implementar un programa psicoterapéutico a víctimas secundarias de desapariciones por violencia social con el propósito de establecer los efectos de este sobre las necesidades presentadas por las personas afectadas y a partir de ello cimentar un protocolo de atención dirigida a dicho tipo de población.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Conocer las principales características y necesidades psicológicas presentadas por las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social.
- Medir la eficacia del programa psicoterapéutico mediante la aplicación de instrumentos psicométricos para comprobar los efectos generados al finalizar el proceso en su totalidad.
- Crear un protocolo de atención pertinente y eficaz que permita solventar las necesidades psicológicas específicas de las víctimas secundarias de desapariciones forzadas.

DELIMITACIÓN DEL ESTUDIO

Espacial: La investigación se realizó en la Unidad de Atención Psicosocial de Cruz Roja Salvadoreña, Delegación Española; 17 calle poniente y Av. Henry Dunant, Centro de Gobierno, San Salvador.

Social: se tomaron como sujetos de estudio 30 víctimas secundarias de desapariciones por violencia social que siguen procesos de atención en Cruz Roja Salvadoreña.

Temporal: Dicha investigación se llevó a cabo durante el periodo de febrero a agosto de 2019.

Temática: de igual manera la investigación se realizó bajo el enfoque de la psicología aplicada, puesto que se pretendía evaluar los efectos de un programa psicoterapéutico con personas que sufren la expresión de la violencia social a través del fenómeno de las desapariciones.

CAPITULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 DEFINICIONES DE DESAPARICIÓN FORZADA

La desaparición forzada es un amplio fenómeno de carácter sociopolítico y es sin duda, una de las violaciones más brutales de los derechos humanos de la víctima directa, pero también de su familia misma y demás personas cercanas. Esta acción vulnera ampliamente el derecho a una vida digna, el derecho a la verdad, particularmente a conocer la verdad sobre las circunstancias de la desaparición o el derecho a la protección y a la asistencia a la familia debido que las víctimas secundarias que en la mayoría de casos suele ser este grupo, sufren las repercusiones de la desaparición tanto sociales como psicológicas sin ningún tipo de ayuda o red de apoyo.

Hablar de la desaparición forzada siempre ha sido complejo y es que es un concepto que ha venido evolucionando lentamente debido a la falta de certeza al momento de concretar su tipificación, de acuerdo con la Convención Internacional para la Protección de todas las Personas contra las Desapariciones Forzadas (2006), en su segundo artículo señala que se entiende por desaparición forzada “*el arresto, la detención, el secuestro o cualquier otra forma de privación de libertad que sean obra de agentes del Estado o por personas o grupos de personas que actúan con la autorización, el apoyo o la aquiescencia del Estado, seguida de la negativa a reconocer dicha privación de libertad o del ocultamiento de la suerte o el paradero de la persona desaparecida, sustrayéndola a la protección de la ley.*”

Los conceptos que se han construido acerca de la desaparición forzada varían en mínimamente dependiendo de la materia desde la que se aborde el tópico:

Por “desaparición forzada de personas” se entenderá la aprehensión, la detención o el secuestro de personas por un Estado o una organización política, o con su autorización, apoyo o aquiescencia, seguido de la negativa a informar sobre la privación de libertad o dar información sobre la suerte o el paradero de esas personas, con la intención de dejarlas fuera del amparo de la ley por un período prolongado. (Estatuto de Roma de la Corte Penal Internacional, 1998).

Por otro lado, se cuenta con la definición de desaparición forzosa o inquietante, según la asociación española radicada en Murcia, sosdesaparecidos (s.f.):

“Es aquella en la que la persona ha podido ser objeto de algún delito, es decir, que existan causas criminales, como un secuestro, asesinato, secuestro parental, homicidio, extorsión, etc. Son casos en los que se descarta la fuga voluntaria e involuntaria y ni siquiera la gente más cercana encuentran una explicación, cuando se contradice con su comportamiento habitual”.

Ahora, si se analiza bien la definición anterior, a pesar de ser de una organización ubicada en España, se relaciona de mejor manera con lo que acontece en nuestro país. Muchas personas desaparecen sin que se sepa la razón a cabalidad, puede ser a consecuencia de riñas personales, por relaciones con grupos delincuenciales o simplemente por estar en el lugar y momento equivocado, no se sabe a ciencia cierta, sin embargo, si es bien sabida la afectación que supone para las personas que rodean a la persona desaparecida.

En el caso de la investigación presente, se hará uso del término: *desaparición por violencia social*, el cual será definida como: el efecto de desaparecer de una persona debido al accionar del crimen organizado, delincuencia pandilleril y en casos aislados, por cuerpos de seguridad. Esto con el objetivo de deshacerse de la persona por múltiples razones, entre las más comunes, para enviar una amenaza a los supervivientes del hecho (víctimas secundarias), por venganza, por ser considerado un incordio o simplemente por no seguir alguna orden de los hechores de la desaparición. Esto en razón de que, las desapariciones que ocurren en la actualidad no tienen que ver con autoridades estatales u organizaciones afines a éste, sino con grupos delictivos que utilizan dicha acción como mecanismo de control social al sembrar el miedo y pánico sobre la población en general.

2.2 DIFERENCIA ENTRE DESAPARICIÓN FORZADA, POR VIOLENCIA SOCIAL Y PRIVACIÓN DE LIBERTAD

Los conceptos que a continuación se presentan si bien guardan similitudes en cuanto a su relación con hechos de violencia, cada uno de ellos presentan características particulares que marca una diferencia significativa entre ellos.

a) Privación de libertad:

Es el hecho por el cual una autoridad o un particular, procede a privar a otra persona de su libertad física, sin su consentimiento y sin el derecho legal para retener a esta determinada persona. Los objetivos podrían ser varios, pero los elementos que caracterizan su naturaleza, es la privación de libertad sin consentimiento de la víctima y la falta de derecho para su comisión por parte del autor. (Aveiro, 2014)

Mientras que el Código Penal de la República de El Salvador (1997) cuenta con una definición más práctica y la señala como la acción de que alguien privare a otro de su libertad individual.

De igual manera cabe señalar que el Código Penal no reconoce la desaparición de personas cometida por particulares como la acción de privar de su libertad a otro, aunque no intervengan servidores públicos ni tampoco que estos brinden su aquiescencia para que esto ocurra. Es reconocida nada más como el cometer el acto de desaparecer a un individuo habiendo recibido órdenes o instrucciones de funcionario o empleado público, agente de autoridad o autoridad pública.

b) Desaparición forzada:

Por desaparición forzada de personas se entenderá la aprehensión, la detención o el secuestro de personas por un Estado o una organización política, o con su autorización, apoyo o aquiescencia, seguido de la negativa a admitir tal privación de libertad o dar información sobre la suerte o el paradero de esas personas, con la intención de dejarlas fuera del amparo de la ley por un período prolongado

c) Desaparición por violencia social

Para establecer una definición y diferenciación de lo que comprende la desaparición por violencia actual y los dos conceptos anteriormente señalados es preciso primero conocer que se entiende por persona desaparecida: Toda persona que se encuentre en paradero desconocido para sus familiares o que, sobre la base de información fidedigna, haya sido dada por desaparecida.

Se entenderá por desaparición por violencia social: toda persona que se encuentre en paradero desconocido para sus familiares que a diferencia de la desaparición forzada el hecho no es perpetrado por el estado o una persona en particular, si no por grupos delictivos organizados (pandillas)³ en la mayoría de los casos actuales el componente político-ideológico ha sido desplazado ya no es necesario pertenecer a organización guerrillera o movimiento popular alguno para ser desaparecido o “levantado”, eufemismo

³ Las pandillas se organizan en clicas que son grupos barriales, de entre 10 y 60 personas, que controlan la actividad criminal en un territorio específico. Las clicas tienen cierta autonomía en el control de su zona, pero las cabecillas responden a liderazgos zonales y nacionales. En El Salvador las dos agrupaciones principales son la Mara Salvatrucha y la pandilla Barrio 18 (que está dividida en dos grupos: los Sureños y los Revolucionarios).

con el que ahora se designa a este nuevo tipo de desapariciones. No es el mismo contexto, no la misma crisis, y el autor de las desapariciones se ha diversificado.

Definido lo anterior, **deberá entenderse como víctima secundaria de desapariciones por violencia social** a las personas que experimentan la desaparición de una persona allegada o con un alto grado de cercanía, que tenga como perpetrador a actores armados (grupos pandilleros, cuerpos de seguridad del estado, etc.), puesto que la persona que ha sido desaparecida resulta la víctima directa del ilícito, las personas cercanas se vuelven los “sobrevivientes” del hecho de violencia y como tal experimentan numerosas consecuencias tanto sociales como psicológicas, entre ellas; el estigma, señalamientos, afectación emocional, cognitiva, interpersonal, intrapersonal y demás.

2.3 ANTECEDENTES HISTORICOS DE LAS DESAPARICIONES FORZADAS

Con el surgimiento de la Declaración de los Derechos del Hombre y del Ciudadano de 1789⁴, se lograron reconocer los derechos políticos, sociales y los derechos humanos de las personas, un hecho de importante mención para la desaparición forzada de personas (en adelante DFP).

Lo anterior es importante como antecedente en la definición de la DFP, dado que en el articulado general de la declaración se estatuyeron por primera vez los derechos de libertad, de seguridad, de resistencia a la opresión, a no ser acusado ni detenido más que en los casos establecidos en la ley, a la presunción de inocencia, a que la autoridad evite todo rigor innecesario hacia los ciudadanos y a que la fuerza pública se utilice sin fines particulares.

Éstos derechos son los que precisamente, se ven lesionados en el delito de DFP, hasta nuestros días. Si bien la declaración dio pie a una nueva era en el derecho, el respeto de esas garantías ha sido una búsqueda constante, e incluso encontraría un retroceso con el surgimiento en 1939 de la Segunda Guerra Mundial, periodo en el que la ley se utilizó de forma negativa en detrimento de la humanidad, permitiendo la comisión de DFP.

En dicha guerra, el autodenominado “Tercer Reich” daba tanta legitimidad a su posición extremista, que incluso dotaba y fundaba sus ideas y afirmaciones respecto al antisemitismo y el nacionalismo en instrumentos legales, con una clara deformidad de los bienes jurídicos, inspirada por la mentalidad de pocas personas.

⁴ Declaración que formó parte de la Constitución Francesa de 1791, como prefacio.

Los instrumentos legales del Tercer Reich eran configurados con la finalidad de dejar con pocas posibilidades de supervivencia a las personas discriminadas en Alemania, así como también permitir la DFP.

El Decreto “Nacht und Nebel” (1941) o “Directivas Para la Persecución de las Infracciones Cometidas Contra el Reich o las Fuerzas de Ocupación en los Territorios Ocupados”, establecía protocolos y normas para “eliminar y acabar” con todo aquél que pudiera considerarse enemigo o de ideología contraria a la del régimen, además de contener la obligación a las autoridades del Tercer Reich de “desaparecer” a los integrantes de la resistencia, evitando que se conociera sobre el paradero o situación de las víctimas.

La DFP fue una de esas formas de represión, enfocada, además hacia contendientes y adversarios políticos, contra otros grupos de víctimas como periodistas, activistas en favor de los derechos humanos, grupos desprotegidos como niños y mujeres y más recientemente, sujetos y víctimas del crimen organizado y el terrorismo.

2.4 CAUSALES DE LAS DESAPARICIONES

Arias, Vásquez & Leiva (2014) exponen: *“Las causas y condiciones que originaron las Desapariciones Forzadas de personas en El Salvador, provienen de circunstancias complejas como: La historia del país y sus relaciones de injusticia. Viene desde la conquista de los españoles dándose la resistencia de los indígenas siendo relevantes, las rebeliones de 1529, 1537, 1539 y la de los Nonualcos en 1833, todas estas con las características de sublevación de la sociedad civil contra el poder militar impuesto por los sectores económicamente poderosos que los despojaron de sus tierras”*

Durante la historia de El Salvador surgieron diversos intentos por ejercer el poder político por parte de los civiles en 1932 y 1979, al igual que las anteriores concluyeron con masacres y ejecuciones sumarias, hasta tener el control total sobre la base de utilizar el aparato del Estado para reprimir a través de asesinatos, desapariciones forzadas a personas consideradas opositores

En El Salvador desde mediados de la década de los 70, y la década de los 80, se dio una persecución en contra de toda persona que se creyera era oponente al régimen en el poder; hombres y mujeres sin importar sus edades, que por su participación en grupos u organizaciones de carácter social y/o popular, religioso, sindicales, campesinas, estudiantiles, universitarias, de mujeres, partidos políticos; o bien por su calidad de ideas

que cuestionan el orden social establecido, son percibidos e interpretados, desde la prisma de la doctrina de la Seguridad Nacional, como “nocivos para la estabilidad y la armonía interna nacional”, y son señaladas como entes peligrosos para la sociedad y consecuentemente condenados a su eliminación, como medio para erradicar el mal social⁵. La realidad socio- política de nuestro país ha estado fuertemente marcada por la injerencia del poder militar sobre la sociedad civil teniendo poder sobre las decisiones políticas.

3. VIOLENCIA SOCIAL

La Organización Mundial de la Salud (2002) define la violencia como:

“El uso intencional de la fuerza física, amenazas contra uno mismo, otra persona, un grupo o una comunidad que tiene como consecuencia o es muy probable que tenga como consecuencia un traumatismo, daños psicológicos, problemas de desarrollo o la muerte”.

Esta definición aborda el aspecto general de la violencia, pero al ser un tópico tan extenso es necesario clasificarlo en tipos y uno de ellos compete e interesa específicamente en esta investigación y es el de la violencia social.

En referencia a esto, Corsi y Peyru en el año 2003 definen y hacen un desglose de la violencia social para comprender adecuadamente este fenómeno tan extenso. En su escrito señalan que por violencia social se entienda todo aquel acto que conlleve un impacto social que atente contra la integridad tanto física, psíquica o relacional de una persona o un colectivo, siendo dichos actos llevados a cabo por un sujeto singularmente o por la propia comunidad.

La violencia social por lo general tiene como objetivo obtener o mantener cierto poder y estatus social. Sin embargo, en muchas ocasiones esta va vinculada a la violencia política, en la que se realizan actos violentos con el objetivo de lograr un poder político o la violencia económica, en la que el objetivo es la obtención de capital.

En otros casos, este tipo de violencia es ejercida con el propósito de conseguir una mejora en las condiciones de vida o como forma de protesta por un trato supone vejaciones, como ocurre en algunos motines y revueltas. En otras ocasiones se pretende disminuir el poder

⁵ Instituto de Derechos Humanos de la UCA, “La agenda pendiente, diez años después: (de la Esperanza Inicial a Las Responsabilidades Compartidas)”, 1º Edición, UCA Editores, 2002, El Salvador, pp. 7-11

de los demás con el fin de perjudicarles a ellos o a sus puntos de vista, o bien para aumentar la percepción de la propia autoridad.

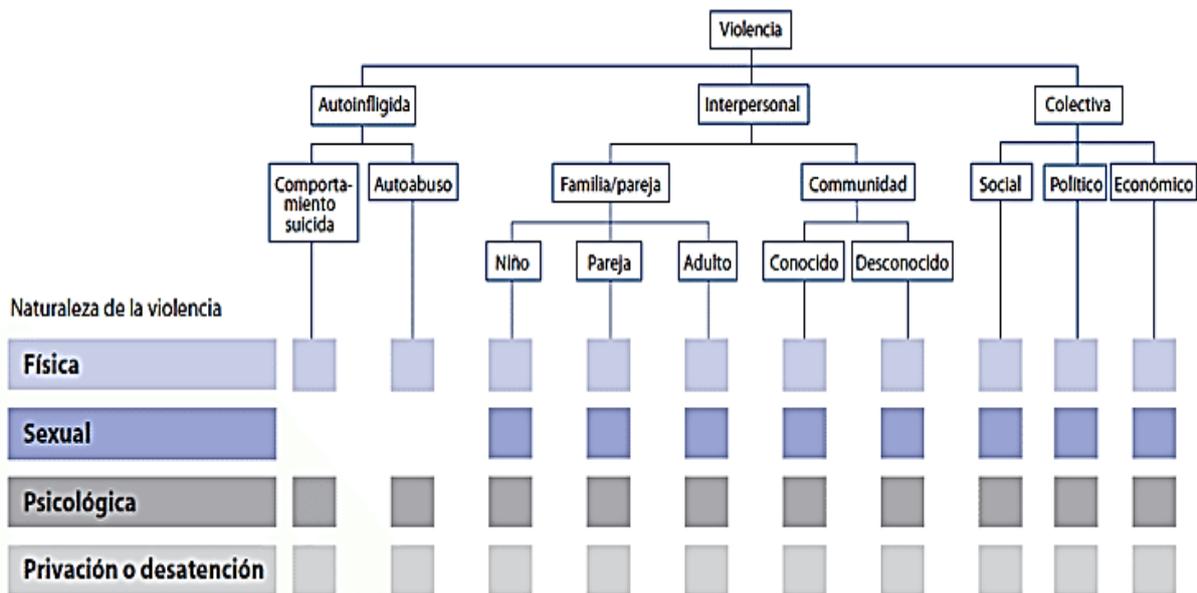
La violencia en el país es una constante histórica, sin embargo en la actualidad ésta se ha visto agravada por la corrupción y hasta cierto punto, pasividad por parte de las instituciones para erradicarla. Se vive en una cultura de violencia y esta cultura se ha configurado porque históricamente la sociedad ha estado dominada por el irrespeto a los valores más elementales de la vida, la impunidad, el desprecio por la dignidad de otras personas, y la indiferencia. Este contexto favorece el cultivo de vicios que le benefician a personas e instituciones, aún en detrimento de la justicia. En este país se vive en una constante violencia: electoral, familiar, delincriminal y por supuesto, social.

3.1 TIPOS DE VIOLENCIA SOCIAL

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

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

Esquema 1: Tipos de violencia social



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

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

- ✓ **Violencia auto infligida:** Es la violencia que un individuo ejerce sobre sí mismo. Existen diversos acontecimientos o circunstancias estresantes que pueden aumentar el riesgo de que las personas atenten contra sí mismas. Entre tales factores figuran la pobreza, la pérdida de un ser querido, las discusiones familiares o con amigos, la ruptura de una relación y los problemas legales o laborales. Aunque estas experiencias son frecuentes, sólo una minoría se ve impulsada a suicidarse. Para que estos factores precipiten o desencadenen el suicidio, deben afectar a personas predispuestas o particularmente propensas, por otros motivos, a atentar contra sí mismas.

- ✓ **Violencia interpersonal:** se refiere a cualquier acción u omisión que cause daño físico, sexual, o psicológico/emocional entre parejas, ex parejas, u otras relaciones interpersonales. Comprende la violencia juvenil, la violencia contra la pareja, otras formas de violencia familiar como los maltratos de niños o ancianos, las violaciones y las agresiones sexuales por parte de extraños y la violencia en entornos institucionales como las escuelas, los lugares de trabajo, los hogares de ancianos o los centros penitenciarios. La violencia interpersonal cubre un amplio abanico de actos y comportamientos que van desde la violencia física, sexual y psíquica hasta las privaciones y el abandono.

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

En 2018, Chávez y Hernández relacionan en su investigación esta última definición sobre violencia colectiva a lo acontecido actualmente en El Salvador reconociendo como violencia criminal, la ejercida principalmente por grupos delincuenciales denominadas “maras” o “pandillas”.

Estas personas, los miembros de pandillas se identifican con su estructura criminal, para obtener fines políticos (en algunos casos, por ejemplo, la tregua⁶ que se dio en el 2012 con el gobierno) y económicos (mediante extorsiones a la población⁷), generando así, actos violentos contra la población civil, vulnerando los derechos humanos, principalmente su economía, su salud física y mental, la educación, la seguridad, etc.

Cabe mencionar que dentro de los móviles que impulsan este accionar (la desaparición de las víctimas directas) por parte de las pandillas es el **control social**, puesto que es más fácil ejercer el poder sobre una población que se encuentra atemorizada, con el agregado de que resquebrajan el tejido social al destruir la institucionalidad que componen las familias.

4. DESAPARICIONES EN EL SALVADOR

A) DESAPARICIONES FORZADAS

Arias, Vasquez & Leiva (2014) explican que la instauración de la violencia de manera sistemática, el terror y la desconfianza en la población civil son los rasgos esenciales de los primeros años de la década de los 80. La desarticulación de cualquier movimiento opositor o disidente por medio de detenciones arbitrarias, asesinatos, desapariciones selectivas e indiscriminadas de dirigentes devino en práctica común.

El método de la desaparición forzada de personas se constituyó como una práctica sistemática perpetrada por agentes de diferentes ramas o niveles del Gobierno, o por grupos organizados o particulares que actuaban en nombre del gobierno, o con el apoyo directo o indirecto, el consentimiento y la aquiescencia del mismo gobierno, contra personas consideradas como peligrosas para la seguridad del Estado.

La desaparición forzada de personas antes y durante de la guerra en El Salvador, constituyó una práctica sistemática de violaciones a derechos humanos, ejecutada y tolerada por todos los agentes que componían el estado (militares, paramilitares y otros funcionarios). Este fenómeno era parte de la estrategia militar de tierra arrasada, que impulsaba operativos militares cuyo fin era desarticular y destruir poblaciones que se consideraban “base social de la guerrilla”.

⁶ Negociación establecida en el año 2012-2014 entre los miembros de las dos grandes pandillas y el gobierno bajo el mando del partido FMLN cuyo objetivo buscaba disminuir los índices de violencia en el país a cambio de medidas menos drásticas hacia ellos.

⁷ Impuesto establecido por los grupos delincuenciales a negocios informales, micro negocios a cambio de seguridad.

El esfuerzo de Pro-Búsqueda ha permitido conocer detalladamente las características de la desaparición forzada de niñas y niños en El Salvador. En cuanto a las edades de los niños desaparecidos, se puede afirmar que el 65% eran menores de 7 años, vulnerables e indefensos. En el marco de estos operativos se practicaron desapariciones de niños y niñas, a quienes, en su mayoría, se les sustrajo luego que sus familiares fueran ejecutados u obligados a huir para proteger sus vidas. Existen casos documentados en los que literalmente los niños fueron arrancados de los brazos de sus madres por miembros de la Fuerza Armada que participaban en operativos militares de contrainsurgencia.

De acuerdo con Lira (2010) la tortura, el desaparecimiento de un hijo o el asesinato de un padre pueden constituirse en un trauma, como ocurre con el abuso sexual en los niños y adultos. Y esto precisamente se evidencia tras 26 años de finalizado el conflicto armado, las madres que perdieron a sus hijos independientemente de las razones tienen muy presente lo vivido en esa realidad y no cuentan con mecanismos que den respuesta a sus súplicas. Aunque es necesario mencionar que en este caso en específico se habla de un **trauma psicosocial** para enfatizar el carácter esencialmente dialéctico de la herida causada por la vivencia prolongada de una guerra. (Martín-Baró, 1990)

B) DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL

Son muchos los casos de salvadoreños que de un día para otro no se encuentran más en sus hogares, lugares de trabajo, centros de estudios, etc. Las interpretaciones para esa situación suelen ser muy diversas, pero con ninguna cesa la incertidumbre que atraviesan los miembros de la familia y demás personas cercanas a quien desapareció.

Sin embargo, las interpretaciones se vuelven aún más perturbadoras si se les aplica la premisa sostenida por el Criminalista de la Fiscalía General de la República, Israel Ticas, detallada en el reportaje: *“Un desaparecido es sinónimo de homicidio”*. Según este principio, las desapariciones en El Salvador no son más que homicidios, en los que los victimarios tienen la capacidad y pericia delictiva para esconder los cuerpos de las personas que asesinan. Esto sugiere que el cuerpo de uno de cada cinco asesinatos no es encontrado por las autoridades. Por lo tanto las personas desaparecidas están sepultadas en tumbas o cementerios clandestinos a lo largo del país.

Los familiares de estas personas que ya no están más sufren el mismo de la tortura, y es que el sólo hecho de recordar a esa persona se vuelve un suplicio, a parte de que la alteración en su cotidianidad se ve en los altos y bajos que

4.1 ESTADISTICAS DE DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL EN EL SALVADOR

La cifra negra se refiere al número o desconocimiento de delitos y delincuentes que no han llegado a ser descubiertos porque no han sido denunciados por sus víctimas o porque no han sido descubiertos por el sistema (justicia o policía).

Ésa es la “zona oscura de la criminalidad”. Porque las víctimas consideran inútil denunciar, porque los hechos son insignificantes, por errores policiales o judiciales. Todo ello, sin dudas, desmejora la imagen y credibilidad de la población sobre la actuación de la policía y la justicia (Las cifras negras de la criminalidad, 2014).

El manejo de las estadísticas de las desapariciones por conlleva el trabajo de tres instituciones, Fiscalía General de la República (FGR), Instituto de Medicina Legal (IML) y Policía Nacional Civil (PNC), dependiendo de la complejidad de dar aviso o denunciar los casos en cada una de estas instituciones, la cifra que se maneja no se encuentra conglomerada y por lo tanto puede ser ligeramente imprecisa.

De acuerdo a la Oficina de Información y Respuesta (2018), OIR, de la PNC en 2018 se contabilizaron para 2018 un total de 1,787 personas desaparecidas, durante enero a octubre de 2018, haciendo un promedio de cinco personas desaparecidas cada día.

A diario se ve en los diferentes medios de comunicación y redes sociales, como personas informan de nuevos extravíos de sus familiares, publicando sus fotos, nombres, donde fueron vistas por última vez, su vestimenta y la información para contactarse con dichas familias. El ministro de Justicia y Seguridad Pública, Mauricio Ramírez Landaverde y el director de la Policía coinciden que de la totalidad de desapariciones solo el 10% termina en homicidios y sus cadáveres en las tumbas clandestinas en lugares desolados del país.

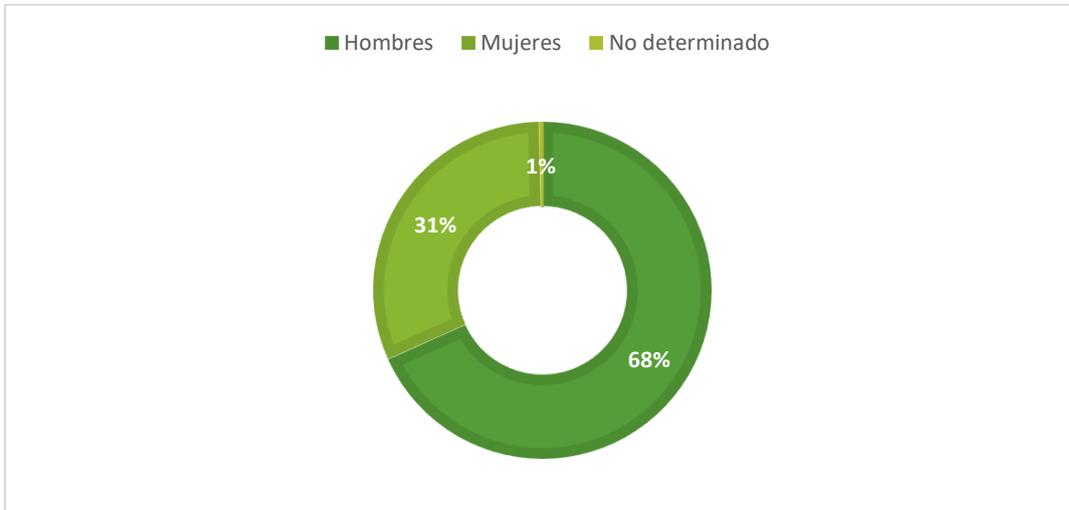
Por otro lado, médicos forenses del Instituto de Medicina Legal (IML), afirman que el 90% de desapariciones, por lo general son hallados asesinados, enterrados en tumbas clandestinas o en barrancos⁸. Este es un tema de contradicción para las diferentes instituciones.

⁸ Retomado de <https://www.elsalvador.com/noticias/nacional/571460/uca-critica-la-baja-de-homicidios-y-el-incremento-de-desaparecidos/>

Personas desaparecidas por sexo

De las 1,787 personas desaparecidas, el 31% son mujeres, equivalente a 560 y 1,220 hombres equivalente al 68%.

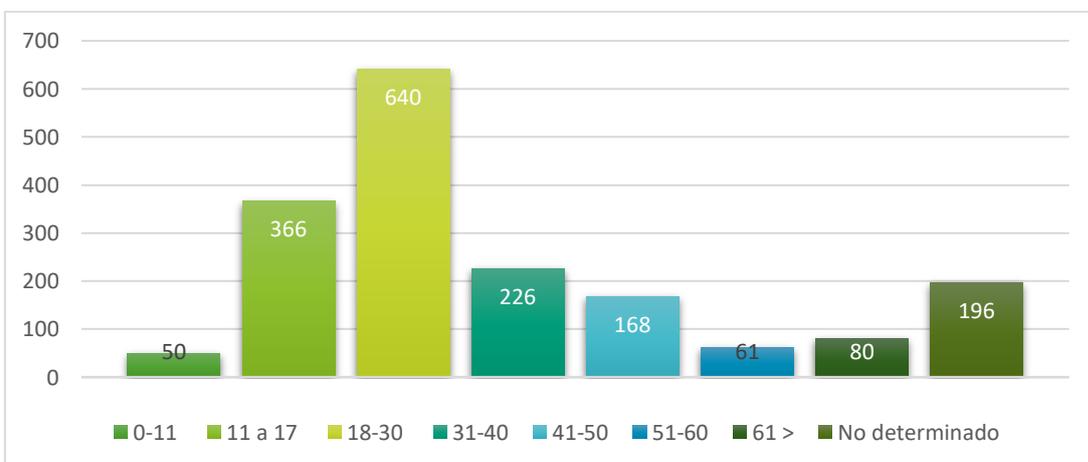
Grafico 1: Personas desaparecidas por sexo hasta octubre 2018



Fuente: Oficina de Información y Respuestas, PNC.

Asimismo, se identifica que, del total de personas desaparecidas, el 35% se encuentra entre las edades de 18 a 30 años, seguido de las de 12 a 17, que representan el 20% y en tercer lugar están las de 31 a 40 años equivalente al 12%. Como se puede identificar el rango de edad más vulnerable son los y las jóvenes.

Gráfico 2: Personas desaparecidas por rango de edad hasta octubre de 2018



Fuente: Oficina de Información y Respuestas, PNC.

Las gráficas muestran que la mayor parte de personas reportadas como desaparecidas tenían entre 18 y 30 años y son de género masculino, lo que significa que estaban en edad productiva.

A través de diferentes publicaciones periodísticas se ha logrado conocer que algunas personas, sobre todo jóvenes, fueron encontradas con vida varios días después de que sus parientes las reportaran como extraviadas. Pero también hay registro de víctimas que fueron halladas asesinadas o, peor aún, que no han sido localizadas pese a que ya pasaron muchos meses sin que se sepa de ellas.

Lo descrito anteriormente deja claro que las cifras no se conocen con exactitud y que la exposición de éstas mismas son un estimado, por lo que existe la posibilidad de que sean aún más las personas que desaparecen día a día en El Salvador.

4.2 CAUSAS DE LAS DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL EN EL SALVADOR

La lógica que antecede a la desaparición forzada de personas es que sin un cadáver, no existe prueba para iniciar un proceso judicial contra el hechor de semejante barbaridad. La lógica no cambia, sin embargo ahora las desapariciones por violencia social no son un secreto, la sociedad está enterada de que las desapariciones son una estrategia para cometer un ilícito y ante la pasividad de las instituciones, sabiendo que no habrá ninguna contramedida ante eso, es el crimen perfecto.

A diferencia de las desapariciones forzadas ocurridas durante el conflicto armado, en la actualidad parecería que los generadores de la violencia social desaparecen personas a diestra y siniestra. Lo particular del fenómeno que se vive ahora es que no necesariamente debe haber alguna acción aversiva hacia este tipo de grupos como sucedía con los estados militares represivos, que cometían dicho crimen como reacción a actos que iban contra el poder y orden establecido.

Como ya se ha mencionado, actualmente las razones por las cuales una persona es desaparecida no son del todo claras y la falta de claridad ante la situación provoca que se siembre el miedo en la sociedad, es decir, se instaura la idea de que cualquier persona desaparecerá en cualquier momento y se teme obviamente por la integridad personal.

De acuerdo con Fabiola Alas (2019), psicóloga de la Unidad de Atención Psicosocial de Cruz Roja Salvadoreña, la mayoría de las desapariciones actuales tienen como

perpetradores a los grupos pandilleriles, las razones son diversas, pero entre las más destacadas se encuentran; el causar sufrimiento a los familiares de la víctima directa de la desaparición, venganzas personales hacia la familia, las víctimas directas pudieron haber sido personas que fueron obligadas a colaborar con estos grupos y se negaron, habitar en colonias de bajos extractos económicos, zonas rurales cercanas a las fincas, zonas urbanas sobrepobladas, o incluso existen casos en los que las personas han sido parejas de miembros de pandillas y por temas de machismo y propiedad las terminan por desaparecer.

Las opiniones de los expertos que trabajan con las víctimas secundarias sobre el porque es que desaparecen las personas por la violencia social comparten muchas similitudes, se considera que; “la mayoría de perpetradores son pandillas, en ocasiones cometer esta acción tiene como objetivo una venganza hacia la persona que es desaparecida, esto además envía el mensaje de amenaza a sus familiares lo cual los lleva incluso a desplazarse internamente, por otra parte, en los casos de las mujeres algo muy frecuente es que alguno de estos miembros de grupos delictivos se sienta atraído físicamente hacia ella y ella se niegue a ser pareja suya y por el resentimiento debido al rechazo la desaparecen” (Pérez, 2019).

Cuando una persona desaparece, usualmente los familiares y personas cercanas no encuentran una explicación a dicho acontecimiento, aunque de alguna manera podía ser algo que en un contexto como el nuestro “iba a pasar en cualquier momento”, situación que refleja la manera en como la violencia está sumamente internalizada dentro de cada individuo que se desenvuelve en nuestra sociedad.

Por su parte, el Ing. Israel Ticas (2019) en su amplia experiencia como criminalista y en la práctica del procesamiento de escenas de crimen y cementerios clandestinos asevera que el primero factor por el que alguien desaparece es que la persona vive en barrios o colonias de riesgo, segundo; tiene familiares que forman parte de los cuerpos de seguridad o tienen vínculos con grupos pandilleriles, tercero; que la persona ignore o haga caso omiso sobre la manera en cómo están divididos los territorios entre los grupos pandilleriles, cuarto; el machismo que lleva a los jóvenes a discutir con cualquiera con el desconocimiento de que el otro individuo puede estar involucrado con estos grupos, quinto; el ser parte de una pandilla y “saber demasiado”, sexto; romper algún código de la pandilla.

Puede evidenciarse por lo expuesto por los expertos que las desapariciones siempre van ligadas a la conexión con alguna estructura pandilleril, aunque cabe aclarar que la relación no es directa necesariamente, simplemente con vivir en una zona donde domina alguno de estos grupos criminales es razón para poder ser una potencial víctima de desaparición por violencia social.

5. LOS FAMILIARES DE LOS DESAPARECIDOS

La Declaración sobre principios fundametales de justicia para las víctimas de delitos y del abuso de poder (1985) indica que podrá considerarse "víctima" a una persona independientemente de que se identifique, aprehenda, enjuicie o condene al perpetrador e independientemente de la relación familiar entre el perpetrador y la víctima. **En la expresión "víctima" se incluye además, en su caso, a los familiares o personas a cargo que tengan relación inmediata con la víctima directa y a las personas que hayan sufrido daños al intervenir para asistir a la víctima en peligro o para prevenir la victimización.** Esto refleja que las personas cercanas al hecho violento deben ser consideradas víctimas, con la denominación: "secundarias".

Ruiz (2015) expone su planteamiento en relación a los "sobrevivientes" de las desapariciones y es que expresa que es triste la experiencia de despedir a un ser querido que parecía ser eterno. Pero es más triste y desconcertante la experiencia de perder a alguien y no poder, siquiera, decirle adiós.

La situación que viven las personas que desaparecen es trágica. Tan trágica como el de sus familiares, que viven en un limbo, sin poder llorar la muerte del ser querido, sumidos en la incertidumbre, atormentados constantemente por la esperanza: una cárcel secreta, una nueva vida en otro país: todo menos la irreversibilidad de la muerte. Muchos invierten años y todos sus ahorros en buscar infructuosamente a sus seres queridos. Además del sufrimiento emocional, puede costarles muy caro desde el punto de vista económico. Normalmente, la persona que desaparece es quien proporcionaba el sustento de la familia, lo que deja a sus mujeres y madres sumidas en la pobreza y la necesidad.

Las personas que desaparecen son, por supuesto, víctimas, pero también lo son las familias que dejan atrás. La desaparición de un ser querido deja profundas secuelas emocionales en sus familiares y suele distorsionar significativamente su vida diaria.

La incertidumbre sobre el paradero de un pariente desaparecido puede afectar, más o menos directamente, a todos los miembros de la unidad familiar. Los familiares de los

desaparecidos son quienes tienen que buscar sentido a la desaparición, ya que son ellos los que viven la ausencia y los que padecen sus consecuencias. En estos casos, uno de los principales obstáculos estriba en aceptar que sus seres queridos ya no están con ellos, que se han esfumado.

Una posible reacción inicial, totalmente comprensible, es creer que el familiar desaparecido se halla oculto en algún lugar que el familiar todavía sigue vivo. *“¿Cómo puede haber desaparecido? ¿Tiene que estar en algún sitio! ¿Han debido de llevárselo!”*.

Declaraciones como esta, bastante frecuentes, ponen de manifiesto lo difícil que suele resultar para las familias encarar el duro golpe que supone una desaparición; es más probable que se aferren a la posibilidad de la detención, más esperanzadora y satisfactoria.

La comunidad a la que pertenecen, también se ve afectada indirectamente dado que las personas desaparecidas forman parte de una comunidad (religiosa, social, política, etc.), su desaparición afectará a los grupos a los que pertenecen, especialmente cuando los responsables de las desapariciones las utilizan como táctica contra ciertos grupos de personas. El familiar de un desaparecido se debate en una batalla constante, no solo para encontrar a su ser querido, sino también para conjurar el temor de que esa persona desaparezca por completo, también tienen que encarar la adversidad desde distintos frentes: jurídico, administrativo, económico, psicológico y psicosocial.

Según el estudio secuelas de la violencia colectiva de Larizgoitia y otros (2011), las víctimas secundarias presentan un choque emocional intenso a raíz del acto violento, que no han olvidado y reviven con intensidad. Las víctimas destacaron emociones de dolor, miedo, impotencia, tristeza, ganas de llorar, angustia, nerviosismo, odio y malestar al recordar el hecho violento. Aunque prácticamente todas las víctimas recordaron el hecho con dolor, los testimonios que abren este análisis recogen el sufrimiento intenso expresado por las víctimas que padecieron la muerte violenta de un familiar.

6. CONSECUENCIAS DE LAS DESAPARICIONES

Las desapariciones por violencia social son sucesos negativos, vividos de forma brusca, que generan terror e indefensión, ponen en peligro la integridad física o psicológica de las personas y dejan a las víctimas en tal situación emocional que son incapaces de afrontar la situación con sus recursos psicológicos habituales. La situación es vivida como traumática, y supone un quiebre en el sentimiento de seguridad de las personas. Como consecuencia, todo el entorno familiar vivirá las consecuencias y padecerá también ese

sentimiento de inseguridad, por lo tanto, toda la estructura familiar quedará alterada. (Cruz, Grande, & Quinteros, 2017)

A raíz de la situación de violencia que se ha vivido una de las consecuencias que los familiares de personas desaparecidas experimentan es el estrés post-trauma que es un trastorno cuyos síntomas aparecen muy frecuentemente en los primeros momentos después del trauma que han vivido las víctimas secundarias. Cuando los síntomas son muy intensos y tienen lugar dentro del primer mes después del trauma, las personas desarrollan un Trastorno por Estrés Agudo, en cambio, si muchos de ellos siguen estando presentes después de un mes el diagnóstico pasa a ser el de Trastorno por Estrés Postraumático. En una minoría de casos los síntomas sólo aparecen después de varios meses del trauma. En estos casos se habla de Trastorno por Estrés Postraumático de inicio tardío.

El trastorno de estrés postraumático se origina tras haber sufrido u observado un acontecimiento altamente traumático tal como las desapariciones de un familiar. Donde la persona se vuelve frágil y la situación traumática vuelve a re experimentar una y otra vez (flashback), en contra de la propia voluntad, a pesar del paso del tiempo, los recuerdos de ese suceso se reviven con todo lujo de detalles, acompañado de intensas reacciones de ansiedad (preocupación, miedo intenso, falta de control, alta activación fisiológica, evitación de situaciones relacionadas, etc.) Todo ello genera un fuerte estrés, agotamiento, emociones intensas, y pensamientos irracionales que aumentan la intensidad de estrés.

Reyes (2012) señala que tras la pérdida traumática las víctimas secundarias pasan por una pérdida en su autoestima y la sensación de haber quedado privado de un estado ideal. Las personas se sienten indefensas, resignadas o impotente ante cualquier situación penosa, experimentando la reacción afectiva de depresión. En un principio esto generará rabia, pero las personas las dirigirán contra sí mismos, a causa de su ineficacia; por lo mismo, en la depresión, se bloquea la agresión.

El estrés post trauma es de las consecuencias que los familiares de personas desaparecidas en contexto de violencia social sufren, se ha señalado síntomas que pueden experimentar relacionados a cada uno de los trastornos antes mencionados; la magnitud del suceso es tan grande como sus consecuencias y los impactos en diferentes áreas de sus vidas.

6.1 IMPACTO A NIVEL FAMILIAR Y SOCIAL

Los familiares de personas desaparecidas, es decir las víctimas secundarias, sufren un sinnúmero de malestares tanto psicológicos como sociales debido a la falta de su ser querido (Comité Internacional de Cruz Roja, 2014).

Cuando los miembros de una familia se comunican abiertamente y comparten sus preocupaciones durante una crisis, pueden establecer juntos las prioridades y apoyarse los unos a los otros. La falta de comunicación puede hacer que los miembros de una familia sean menos receptivos y capaces de unir esfuerzos para poder superar sus dificultades.

Los siguientes factores pueden explicar el por qué de esta falta de comunicación:

- **Querer “proteger” a los demás:** en “aras” de ahorrar a los demás miembros de la familia el sufrimiento, algunas personas son reacias a expresar sus verdaderos sentimientos y evitan hablar abiertamente sobre la persona desaparecida. Algunos incluso pueden llegar a ocultar información, como las malas noticias.
- **Evitar discusiones por desacuerdos:** ocasionalmente suelen ocurrir inconvenientes entre las personas que conforman un grupo familiar y es que no todos aceptan de igual forma el que su ser querido haya desaparecido. Mientras que algunos hacen el esfuerzo por superar el hecho, otros se mantienen en una pausa generalizada con la esperanza de que la persona vuelva y viven como si nada hubiese cambiado. Esta diferencia de actitudes va mermando poco a poco la convivencia de la familia y genera profundas disputas.

Al hablar acerca del aspecto social del fenómeno de las desapariciones en El Salvador, se aborda un tema sumamente delicado y es que toda la población vive en el marco de tensiones violentas debido a los enfrentamientos entre las pandillas y otros grupos que se disputan rincones, negocios y colonias a lo largo del país y son éstas estructuras quienes realizan estos actos en su mayoría, como ya se comentó antes.

Cuando una persona desaparece, los familiares de éstas personas pueden estar bajo sospecha de simpatizar o tener vínculos tanto con cuerpos de seguridad como con estructuras criminales, puesto que no hay certeza del porqué de la situación, las demás personas tienen por creencia popular que quien desapareció “*andaba metido en algo*”.

Las personas que conforman su círculo social, por temor a verse perjudicadas por asociación, pueden marcar distancias con los familiares de los desaparecidos, y esto sucede incluso con el grupo primario de apoyo, es decir la familia.

En algunas comunidades, las esposas de los desaparecidos pueden ser estigmatizadas por haberse quedado sin la protección del hombre o porque se han visto obligadas a transgredir las normas sociales establecidas y asumir la función del hombre, es decir, trabajar, proveer, etc. El estigma puede agravarse cuando existe la creencia de que las mujeres no sufren la desaparición de su pareja debido a que no muestran intensas manifestaciones emocionales de pesar.

6.2 IMPACTO PSICOLÓGICO

Druso (2017) señala que, *“la desaparición de una persona provoca en sus familiares cercanos un impacto negativo a nivel psicológico de proporciones desmesuradas, puesto que es una situación inesperada y de duración indeterminada. De hecho, los familiares no pueden seguir el rumbo normal de un proceso de duelo (negación, ira, pacto, depresión y aceptación), puesto que un desaparecido no está muerto hasta que se hallen sus restos.”*

Según Amor, Echeburúa & Carrasco (2016) el daño psicológico (trauma) se refiere, por un lado, a las lesiones psíquicas agudas producidas por el delito violento, que, en algunos casos, pueden superarse con el paso del tiempo y la ayuda del apoyo social o un tratamiento psicológico adecuado; sin embargo, sin un adecuado tratamiento las secuelas emocionales persistirán en las personas de forma crónica como consecuencia del suceso sufrido e interfiriendo negativamente con su vida cotidiana. En uno y otro caso, para estos autores, el daño psíquico es la consecuencia de un suceso negativo que desborda la capacidad de afrontamiento y de adaptación de las víctimas secundarias a la nueva situación.

De acuerdo a Enciso & Pulido (2014) dentro del proceso de daño psicológico causado a los familiares de desaparecidos se evidencian cuatro momentos: la detención, la acción de búsqueda, la renegación social del desaparecido y asimilación de posible muerte.

La detención: Dentro del primer momento o detención, la incertidumbre, el desasosiego que genera la falta de información y negación de la desaparición en sí misma por parte de las autoridades, genera en los familiares un sentimiento de impotencia propia y de incredulidad e inseguridad judicial. Así mismo, si no se conoce su paradero, la justicia

parece no poder llevar a cabo ninguna acción, pues ante las autoridades siempre cabe la posibilidad de estar en algún sitio por voluntad propia, haber sido liberado o estar simplemente perdido. Esto genera una sensación de desamparo, de marginalización y de inseguridad simbólica y material. Así mismo se da una alteración del sentido de legalidad.

La acción de búsqueda: esta se representa por la incertidumbre permanente por la espera del ser querido, pues acá se mantiene la esperanza de que el desaparecido sigue vivo. De allí surge la necesidad permanente de buscar, no sólo al ausente, sino también las explicaciones permanentes sobre la forma y la causa de la desaparición, es una exigencia de verdad.

La renegación social del desaparecido: se refiere a la dificultad que vivencia la familia debido a la estigmatización y polarización social frente a la desaparición. En muchas ocasiones, ni las redes de soporte más cercanas, como lo son la familia misma o los amigos, terminan siendo un soporte; al contrario, dan muestras de un evidente aislamiento debido a la desconfianza. Esto genera un sentimiento de soledad permanente y de aislamiento, acompañado de la confusión producida por la falta de apoyo. La marginación y la impotencia frente al daño del buen nombre del familiar desaparecido hace que se pierda la valoración social a cambio de un rechazo evidente, su víctima ha sido denigrada.

Se presenta un deterioro afectivo y subjetivo pues se convive con sentimientos contradictorios y ambivalentes como fuerza e impotencia, vergüenza y odio, miedo y fortaleza, esperanza y desesperanza. Es un periodo de fuerte angustia que lleva a intentar asimilar la desaparición en una constante incertidumbre de si está vivo o muerto, pero siempre relacionada con daños extremos como tortura, enfermedad, estado físico y mental lamentable, lo que ayuda a que se produzca un efecto de culpa y pérdida. El aislamiento se convierte en un mecanismo de salvaguardia ante ver el tiempo estancado en el momento de la desaparición y la imposibilidad de rehacer la vida.

La asimilación de posible muerte: éste es el último estadio psicológico que atraviesan las personas que sufren la desaparición de su ser querido. En medio de un duelo de imposible elaboración pues aquí la muerte no tiene explicación y se entiende como un castigo; un duelo inconcluso que conlleva desesperación, melancolía y confusión.

En un duelo normal la pérdida tiene una temporalidad, a pesar de que sus etapas no sean vividas en el orden establecido, mientras que en la desaparición se convierte en permanente donde se cronifica la rabia, el dolor, el sufrimiento, el odio, mostrando

alteraciones de los proyectos vitales y daños a la integridad de la propia persona. La desaparición se contextualiza entonces no sólo en un castigo para la víctima, sino para toda el grupo familiar.

Cuando una familia pierde un miembro, ya sea por muerte natural, enfermedad, muerte violenta, etc. Estos entran en un proceso natural de duelo, en el cual el doliente pasa por una serie de etapas entre las que pueden estar el estado de shock, la negación, la ira o el enojo, el pacto, la depresión y finalmente la aceptación, este proceso lleva a los familiares a superar y asimilar finalmente la pérdida del ser amado. Sin embargo en el fenómeno de desaparición, la situación es diferente, en estos casos los familiares sufren un proceso de duelo interrumpido o un dolor suspendido (Gutierrez de Piñeres, s.f.)

Castaño H. (2003) señala que la desaparición y las diversas amenazas constantes hacia la integridad física de las personas y especialmente de las personas que quedan, el rumor, el despliegue de la fuerza, las condiciones de vida humillantes, los mensajes macabros enviados a través de los cuerpos de los asesinados en tortura, son apenas algunas de las formas como en Latinoamérica se ejerce la tortura psicológica... La tortura a una persona se reproduce por sí misma en su familia y en la sociedad.

Existe además, dentro de la Clasificación Internacional de Enfermedades (1993) un diagnóstico llamado; transformación persistente de la personalidad tras experiencia catastrófica, que se define como una transformación persistente de la personalidad que puede aparecer tras la experiencia de una situación estresante catastrófica. El estrés debe ser tan extremo como para que no se requiera tener en cuenta la vulnerabilidad personal para explicar el profundo efecto sobre la personalidad. Son ejemplos típicos: experiencias en campos de concentración, torturas, desastres y exposición prolongada a situaciones amenazantes para la vida (por ejemplo, secuestro, cautiverio prolongado con la posibilidad inminente de ser asesinado).

Los familiares de los desaparecidos, viven un hecho violento (la desaparición) y en nuestro contexto, todo lo que deviene de ello, es decir, desplazamiento forzado, amenazas, persecuciones por grupos que desean atentar contra su vida, etc. Por el constante peligro para su vida, es posible que dependiendo de las condiciones de cada caso, se experimente dicha transformación de la personalidad como ya fue mencionada.

6.2.1. RELACIONES INTERPERSONALES

Para los familiares de personas desaparecidas disfrutar de relacionarse con los demás puede darles la sensación de traicionar el recuerdo de la persona desaparecida, lo que los lleva a limitar su vida social pero no solo el sentimiento de traición hacia su familiar puede limitar las relaciones interpersonales de las víctimas secundarias.

En algunos contextos, las desapariciones pueden ser un tema sumamente delicado cuando estas suceden en el marco de tensiones violentas o de un conflicto entre dos grupos antagonistas o más: en estos casos, los familiares de las personas desaparecidas pueden estar bajo sospecha de simpatizar o tener vínculos con ciertos grupos, como en el caso de estructuras criminales que operan en los sectores la estigmatización que viven estas personas en sus comunidades al ser señalizados como: “la madre del desaparecido” o comentarios como: “por algo le sucedió”, los vecinos, conocidos o amistades tienden a alejarse de los familiares de personas desaparecidas por temor a posibles acciones de parte de los victimarios

Las personas de su círculo social, por temor a verse perjudicadas por asociación, pueden marcar distancias con los familiares de los desaparecidos. En algunas comunidades, las madres o esposas de los desaparecidos pueden ser estigmatizadas por haberse quedado sin la protección un hombre o porque se han visto obligadas a transgredir ciertas normas sociales y asumir la función del varón. El estigma puede agravarse cuando existe la creencia de que estas mujeres han tenido incidencia en la desaparición de su familiar.

El estado de hipervigilancia, la desconfianza y el miedo que adoptan las víctimas secundarias les impide relacionarse con los demás por temor de ser nuevamente víctimas de un suceso violento, por temor a estar siendo “Vigilados” por las personas que desean acercarse a ellas y la percepción de que todos a su alrededor podrían tener algo que ver con lo que le sucedió a su familiar.

En casos extremos, la convicción de que el desaparecido puede aparecer en cualquier momento paraliza la vida de una persona: por ejemplo, el padre de un desaparecido lleva años sin salir de casa por miedo a que su hijo se hubiera olvidado las llaves. Para estas personas, es como si su vida se hubiese detenido cuando desapareció su ser querido y solo se volverá a reanudar cuando este regrese. No son capaces de hacer frente a la incertidumbre, a los eventuales cambios en sus vidas e, incluso, a la vida misma.

6.2.2. AFECTACIÓN COGNITIVA (PENSAMIENTOS)

El pensamiento es *“una actividad global del sistema cognitivo que ocurre siempre que nos enfrentamos a una tarea o problema con un objetivo y un cierto nivel de incertidumbre sobre la forma de realizarla. Aunque se asienta sobre procesos de atención, comprensión, memoria, etc. no es reductible a estos”*. (Vega, 1990)

Los pensamientos conforman una parte importantísima de la totalidad del ser humano, los pensamientos dependiendo del contexto, condicionantes, vivencias y demás, pueden ser nocivos o sumamente beneficiosos para una persona. Al existir un evento traumático, se presentan en su mayoría ideas y concepciones negativas relacionadas al hecho, estos pueden variar de gran manera dependiendo de la persona, sin embargo algo que predomina siempre al vivir una situación de ese tipo es la culpa, este sentimiento y las ideas que le suceden no tienen ninguna lógica debido a que se basan en supuestos sobre todo en el *“si yo hubiera”*.

La sentimiento de culpabilidad puede ser definido en simples términos como el *“sentirse mal”* posterior a una acción que se cree, no fue correcta, adecuada o transgredió alguna norma moral o social. Como tal la culpa no es ni positiva ni negativa, sin embargo, las acciones que devienen de ella si suelen ser en su mayoría negativas, ya que se alimenta de ideas de reproche que llevan a las personas a imaginar que sus acciones han tenido consecuencias irresolubles, posteriormente esas ideas se transforman en sentimientos de desvalorización propia hasta el punto de cuestionarse el porque fue la otra persona la víctima y no ellos.

En el caso de los familiares de personas desaparecidas lo anteriormente descrito ocurre casi al pie de la letra. Según la Asociación Psicológica Americana (s.f.), vivenciar una situación traumática como la desaparición de un ser querido, más aún si se presencié la privación de libertad, hace que se puedan tener recuerdos repetidos y vívidos del acontecimiento. Estas visiones retrospectivas en la mayoría de ocasiones son constantes y se producen sin razón aparente, además de que el revivir con frecuencia dichos recuerdos provoca reacciones físicas, también se evidencian dificultades en la concentración y toma de decisiones, confusión de hechos con facilidad y de igual manera hay alteración de los patrones de sueño y alimentación.

Existe otro fenómeno muy particular que ocurre en los familiares de las personas desaparecidas y es la alternancia entre la desesperación y la esperanza. Algunas familias

le hacen frente a la situación apostando por la esperanza y se aferran a la idea de que su ser querido continúa con vida. En ocasiones, pueden incluso comportarse como si su vida no hubiese tenido cambio alguno.

En diversos contextos se han dado casos de madres que siguen preparando la comida favorita del desaparecido, dejando la luz encendida de la sala de su hogar por si la persona regresa o manteniendo cada una de sus pertenencias en el mismo lugar donde las dejó antes de no volver. Es, en cierto modo, una forma de mantener viva a esa persona y conservar su presencia dentro del grupo familiar.

A falta de una prueba precisa acerca de la muerte de esa persona, cualquier señal, por pequeña que sea, puede reavivar la esperanza: presentimientos, información falsa, rumores, etc.

6.2.3. AFECTACIÓN EMOCIONAL

Echeburúa (2001) citado por Chávez & Hernández (2018) define afectación emocional como un “daño psicológico” Para este autor la afectación emocional atraviesa tres estadios: *“En una primera etapa suele surgir una reacción de sobrecogimiento, con un cierto enturbiamiento de la consciencia y con un embotamiento general, caracterizado por lentitud, un abatimiento general, unos pensamientos de incredulidad y una pobreza de reacciones. En una segunda fase a medida la consciencia se vuelve más penetrante y se diluye el embotamiento producido por el estado de shock, se abren paso vivencias afectivas de un colorido más dramático: dolor, indignación, rabia, impotencia, culpa, miedo, que se alternan con momentos de profundo abatimiento. Y, por último, hay una tendencia a re experimentar el suceso, ya sea de forma espontánea o por un estímulo concreto asociado (como un ruido, olor, persona, objeto, etc.) o por parte de un estímulo más general”* (p. 140)

Las víctimas secundarias de las desapariciones por violencia actual experimenta culpa ante la desaparición de su ser querido La culpa es una emoción muy fuerte que puede impedirles sobreponerse a la situación. La convicción de que se es personalmente responsable de la suerte que ha corrido el ser querido puede hundir a una persona. Ese sentimiento de culpa suele encerrar también un cierto auto reproche. Dependiendo de su intensidad y duración, estas emociones pueden exacerbar el sufrimiento psicológico de los familiares.

Existe de igual manera un sentimiento de culpa y autorreproche por considerarse personalmente responsables, suelen culparse por no haber podido evitar la desaparición de su ser querido, por no haber sabido protegerlo, por dejar que se lo llevaran, por no poder encontrarlo, etc.

Si no están buscando, o si la búsqueda resulta infructuosa, muchas familias pueden tener la sensación de haber abandonado a su ser querido. A esta ansiedad se añade el sentimiento de culpa por no haber hecho lo suficiente o por no haber dado determinados pasos.

Cuando las familias se ven obligadas, contra sus convicciones, a declarar muerta a la persona desaparecida, pueden experimentar esa sensación de haber abandonado o traicionado a su ser querido. Aunque los familiares suelen dirigir su rabia principalmente hacia los responsables de la desaparición de su ser querido, también es normal estar resentido con la persona desaparecida por hacerles sufrir tanto. Es importante señalar que la rabia no siempre se expresa abierta o conscientemente. En ocasiones sale a relucir en los sueños o en somatizaciones.

6.2.4. AFECTACIÓN CONDUCTUAL

La conducta al igual que el pensamiento, comprende los aspectos esenciales del funcionamiento del ser humano. Skinner (1938) padre de la corriente psicológica conductista la definía de la siguiente manera; *"por conducta entiendo simplemente el movimiento de un organismo o sus partes dentro de un marco de referencia suministrado por el mismo organismo o por varios objetos externos o campos de fuerza. Es conveniente hablar de ella como de la acción del organismo sobre el mundo exterior, y a veces es deseable observar un efecto en lugar del mismo movimiento"*.

Esta definición indica que el comportamiento es toda acción de un individuo que se enfoca a conseguir determinado fin, por ende, es algo que todos presentan y realizan siempre, y que dependiendo de ciertos factores tanto internos como externos puede verse afectada.

Dependiendo de como se haya vivido la desaparición del ser querido el cambio en el comportamiento puede ser bastante profundo. Suele ocurrir normalmente que empujados por el deseo de saber, los familiares no escatiman esfuerzos o recursos para indagar en cualquier mínimo detalle acerca de su ser querido, por tanto se desatienden de cualquier tipo de necesidad o de otras personas incluso con tal de tener resultados en su búsqueda.

Para reafirmarse en su convicción de que aún sigue vivo y obtener consuelo, muchas familias recurren a diversas fuentes (psíquicos, chamanés, brujos, etc.) con la esperanza de que les digan lo que anhelan y necesitan oír. Dicha acción les hace albergar falsas esperanzas e impide ciertos reajustes psicológicos que son necesarios para afrontar que un ser querido no está más.

Como ya se ha mencionado, existen numerosos factores que en cualquier momento, pueden incitarlos a reemprender la búsqueda: rumores e información oficiosa facilitada por videntes o intermediarios, la fe, las creencias tradicionales, la ausencia de información clara por parte de las autoridades, el estigma y la presión social.

Aunque tratar de averiguar información es una reacción completamente normal, especialmente en el tiempo inmediatamente posterior a la desaparición, representa al mismo tiempo una fuente inagotable de estrés. La duración y la intensidad de la búsqueda generan un agotamiento físico y mental (algunas familias siguen buscando activamente a sus parientes desaparecidos después de muchos años). Sin asesoramiento, apoyo ni limitaciones, la búsqueda resulta traumática en muchos casos.

Parte de la afectación conductual se ve en adoptar comportamientos erráticos que hagan “olvidar” la condición que se está atravesando, muchos familiares de personas desaparecidas desarrollan una dependencia a las sustancias debido a los efímeros momentos de gozo y placer que estos ofrecen. Sin embargo, recurrir a esta medida en lugar de abonar, pone más conflictos sobre la mesa y es que un uso indiscriminado de la sustancia va mermando poco a poco el sistema familiar hasta llegar a las desintegraciones totales de éstas redes de apoyo.

7. EL DUELO

Perder a un ser querido representa una transición vital que para muchas personas y familias es difícil de afrontar, máxime cuando la sociedad occidental no facilita los esquemas y los apoyos emocionales e instrumentales necesarios para llevarla a cabo. (Ochoa de Alda, 2002)

El duelo es un proceso, y no un estado, natural en el que el doliente atraviesa una serie de fases o tareas que conducen a la superación de dicho proceso, una de las características esenciales de este es que se vive de manera única y subjetiva, es decir; no todos viven el duelo de la misma manera.

Al ser un proceso como tal, la persona atraviesa ciertas fases en las cuales experimenta emociones o situaciones específicas, antes de llegar a una resolución donde se encuentre plena aún ante el evento de pérdida.

Para los fines investigativos, se considera que lo planteado por, Kübler-Ross (1992) en sus 5 fases del duelo se encuentra bastante apegado a las fases que atraviesan las víctimas secundarias de desaparición por violencia social, **más no describe a cabalidad lo que experimentan**, por lo que, si bien se retoma teóricamente el aspecto del duelo, se utilizará el término **pérdida ambigua** para describir las necesidades y efectos presentados por las víctimas secundarias.

- 1) **Negación:** La negación puede ser explícita o no explícita, es decir, que, aunque las personas expresen verbalmente aceptando la información de que el ser querido ha muerto, a la práctica se comportan como si eso fuese una ficción transitoria, es decir, un papel que hay que interpretar sin que se lo crean del todo. En otros casos, la negación es explícita, y se niega de manera directa la posibilidad de que se haya producido la muerte.
- 2) **Ira:** La rabia y el resentimiento que aparecen en esta etapa son fruto de la frustración que produce saber que se ha producido la muerte y que no se puede hacer nada para arreglar o revertir la situación. El duelo produce una tristeza profunda que no puede ser aliviada actuando sobre su causa, porque la muerte no es reversible. Además, la muerte es percibida como el resultado de una decisión, y por eso se buscan culpables. Así, en esta fase de la crisis lo que domina es la disrupción, el choque de dos ideas, la de que la vida es lo deseable y la de que la muerte es inevitable, por lo que es fácil que se den estallidos de ira por la sobre carga emocional.
- 3) **Negociación:** En esta etapa se intenta crear una ficción que permita ver la muerte como una posibilidad que estamos en posición de impedir que ocurra. En la negociación, que puede producirse antes de que se produzca la muerte o después de esta, las personas fantasean con la idea de revertir el proceso y buscar estrategias para hacer que eso sea posible. Por ejemplo, es frecuente intentar negociar con entidades divinas o sobrenaturales para hacer que la muerte no se produzca a cambio de cambiar el estilo de vida y "reformarse".
- 4) **Depresión:** En la etapa de la depresión (que no es en sí el tipo de depresión que se considera trastorno mental, sino un conjunto de síntomas similares), las personas dejan de fantasear con realidades paralelas y vuelven al presente con una profunda

sensación de vacío porque el ser querido ya no está ahí. Aquí aparece una fuerte tristeza que no se puede mitigar mediante excusas ni mediante la imaginación, y que lleva a una crisis existencial al considerar la irreversibilidad de la muerte y la falta de incentivos para seguir viviendo en una realidad en la que el ser querido no está más.

- 5) **Aceptación:** Es en el momento en el que se acepta la muerte del ser querido y se acepta que ese sentimiento de superación está bien. Esta parte se caracteriza porque el dolor emocional del duelo se va extinguiendo con el tiempo, pero también es necesario que las personas reorganicen activamente las propias ideas que conforman su esquema mental. No es una etapa feliz en contraposición al resto de etapas del duelo, sino que al principio se caracteriza más bien por la falta de sentimientos intensos y por el cansancio. Poco a poco va volviendo la capacidad de experimentar alegría y placer, y a partir de esa situación las cosas suelen volver a la normalidad.

Otros autores utilizan el término “tareas” en lugar de “fases”, para definir el proceso que se vive cuando se tiene una pérdida. Worden (1991) define las tareas del duelo como aquello que el doliente tiene que resolver para poder elaborar de una forma adecuada su duelo. Habla de tareas en lugar de hablar de fases o de etapas por una explicación sencilla: al hablar de tareas, da al sujeto la posibilidad de llevar a cabo una acción de manera activa, lo que puede ayudarle a aliviar esa sensación de impotencia. Coloca al sujeto en un lugar activo del duelo, no pasivo.

Worden habla de cuatro tareas, que no tienen por qué realizarse en un orden concreto, ni son sucesivas; es decir, no es necesario completar cada una de las tareas antes de pasar a la siguiente.

1) **Asumir la realidad de la pérdida, tanto a nivel emocional como racional.**

Los bloqueos de esta tarea pueden manifestarse de distintas formas:

- Hablar del fallecido en presente, como si estuviera vivo.
- Mantener la habitación tal y como la dejó, como si éste fuera a volver.
- Retirar todo de la habitación, como si el fallecido nunca hubiera existido.
- Tratar de comunicarse con el fallecido a través de médiums, espiritismo, etc.
- Imaginar finales diferentes plantándose preguntas del tipo “¿qué hubiera pasado si...?”

2) **Elaborar las emociones relacionadas con la pérdida, tales como tristeza, dolor, enfado, ansiedad o culpa.**

Esta tarea puede bloquearse al no permitirse sentir las emociones o estancarse excesivamente en una de ellas. Otras formas de bloqueo son:

- Centrarse sólo en los recuerdos positivos del fallecido.
- Evitar todo contacto con emociones, recuerdos o pensamientos relacionados con el fallecido.

3) Aprender a vivir en un mundo donde el fallecido ya no está presente, con todos los cambios de rol que esto implica.

Esta tarea puede bloquearse si la persona no es capaz de desarrollar habilidades de afrontamiento, o pierde ocasiones para incorporar nuevas habilidades, aislándose y volviéndose dependiente.

La ayuda para elaborar esta tarea puede orientarse hacia la identificación de los nuevos roles que el doliente debe asumir, planificando poco a poco las tareas que debe realizar y reforzando los pequeños avances y cambios de rol que vaya asumiendo.

4) Recolocar emocionalmente al fallecido y seguir viviendo sin olvidarle, pero aprendiendo a convivir con su recuerdo para poder vivir el presente.

La elaboración de esta tarea lleva a muchas personas a revisar su identidad de manera profunda, dando inicio a un proceso de crecimiento personal, al reelaborar los esquemas y valores que hasta entonces configuraban su visión del mundo de sí mismos.

7.1 PÉRDIDA AMBIGUA

Expertos psicólogos relacionan lo experimentando por los familiares de personas desaparecidas por violencia actual con la pérdida ambigua la cual sucede cuando se experimenta una pérdida incierta, inconcreta, difuminada en la posibilidad de que sea sólo un sueño del que se espera despertar cuanto antes, cuándo no existe una constatación, un certificado de defunción, un cuerpo que enterrar. (Ruiz, 2015)

Los síntomas son similares a los del estrés postraumático. La diferencia está en que en la pérdida ambigua el trauma, es decir, la ambigüedad, se alarga indefinidamente, alternando entre la esperanza y la desesperación. Del otro lado se espera que la/el doliente se recupere renunciando a los lazos con la persona perdida y rehaciendo su vida, ojalá en el menor tiempo posible. Con esta urgencia, difícilmente se puede comprender que algunas personas reaccionen de forma diferente, permaneciendo más interesadas en la posibilidad de recuperar lo perdido.

Para amortiguar las sensaciones dolorosas, se recurre con frecuencia a la fantasía, anticipando la pérdida, o recreando lo que no está, intentando poner zancadillas a la realidad, apostando por la puerta entreabierta que deja la incerteza, es el caso del ausente que está siempre presente, o al revés. Y así la vida se convierte en un constante esperar a que la rueda gire y a que llegue por fin el momento ansiado, el despertar de la pesadilla, sin ningún referente que obligue a pisar la tierra y, al fin, poder llorar por la certeza de la pérdida.

En la pérdida ambigua abundan las emociones contradictorias. Se teme y a la vez se desea el final. Se siente rabia y a la vez culpa, amor, miedo. Hay un momento en que no se pueden tomar decisiones, ni actuar, ni liberarse, y esto es comprensible porque la ambivalencia cumple su función y es la de preservar, al menos temporalmente, la ilusión. Porque, hasta que no se demuestre lo contrario, no se ha perdido nada y así se permanece en un constante quedarse e irse, esperar y desistir, odiar y amar.

La sorpresa más inesperada para quien elabora una pérdida en estas circunstancias que después de luchar contra la corriente, de dar tumbos alrededor de sí mismo/a durante tanto tiempo, la ambivalencia y la negación se debilitan dando paso a la aceptación de la incertidumbre.

Vivir con la incertidumbre, algo que se consigue después de mucho resistirse, para pasar a cuestionar la propia necesidad de control, la compulsión por la búsqueda de la solución perfecta, la obsesión por la lógica. Se empieza a definir de otra manera la relación con la persona perdida y con el mundo en general, porque uno se da cuenta de que la vida no siempre es racional ni justa y ese es, precisamente, el motivo por el que el duelo se vive frecuentemente en soledad. Porque la pérdida ambigua desenmascara la fantasía colectiva de la causa-efecto, que tanta tranquilidad aporta cuando el punto de apoyo depende de las certezas. El trabajo de duelo es inmenso en algunos de estos casos, ya que supone entender la pérdida, hacerle frente y seguir adelante sin la ayuda de la constatación.

8. EFECTOS PSICOSOCIALES DE LA VÍCTIMA SECUNDARIA

En gran medida los efectos psicológicos y psicosociales, varían según la percepción de la víctima secundaria. En síntesis, Según Hernández & Soria (1994) se pueden agrupar diez grandes cambios sufridos por la víctima secundaria entre el segundo día y los tres meses desde el trauma. Entre ellos se encuentran:

1) **La negación de lo sucedido**

La negación consiste en reconocer que algo sucede y actuar como si no fuese cierto. Además, es una estrategia de afrontamiento que utiliza la víctima secundaria principalmente para defenderse de los sentimientos contradictorios hacia lo sucedido, y la atribución de causalidad. En esta primera fase o “Stock” utilizan la negación como la estrategia de afrontamiento (EA) adecuada para ayudarlas a controlar la ansiedad. Pero no siempre la negación resulta positiva para el afrontamiento, pues si existe una afectación física y emocional, en las víctimas y si se niega su severidad en la que pueden surgir futuras dificultades de adaptación. (Silver & Wortman, 1980)

2) **Cambios en el sistema de creencias**

Todo proceso de victimización delictivo implica un cambio en el sistema de creencias de las víctimas secundarias. Para Janoff Bulman señala que las personas estructuramos la comprensión del mundo en función de diversos sistemas conceptuales como asunciones sobre el mundo, Teoría de la realidad, modelos del mundo y estructuras de significado, posibilitando el mantenimiento de un mundo bajo; un significado con una forma ordenada y predecible.

El acto de violencia que ha vivido la víctima secundaria altera las tres creencias básicas:

→ Cambios en la creencia de invulnerabilidad:

Según Wills, Snyder y Ford (1987) afirman que las víctimas al igual que el resto de la sociedad, tienen previamente el mismo sentido de incurabilidad y también infra estimaban la probabilidad de ser victimizados, tendiendo a verse como menos valor para las demás personas. Diversos actores han señalado y hasta la fecha no se ha rebatido que a mayor creencia de invulnerabilidad predilecta mayores dificultades de afrontamiento pos delictual tendrá la víctima.

El grado de vulnerabilidad por delictual está relacionado con otros factores, correlacionando positivamente con la impotencia ante la vida y negativamente con el Locus de Control Interno y el grado de Optimismo hacia el futuro (Peterson & Franzese, 1988). La vulnerabilidad se manifiesta en el temor a la recurrencia del delito. Como consecuencia del cambio de creencias se desarrolla la visión del mundo como “un lugar hostil”. Si bien el apoyo social formal reduce estos efectos, las dificultades de la víctima secundarias, para integrar una nueva concepción del mundo a medio plazo permanecen, pues tienden a afrontar el suceso de forma orientada a la evitación, restringiéndose los contactos interpersonales, alterando la conducta cotidiana y no deseando comentar sus sentimientos con nadie. (Lejeune y Alez, 1973; Burt y Katz, 1985).

→ Cambios en la creencia de control:

Las víctimas tienden a ver al mundo como un lugar con sentido y controlable, percibido positivamente, sabiendo lo que se espera de él y del porqué de cosas que suscitan en el mundo. Los cambios de creencias de control surgen cuando se unifica la pérdida de control a los procesos atribuciones.

Cohn (1978) considera que las víctimas no pueden aceptar la ocurrencia de los hechos al azar y se esfuerzan en mantener la “ilusión de control”. No obstante, al perder la creencia de control sobre el entorno se produce una doble reacción en la víctima:

Reactancia: la víctima consideraba que tenía o podía tener el control sobre el entorno y, por ello se muestra enojada y enfadada tras el suceso.

Refuerza la indefensión aprendida a medio-largo plazo al sentirse indefensa y vulnerable ante el entorno.

La pérdida del control sobre el entorno refuerza los efectos de la vulnerabilidad y pasa a percibirse el mundo como peligroso e impredecible. Todo ello lleva a la víctima a una pérdida en su grado de autonomía y al desarrollo de conductas o actividades no realizadas habitualmente, como conductas de protección personal, cambios de rutina, etc.

Los procesos atribucionales de culpabilidad permiten a la víctima restablecer la creencia de control a medio plazo y reducir el sentimiento de indefensión.

Walster (1966) elaboró el concepto de control auto protector el cual define. Cuando más negativo resulta el suceso para la víctima, más necesita percibir el suceso y su entorno como controlables, y, por lo tanto, hacer responsable a alguien del mismo. Y cuando no

encuentra responsables surge la autculpabilización en la que la víctima tiende a culparse constantemente por lo sucedido.

→ Cambios en la creencia del mundo justo (MJ):

Tras el delito la víctima modifica su concepción previa del mundo como un lugar esencialmente justo y donde las personas “obtienen lo que se merecen”. La amenaza del delito (desapariciones), a dicha creencia está ampliamente aceptada siguiendo el principio de que “A las personas buenas no les pueden pasar cosas malas”. Al ponerse en crisis dicha creencia como consecuencia del delito, la víctima utiliza dos fórmulas para restablecerla según lo expone Lerner, (1980):

- Tácticas: para eliminar la amenaza al Mundo Justo
- Estrategias: actúan protegiendo la creencia del Mundo Justo de evidencias contradictorias.

De forma similar al resto de creencia, la víctimas con unas creencias de MJ, más arraigadas de forma previa al delito, muestran una mayor dificultad en el afrontamiento al considerarse más protegidas contra la mala fortuna.

3) **La comparación social**

Tras el suceso, la víctima inicia un proceso de comparación social como medio de explicarse lo sucedido; dichos efectos perduran enormemente en el tiempo y pueden prolongarse por toda la vida, aunque progresivamente pierden su contenido emocional.

Su finalidad esencial en este periodo post delictual es favorecer la readaptación personal.

La comparación social posee una base social, pero es, básicamente, un proceso encubierto al compararse la persona con el entorno o con un hipotético mundo justo por ella creado. Así las víctimas tienden a realizar comparaciones sociales descendentes y, en general, se comparan con personas menos afortunadas. Cuando la comparación se produce respecto al mundo justo, las víctimas tienden a pensar que podían haber muerto o haber sido maltratadas y amenazadas por el delincuente, y como consecuencia el incidente resulta ventajoso, permitiéndoles el mantenimiento de su nivel de autoestima.

Para Ruback, Greenberg y Westcott (1984) los procesos de comparación social pueden resultar mal adaptativos cuando el estrés deriva en sentimientos futuros de vulnerabilidad ante el riesgo de victimización.

Algunos autores han señalado la dificultad de las víctimas para conocer que hacen otras personas ante un evento similar al establecerse la comparación dentro de un marco de relación social, y regirse este por vías de deseabilidad social. Otra fuente de comparación significativa se produce durante la recogida de información, procedente del entorno próximo y de los medios de comunicación social, principalmente la televisión.

4) **Los procesos de atribución**

Son el tronco central del proceso de adaptación, al facilitar una respuesta a la pregunta clave de la victimización ¿Por qué me ha sucedido esto? A partir de ellos la víctima aprende a vivir con lo sucedido y a interiorizar otras formas de funcionamiento.

Aproximadamente hasta el primer mes adopta una forma inicial de pensamiento obsesivo sobre lo sucedido, respecto a lo que hizo, lo que no, lo que debió hacer, que sucederá si lo hubiera hecho, que haría si volviera a suceder, etc. Si la evolución es positiva, progresivamente la víctima comprende que pensar en el pasado no le aporta nada beneficioso y poco a poco se va centrando de nuevo en el presente-futuro de su vida, aunque, en determinados momentos y en presencia de estímulos muy diversos, puede reiniciar parcialmente el proceso de búsqueda atributiva. El resultado de todo este proceso son dos grandes grupos de atribución de culpabilidad: interna o externa.

La autoinculpación interna se divide en caracterial y comportamental, siendo esta el elemento guía en el proceso de readaptación de la víctima. Basándose en diversas teorías (la atribución social, la indefensión aprendida, el mundo justo y del control), varios autores han analizado el proceso de autoinculpación (Rosenbaum, 1980).

Los procesos atribucionales de la víctima no deben ser concedidos como patológicos, pero tampoco estrictamente racionales y tienden a ser reforzados por el entorno social. En este sentido algunos autores han intentado analizar la relación entre los procesos de autoinculpación de la decisión de denunciar o no el delito. Lejeune y Alex (1973) observaron como la autoculpabilización influía en un descenso de confianza hacia la policía y la denuncia.

Ese sentimiento de culpa suele encerrar también un cierto autorreproche y, en ocasiones, rabia hacia su familiar y hacia los responsables de haber cometido el delito. Dependiendo de su intensidad y duración, estas emociones pueden exacerbar el sufrimiento psicológico de los familiares.

Davis y Friedman (1985) señalan que las víctimas auto culpabilizadas presentan una mayor tendencia posterior a reforzar un sentimiento de seguridad (participación en sistemas de control ciudadano del delito, compra de armas, etc.). No obstante, es difícil de diferenciar entre comportamientos adaptativos y aquellos otros inducidos por el miedo.

Katz y Burt (1988) tampoco hallaron diferencias entre la autoinculpación caracterial o comportamental en el grado de afrontamiento, pero si concluyeron en su relación con la intensidad percibida del suceso. Al mismo tiempo hallaron tres funciones básicas de la autoinculpación: percibirse a sí mismo con capacidad de controlar el futuro, mantener la concepción del mundo como justo y en orden y hallar un significado personal al suceso.

Una segunda forma atributiva es la externa, en ella la víctima la dirige hacia el agresor o el azar. Su relevancia con víctimas de cualquier delito es escasa. Ello puede explicarse por la baja utilidad que conlleva para la víctima; esta ya sabe que la cual es del delincuente y que sucede en nuestra sociedad. A nivel cognitivo no le aporta nada nuevo y afectivamente le produce sentimientos muy negativos: ira, venganza, impotencia, etc. No obstante, algunos estudios demuestran como la atribución al azar posee efectos más positivos sobre el afrontamiento que la autoinculpación (Rosenbaum, 1980).

5) **Futuro negativo**

La víctimas tiende a percibir su futuro como negativo y es más característico de periodos posteriores, no obstante, ya aparece desde el primer momento de la agresión y victimización; por ello, si tiende a incrementarse constantemente con el paso del tiempo puede considerarse un indicador de mala evolución. Inmediatamente después del suceso la víctima piensa que la vida ya no tiene sentido para ella, conduciéndola, a muchos casos, a pensamientos distorsionados de tipo depresivo enfocados a la pérdida del futuro, “nada será ya igual”, “que puedo esperar”, etc. Dichos sentimientos se potencian cuando aparecen secuelas físicas, especialmente si deforman su imagen personal.

Los cambios posteriores vienen esencialmente de la recuperación de su actividad habitual, la vuelta al trabajo, a sus amistades, etc., posibilita una visión más realista y presente la situación.

6) **Los sentimientos negativos**

Los sentimientos negativos pueden ser de muchos tipos, pero destacan el miedo, la vergüenza y la ira. El miedo puede aparecer de forma profunda los primeros días,

imposibilitando el desarrollo de las conductas habituales de la víctima. Posteriormente pasa de unirse a estímulos específicos del suceso (lugar de los hechos, apariencia física del agresor delinciente, etc.). La reacción de la víctima es doble, aislarse en su hogar por seguridad y adoptar una actitud hipervigilante.

Un aspecto olvidado pero muy significativo es el temor inducido; así algunos agresores, en la que la amenaza con agredirla a ella/el o alguna persona próxima efectivamente. Ello puede llevar a situaciones de indefensión, tanto en la víctima como en las personas que se sienten amenazadas, especialmente si el delincuente no es detenido.

La vergüenza es un sentimiento escasamente estudiado en la psicología, pero es un factor clave en el proceso de recuperación a nivel social. Dicho sentimiento refuerza la percepción de auto estigmatización y es especialmente intenso en pequeñas comunidades donde no se produce la des individualización de la víctima y esta observa cambios comportamentales de sus vecinos que atribuye al suceso.

La ira es, sin duda una consecuencia directa del sentimiento de humillación, indefensión de injusticia vivido por la víctima durante el suceso. Tiende a decrecer rápidamente en los primeros días. Socialmente no suele aceptarse su expresión pública, por ello se le exige a la víctima femenina un autocontrol, cosa que no sucede cuando es un hombre el afectado. Los sentimientos de ira pueden conducir fácilmente a conducta de vigilancia, ello resulta perjudicial en su readaptación a medio-largo plazo.

7) Rupturas de la vida cotidiana

Las víctimas y sus miembros de la familia, presentan secuelas y diversos factores especialmente, la incapacidad de no saber cómo pedir ayuda a sus otros miembros de su familia y, en segundo lugar, los familiares tampoco saben qué hacer.

Ello es especialmente en la expresión de los sentimientos de la víctima y la exigencia de la narración de los hechos. Otro factor relacionado con los cambios es una pérdida parcial o total, temporal o prolongada, de su capacidad personal para tomar decisiones tanto en aquellas más importantes como en las más mínimas.

8) Pérdida de la autoestima

En toda víctima se observa una pérdida variable de su nivel de autoestima, en función de múltiples factores: nivel previo de autovaloración, forma agresiva del delito, grado de humillación percibida, afectación física, reacción social posterior, etc. Sin duda es uno de

los grandes elementos pronosticadores de la capacidad de adaptación ulterior de la víctima.

9) **Deseos de autodestrucción**

La denominada tendencia autodestructiva del ser humano es un concepto originado en los estudios sobre psicología y sociología. Que comprende todas las conductas orientadas hacia la autodestrucción, indirecta o directa, del propio individuo o grupo.

La tendencia autodestructiva es la conducta orientada hacia el daño a uno mismo, bien buscando un daño inmediato (estas son las CAD: conductas autodestructivas directas, como golpes y heridas intencionadas, quemaduras, cortes, que en última instancia hablaríamos del suicidio) o bien mediante un daño que no tiene por qué mostrar sus efectos en el mismo momento, sino que es de carácter acumulativo y sus efectos negativos se ven con el paso del tiempo (estas son las CAI: conductas autodestructivas indirectas, consumir drogas, adicciones al juego, alteraciones en la conducta alimentaria.).

El ser humano continuamente lleva a cabo acciones autodestructivas indirectas como por ejemplo fumar, beber en exceso, en forma consciente o inconsciente. Sin embargo, la continua realización de este tipo de conductas puede ser un factor de riesgo y causa por la que la persona se autodestruye. Muchos profesionales amplían este concepto hacia conductas destructivas del ser humano como son las adicciones por lo que el mismo requiere de un estudio exhaustivo para su real comprensión.

10) **Efectos psicofisiológicos**

La desaparición de un ser queridos deja en las víctimas secundarias un vacío inmenso, dolor profundo y lacerante que le quita el aliento y las ganas de vivir; enfrentar el hecho de que una persona a la que se ama no está más a su lado es uno de los retos más difíciles ante los cuales se enfrentan los familiares de personas desaparecidas

Reprimir las emociones y no dejarlas que fluyan es lo más negativo ya que al no expresar las emociones éstas terminan haciéndonos daño. Por ello, cuando no expresamos la rabia, el miedo, la angustia y el dolor, empezamos a dañarnos psicológicamente.

9. FACTORES ENDOGENOS Y EXOGENOS PARA EL AFRONTAMIENTO DE LA SITUACIÓN

9.1 FACTORES ENDÓGENOS

Garmezy (1991) citado en Becoña (2006) define la resiliencia como “la capacidad para recuperarse y mantener una conducta adaptativa después del abandono o la incapacidad inicial al iniciarse un evento estresante”. Es decir, el concepto de resiliencia implica la habilidad de recuperarse de eventos negativos. Para desarrollar esas habilidades que permiten a la persona recuperarse ante un evento que marca su vida es necesaria la capacidad para planear acciones que busquen cumplir con planes realistas, apegarse a ellos y haciendo uso de su voluntad encaminarse hasta el logro de sus objetivos.

Generalmente la respuesta inmediata depende mucho del tipo de temperamento (es innato, se destacan los tipos flemático, colérico, melancólico y sanguíneo) que la persona posee, sin embargo, frente a una amenaza tan latente y cruel como lo son las pandillas las personas han aprendido a “controlarse y ceder” ante la ley y orden de estos grupos delincuenciales, entonces se evidencia la modificación que el carácter (a diferencia del temperamento el carácter es adquirido) ha sufrido en la mayoría de las y los salvadoreños, por la misma condición social de violencia. (Chávez y Hernández, 2018)

El manejo de un control de los impulsos asociado a la toma de decisiones es vital para el afrontamiento de la desaparición de un familiar.

9.2 FACTORES EXOGENOS

Redes de apoyo: “*grupo de personas, miembros de la familia, amigos y otras personas, capaces de aportar una ayuda y un apoyo tan reales como duraderos a un individuo o a una familia*” (Speck, 1989) citado por Chávez & Hernández 2018

Siendo seres sociales por naturaleza necesitamos el apoyo de las personas que nos rodean y más cuando se ha sido víctima de un evento que irrumpe la vida de una forma tan abrupta; en el caso de los familiares de las personas desaparecidas el contar o no con una red de apoyo marca una diferencia abismal en el enfrentamiento de la situación afectando o fortaleciendo diferentes áreas, por ejemplo; una persona que cuenta con un apoyo de un amigo quien le brinda ayuda monetaria le facilita su búsqueda y afrontamiento de la situación esta persona tiene una ventaja a comparación de alguien que perdió a su familiar quien era el sustento y el único ingreso y hoy se encuentra desamparada.

Cuando un familiar de persona desaparecida cuenta con el apoyo de su familia quienes la apoyan acompañándola en la búsqueda, escuchándola, brindándole un consejo, permiten que la persona se fortalezca y perciba que no está sola ante esta situación.

10. INSTITUCIONES QUE COOPERAN EN LA AYUDA A VÍCTIMAS SECUNDARIAS DE DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL

En El Salvador no se cuenta con una institución especializada en el trabajo con familiares de personas desaparecidas; organizaciones no gubernamentales y organizaciones de sociedad civil hacen esfuerzos por brindar ayuda de calidad a las víctimas entre ellas se puede mencionar:

Cruz Roja Salvadoreña: En el área de Unidad de Atención Psicosocial brinda atención psicológica, dando intervención en crisis, primeros auxilios psicológicos y cuenta con ayuda humanitaria que busca suplir necesidades inmediatas como puede ser vestuario, alimentación, apoya también con asesoría legal y en algunos casos existe la posibilidad de brindar apoyo económico.

ASDEHU: Brinda atención psicosocial, asesoría legal, educación y formación en derechos humanos.

El gobierno se encuentra realizando esfuerzos conjuntos con CICR en la capacitación de personal de salud pública a través de talleres sobre la **pérdida ambigua** para brindar asistencia psicológica a víctimas secundarias de desapariciones por violencia social; hasta el momento no se conocen iniciativas de apoyos para suplir otras necesidades. **En la actualidad también se están realizando capacitaciones en torno al Protocolo de Acción Urgente (PAU)** realizado por la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito con el apoyo del Gobierno de Canadá, **este tiene como propósito tutelar los derechos de las personas desaparecidas, de tal forma que se realicen actividades inmediatas destinadas a encontrar a la víctima de la desaparición, con el objeto de prevenir la comisión de graves delitos.** Este mismo se vuelve un medio al que puede acudir cualquier persona para que las autoridades competentes, inicien de manera expedita las diligencias tendientes a lograr la ubicación de la persona que se encuentra desaparecida. **Sin embargo, hay que mencionar que para ser una propuesta, se ha dejado de lado el componente de la atención a los “sobrevivientes” de la desaparición, por lo que puede considerarse que el protocolo no retoma la reparación de la víctima secundaria.**

CAPITULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación se caracteriza por ser **aplicada, exploratoria y explicativa**; siendo la primera debido al cumplimiento de un objetivo concreto como lo es la aplicación de un programa psicoterapéutico dirigido a un tipo de población en específico como lo son las víctimas secundarias de desapariciones por violencia actual, Exploratoria porque se analiza e investiga un tema que aún no ha sido analizado a profundidad y las investigaciones sobre esta temática son escasas y por último Explicativa puesto que se analiza el qué y el porqué de la situación, es decir las causas y las consecuencias que conllevan las desapariciones de personas debido a la violencia actual.

3.2. MÉTODO Y TIPO DE MUESTREO

a) MÉTODO CUALITATIVO

El tipo de método utilizado es cualitativo, ya que es un método de investigación que se centra en procesos, es decir en aspectos dinámicos, focalizándose en la experiencia subjetiva de los fenómenos desde la perspectiva de los sujetos de análisis, es decir se apoya en describir de forma minuciosa los comportamientos e interacciones de las víctimas secundarias de desapariciones a raíz de la violencia actual sus experiencias, pensamientos, actitudes, creencias etc.

b) TIPO DE MUESTREO

El tipo de muestreo a utilizar es “no probabilístico” de tipo intencional debido a que la elección de las personas no es al azar, sino por características propias de la investigación es decir que las personas seleccionadas son representativas de la población de referencia, para ello se seleccionaron personas adultas, con la capacidad de leer y escribir, víctimas secundarias de las desapariciones a raíz de la violencia actual y que además han sido referidas a la Unidad de Atención Psicosocial a Víctimas de Violencia Social (UAPVS) de Cruz Roja Salvadoreña de parte de otras instituciones para que reciban atención psicosocial por su condición.

3.3. UNIVERSO Y MUESTRA

a) UNIVERSO

El universo para la presente investigación serán las víctimas secundarias de desapariciones a raíz de la violencia actual, que están siendo atendidas en la Unidad de Atención Psicosocial a Víctimas de Violencia Social (UAPV) de Cruz Roja Salvadoreña. Las personas que forman parte de la muestra son originarias de diferentes municipios del país pertenecientes al área metropolitana y zonas periurbanas: Mejicanos, Lourdes, Soyapango, San Martín, Quezaltepeque, Cuscatancingo, Tejutla, Apopa, Ciudad Arce, Planes de Renderos, Zacatecoluca.

b) MUESTRA

Los individuos con los que se efectuará este estudio son víctimas secundarias de desapariciones a raíz de la violencia, para efectos de esta investigación se retomará a 30 de ellos, tanto del sexo masculino como femenino y cuyas edades oscilarán entre los 18 y 60 años, con dicha muestra planteada podrá obtenerse un diagnóstico preciso que responderá a la propuesta del programa de intervención psicoterapéutico y quienes serán beneficiarios en la aplicación de dicho programa de intervención.

3.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

a) TÉCNICAS

Encuesta: forma para la recolección de datos, en dicha técnica se utiliza un conjunto de procedimientos estandarizados de investigación mediante los cuales se recoge y analiza una serie de datos de una muestra de casos representativa de una población o universo más amplio, del que se pretende explorar, describir, predecir y/o explicar una serie de características. Para lo cual se elaboró un cuestionario que se dividió en cuatro apartados

- 1- Información general, que incluye: edad, sexo, lugar de procedencia, número de miembros de la familia, escolaridad.
- 2- Características de la desaparición: entre los ítems que se abarcan son El parentesco con familiar desaparecido, tiempo transcurrido de la desaparición, si ha sido víctima de otro tipo de violencia, perpetradores, instituciones acudidas
- 3- Afectación social: Que incluye las áreas de sus vidas que más ha sido afectadas por causa de la desaparición de familiar, por ejemplo: académica, económica, laboral, familiar y otra.
- 4- Observaciones. Que incluye su aspecto, su actividad y conducta general.

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

b) INSTRUMENTOS

→ **Cuestionario de Síntomas de Hopkins:** El HSCL-25 es un inventario que mide los síntomas de ansiedad y depresión; se compone de 25 reactivos en dos partes:

- ✓ Parte I: tiene 10 reactivos para los síntomas de ansiedad, mientras que la
- ✓ Parte II: cuenta con 15 reactivos para los síntomas de depresión. La escala para cada pregunta incluye cuatro categorías de respuesta ("Nunca", "Un poco", "Bastante", "Mucho", con puntuaciones de 1 a 4, respectivamente).

→ **Cuestionario para trauma de Harvard:** Vargas-Duran (2010), refiere que el Cuestionario de Trauma de Harvard (HTQ), fue desarrollado por Mollica en 1992, surgiendo este de una aproximación comprensivo interpretativa a las experiencias de aquellas personas refugiadas y expuestas a algún tipo de violencia política. **En el caso de la investigación se utilizó solamente la parte IV de todas las que componen dicho instrumento puesto que la exploración de los demás ejes era poco pertinente para la tematica que se aborda en el presente trabajo.** Consta de cuatro secciones:

- ✓ Parte I: pide cerca de 46 eventos traumáticos de la vida determinado que han afectado a las personas. Con dos opciones de respuesta "SI" o "NO".
- ✓ Parte II: es una pregunta abierta que pide a los encuestados para obtener una descripción subjetiva del acontecimiento más traumático(s) que han sufrido.
- ✓ Parte III: le pregunta sobre los eventos que pueden haber llevado a lesiones en la cabeza.
- ✓ Parte IV: incluye 40 reactivos de trauma. Los primeros 16 artículos se deriva de los criterios para DSM-III-R/DSM-IV trastorno de estrés posttraumático (TEPT).

Con los resultados obtenidos mediante la aplicación de los diferentes instrumentos y técnicas realizada a cada uno de los participantes, se estableció un diagnostico individual que ha sido la base para la elaboración de un tratamiento grupal a través de la implementación de un programa psicoterapéutico denominado "Reencontrándonos"

Las personas que formaran parte del programa "Reencontrándonos" deberán cumplir ciertos criterios; la edad de los participantes debe ser 18 años mínimo y 60 años máximo,

de sexo indiferente debido a la metodología lúdica y la aplicación de diferentes técnicas participativas y tareas que orientara el programa las personas deben poseer un grado académico de tercer grado mínimo lo cual les permite dominar un nivel de lectoescritura básico, también deben haber experimentado la pérdida de un familiar independientemente el parentesco que los una y que esta desaparición haya ocurrido a raíz de la violencia social que vive el país, como ultimo criterio es que sean usuarios de los servicios que proporciona la Unidad de Atención Psicosocial a Víctimas de Violencia Social de Cruz Roja Salvadoreña.

El programa psicoterapéutico denominado "Reencontrándonos" se ha construido bajo la aplicación de un enfoque ecléctico pues retoma técnicas y estrategias de diferentes enfoques como el cognitivo- conductual, sistémico, arteterapia y humanístico-existencial que permiten realizar una intervención adecuada en las diferentes áreas afectadas en las personas a raíz de la desaparición de su familiar.

Para la intervención grupal de estas diferentes áreas, el programa conformado por 10 sesiones, se divide de la siguiente manera:

1. La primera fase del programa consta de **una sesión** durante la cual se establecen normas de convivencia que regirán todo el proceso del programa desde su primera sesión hasta su décima sesión.
2. En la fase segunda del programa se interviene el área afectiva a través de **tres sesiones** sub divididas en: el conocimiento de las emociones, el autoconocimiento y la autorregulación emocional.
3. La tercera fase del programa abarca el área cognitiva a través de **tres sesiones** abarcando: modelo ABC, distorsiones cognitivas y detención de pensamientos.
4. La cuarta fase se interviene lo relacionado con el área interpersonal, que se realizará en una sesión.
5. La quinta fase se abarca el área intrapersonal a realizarse en **una sesión**.
6. Como sexta y última fase se interviene el área somática a través del autocuidado y sus cinco áreas y también se abordará el área relacionada al proyecto de vida haciendo realce a la resiliencia. Lo anterior se desarrollará en **una sesión** al ser también de cierre, se realizará en 2 horas y 45 minutos.

El programa incluye dos jornadas de trabajo individual en las que se realizará la aplicación de los instrumentos pre y post test y otras diez jornadas de trabajo grupal

que comprenden la intervención en sí de las necesidades presentadas por la población, por lo que, en total son 12 las sesiones las que conforman el programa.

Cada jornada dura dos horas a excepción de la última jornada grupal que tiene una duración de 2 horas y 45 minutos y se llevarán a cabo semanalmente, se implementaran la ejecución de dos programas de manera simultáneamente los grupos contarán con la presencia de 15 integrantes cada uno; durante las diferentes jornadas tanto terapeuta como co-terapeuta tendrán un rol activo, mientras el terapeuta dirige una de las actividades el co-terapeuta se encargará de repartir materiales, si se amerita una atención individual a raíz de un desborde emocional de algún participante será el co-terapeuta quien asumirá la atención.

Cada sesión contiene un esquema de actividades las cuales se dividen en: bienvenida, dinámica de animación, revisión de tarea, psicoeducación, trabajo en contacto y reflexión, asignación de tarea y avisos.

El trabajo del programa como tal, se encuentra resumido en el siguiente cuadro:

| N° DE JORNADA | ACTIVIDAD |
|----------------------|--|
| 1 | Acercamiento y aplicación de instrumentos psicológicos de manera individual (pretest). |
| 2 | Primera sesión de intervención: encuadre grupal y elaboración de reglamento interno. |
| 3 | Segunda sesión de intervención: área emocional/afectiva |
| 4 | Tercera sesión de intervención: área emocional/afectiva |
| 5 | Cuarta sesión de intervención: área emocional/afectiva |
| 6 | Quinta sesión de intervención: área cognitiva |
| 7 | Sexta sesión de intervención: área cognitiva |
| 8 | Séptima sesión de intervención: área cognitiva |
| 9 | Octava sesión de intervención: área interpersonal |
| 10 | Novena sesión de intervención: área intrapersonal |
| 11 | Decima sesión de intervención: área somática (autocuidado), resiliencia y cierre |
| 12 | Aplicación de instrumentos psicológicos de manera individual (postest). |

La estructuración del programa como tal, busca darles confort a las necesidades presentadas por las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social, que enfrentan las condiciones de una **pérdida ambigua**, puesto que, su malestar y desasosiego tiene una prolongación indeterminada lo que resulta para estas personas en un profundo agotamiento emocional y físico. La diferencia entre el duelo y la pérdida ambigua es que el tipo de pérdida que se experimente creará el tipo de duelo que se padecerá. En la pérdida ambigua el proceso para elaborar el duelo se altera debido a la misma incertidumbre que caracteriza este estado. Por esto mismo dado que en una pérdida ambigua el proceso de luto difiere de las etapas lineales de un duelo, no hay presión para seguir adelante o lograr un cierre de este mismo y eso, a su vez, hace que las personas “tengan presente” a su ser querido que no está más y esto les impida seguir adelante.

3.5. PROCESO DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS

Para la realización de la investigación “Propuesta y aplicación de un programa psicoterapéutico a víctimas secundarias de desapariciones por violencia social”, se creó un protocolo de encuesta dirigido a estas mismas víctimas, una entrevista semiestructurada para profesionales que atienden a esta población y la aplicación de la Escala de Síntomas de Hopkins y el Cuestionario de Trauma de Harvard. Para propiciar la validación de los instrumentos se tomó en cuenta lo siguiente: a. Evaluar si los instrumentos detallados con anterioridad son aptos para recolectar datos oportunos para la investigación. b. Estimar el tiempo preciso de aplicación de cada uno de los ellos. c. Verificar la calidad de los instrumentos para comprobar la validez, confiabilidad y eficiencia de este en la información que recolectan.

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

En el caso de la **encuesta dirigida a víctimas secundarias de desapariciones por violencia social** NO se encontraron dificultades de comprensión de los reactivos que comprendía dicho instrumento. Sin embargo, aun sin existir problemas de comprensión se agregaron algunos *reactivos*, a continuación, se detallan dichas modificaciones y añadidas:

- ✓ **En los datos generales:** se eliminó el apartado de escolaridad, ya que eran datos poco relevantes para el fin de la investigación.

En relación con las preguntas contenidas en la entrevista se realizaron los siguientes cambios:

- ✓ **La pregunta 7** ¿Cómo le ha afectado a usted la desaparición de su familiar? Se modificó por: ¿A qué personas de su grupo familiar considera que les ha afectado más el suceso?
- ✓ Se eliminó un tercer apartado de la entrevista en el cual contenía un cuadro con un listado de diferentes sintomatologías comunes que inciden en las áreas: cognitiva, afectiva, conductual, interpersonal, intrapersonal, somática. Optándose por la aplicación de dos Instrumentos: **Cuestionario de Síntomas de Hopkins** y **Cuestionario para trauma de Harvard** permitiendo una obtención más amplia de información y abarcando también las áreas antes mencionadas.

No se agregaron más preguntas debido a que las consideradas en el instrumento indagan la información fundamental para la investigación.

En el caso de la **entrevista semiestructurada dirigida a profesionales** no se presentaron problemas en la comprensión de las preguntas, sin embargo, un aspecto esencial en el apartado de los datos generales fue pasado por alto, que posteriormente fue incorporado.

Se agregó: Experiencia en el trabajo con víctimas secundarias de desapariciones por violencia social.

En cuanto a las preguntas se señalan los siguientes aspectos:

- ✓ **La pregunta 2:** *De acuerdo con su experiencia ¿por qué desaparece una persona en nuestro país?* Se modificó por: *¿Qué factores considera que inciden para que una persona sea desaparecida?*
- ✓ En cuanto a **la pregunta 5:** *¿Cuáles son las manifestaciones más comunes en las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social?* Se cambió por: *¿A su juicio cuáles son los signos y síntomas psicológicos que experimentan las víctimas secundarias de desapariciones forzadas?*
- ✓ **La pregunta 8:** *¿Cuáles sugiere usted que pueden ser las medidas que tome un/a psicólogo/a para ayudar a este tipo de población?* Fue reformulada de la siguiente manera: *¿Cómo puede el/la psicólogo/a ayudar a las víctimas secundarias de*

desapariciones por violencia social? ¿Qué temas o áreas psicológicas considera prioritarias abordar con las víctimas?

- ✓ **La pregunta 9** la cual decía: *¿conoce algún programa o iniciativa que ayude a víctimas secundarias de desapariciones por violencia social?* Se redactó nuevamente como: *De los programas o iniciativas en pro de las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social ¿para usted cuál es el mejor?*

No se agregaron más preguntas debido a que las consideradas en el instrumento indagan lo que se necesita saber para el enriquecimiento de la información a utilizarse en la investigación.

3.6. RECURSOS

Recursos Humanos:

- ✓ Coordinador General de Proceso de Grado Licenciado Mauricio Evaristo Morales.
- ✓ Docente asesor de Trabajo de Grado Lic., y MSC. Marcelino Díaz Menjívar.
- ✓ Alumnos egresados que conforman el equipo de tesis.
- ✓ Profesionales que conforman Unidad de Atención Psicosocial a Víctimas de Violencia Social (UAPV) de Cruz Roja Salvadoreña.
- ✓ 30 víctimas secundarias de desapariciones por violencia actual.

Materiales:

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

Financieros.

Los que la investigación demande.

Fase preoperatoria de la investigación

- ✓ Discusión y elección de tema a investigar.
- ✓ Búsqueda de Docente Asesor.
- ✓ Primer contacto con la institución
- ✓ Inscripción del proceso de grado
- ✓ Presentación y aprobación del tema de investigación.

- ✓ Recopilación de información sobre la temática
- ✓ Entrega de carta oficial a la institución
- ✓ Presentación del proyecto a la Institución
- ✓ Creación del marco teórico
- ✓ Elaboración de la metodología

Fase de recolección de la información.

- ✓ Creación y diseño de instrumentos
- ✓ Prueba piloto
- ✓ Elaboración de solicitud para realizar trabajo en Cruz Roja Salvadoreña
- ✓ Validación de instrumentos
- ✓ Selección de la muestra
- ✓ Aplicación de instrumentos

Fase de sistematización de la información

- ✓ Análisis e interpretación de resultados
- ✓ Creación de la propuesta de intervención
- ✓ Aprobación de Propuesta de Intervención
- ✓ Diseño del informe final.
- ✓ Aprobación del informe final
- ✓ Defensa del informe final

3.7. PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO

Para poder llevar a cabo la presente investigación se realizaron las siguientes fases:

PRIMERA FASE: Se acudió al asesor del equipo Lic. Marcelino Díaz para solicitar su ayuda como asesor del equipo investigador.

Se realizó una investigación bibliográfica que ayudó al correcto análisis de la formulación y estructuración del proyecto. Para ello, se realizaron asesorías con el tutor del equipo de investigación, para estructurar el tema y determinar los detalles del contenido, los sujetos y varios aspectos de la investigación.

Por lo tanto, para realizar la investigación se creó el perfil del tema que se entregó al asesor de tesis y al coordinador de tesis del Departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador. Una vez que se aprobó el proyecto de investigación, junto con el asesor se determinaron las variables del estudio, así como la población y los lugares de investigación en la cual se recogería la muestra. Se diseñó un protocolo de entrevista, así también el asesor facilitó el instrumento de evaluación psicométrica a aplicar, estos instrumentos fueron puestos a prueba posteriormente.

SEGUNDA FASE: Junto con el asesor se modificó el protocolo de entrevista, y se dejaron fuera aspectos del instrumento que, por el contexto, no aportaban información relevante a la investigación.

El lugar de recolección de información fue la Unidad de Atención a Víctimas de Cruz Roja Salvadoreña, con un muestreo no probabilístico, en el que se abordó únicamente a la población que cumplía con los requisitos de inclusión antes mencionados.

Se llevaron a cabo dos pilotajes ya que se quería determinar la funcionalidad de los instrumentos, estableciendo así los instrumentos utilizados con la población.

TERCERA FASE: Posteriormente con la aprobación de los instrumentos por parte del asesor se realizó la aplicación del mismo a las 30 víctimas secundarias atendida por la Unidad de Atención Psicosocial de Cruz Roja Salvadoreña.

Cada instrumento consto con una entrevista semi estructurada en la que incluye la evaluación de los factores psicosociales, Las pruebas para determinar la fiabilidad y validez de los instrumentos tuvieron una duración de un mes, iniciando la última semana del mes de marzo y finalizaron el mes de abril.

Como grupo investigador se realizaron entrevistas a profesionales como psicólogos, antropólogo forense, psiquiatras y entre otros con el objetivo de obtener información que enriquecería el marco teórico de la investigación.

CUARTA FASE: Se desarrolló la sistematización y tabulación de los resultados; por lo tanto, se realizó una depuración de la muestra obtenida siendo esta de 30 personas, lo que permitió plantear sobre la base de los mismos resultados el análisis que permitió formular la identificación de la afectación psicosocial de las victimas secundarias y en base a este se realizó las conclusiones y recomendaciones de la presente investigación.

3.8. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

| N.º | ETAPAS SEMANAS | FEBRERO | | | | MARZO | | | | ABRIL | | | | MAYO | | | | JUNIO | | | | JULIO | | | | AGOSTO | | | | SEPTIEMBRE | |
|-----|---|---------|----|-----|----|-------|----|-----|----|-------|----|-----|----|------|----|-----|----|-------|----|-----|----|-------|----|-----|----|--------|----|-----|----|------------|----|
| | | I | II | III | IV | I | II | III | IV | I | II | III | IV | I | II | III | IV | I | II | III | IV | I | II | III | IV | I | II | III | IV | I | II |
| 1 | Discusión y elección de tema a investigar. | | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Búsqueda de Docente Asesor. | | | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | Primer contacto con la institución | | | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | Inscripción del proceso de grado | | | | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | Presentación y aprobación del tema de investigación | | | | | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | Recopilación de información sobre la temática | | | | | | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | Entrega de carta oficial a la institución | | | | | | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | Presentación del proyecto a la Institución | | | | | | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | Creación del marco teórico | | | | | | X | X | X | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

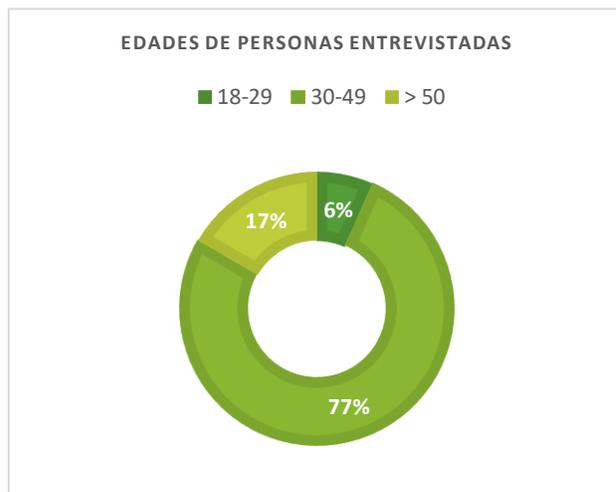
CAPITULO IV: PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

4.1. ANÁLISIS CUANTITATIVO

A. RESULTADO DE LA ENCUESTA DIRIGIDA A VÍCTIMAS SECUNDARIAS DE DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL

A) DATOS GENERALES

Gráfico 1: Edad de las víctimas secundarias



Explicación: Según la información obtenida, puede evidenciarse que las edades de las personas afectadas, en su mayoría rondan los 30-49 años, lo que indica que se encuentran en edad de producir laboralmente hablando. Sin embargo, a raíz de la desaparición, por temor a represalias o por buscar a su familiar en las instancias respectivas han tenido que abandonar sus actividades y por ende su ingreso económico como tal. Lo que genera

una carga emocional sumamente extenuante, puesto que se percibe la incapacidad de proveer a su grupo familiar y sumado a eso, la preocupación e incertidumbre por el bienestar de la persona que se encuentra desaparecida.

Gráfico 2: Género de las personas que han experimentado la desaparición por violencia social

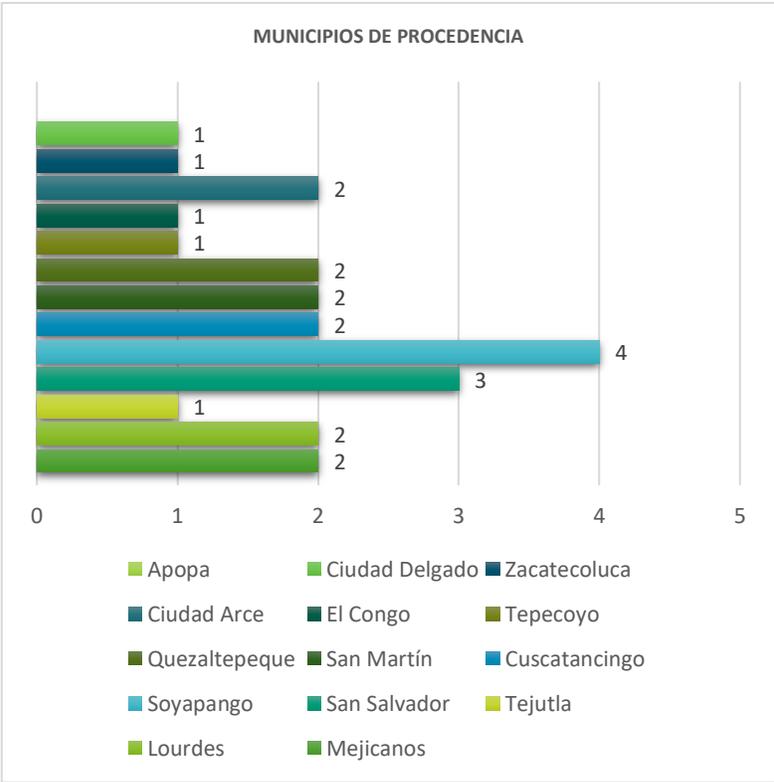
Explicación: En concordancia con los resultados obtenidos, la mayoría de la población afectada son mujeres con un 93% de la muestra, de lo cual podría inferirse que a raíz de los sucesos tienen que asumir como cabezas de hogar, ya que a través del conocimiento de los casos se evidenció que las personas desaparecidas eran quienes sostenían mayormente el hogar, por lo que las mujeres “sobrevivientes” del hecho deben encargarse



completamente de todas las necesidades que se presenten. En un grado mucho más bajo se evidencia

que también existen hombres afectados por la desaparición de un familiar, se puede decir que las mujeres son los que han tenido aproximaciones a las instancias correspondiente para realizar los reconocimientos respectivos, así como la búsqueda de su familiar, sin embargo, no se puede minimizar la labor de los hombres ya que la presencia masculina se evidencio en el acompañamiento que brindan a las mujeres que asumen la búsqueda con mayor ímpetu.

Gráfico 3: Lugar de procedencia de las víctimas secundarias.



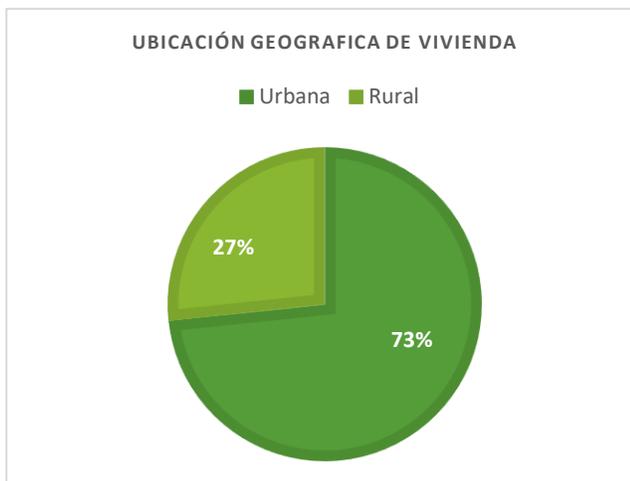
Explicación: La mayoría de la población afectada se encuentra en los municipios que conforman el Área Metropolitana de San Salvador y que tienen como particularidad, presentar altos índices delincuenciales. Cuatro de ellos; Mejicanos, Cuscatancingo, Ciudad Delgado y San Martín forman parte de lo que las autoridades llamaron hace unos años “corredor criminal” debido a la incidencia de los hechos de violencia cometidos por grupos

pandilleros, otro denominador común con los que cuentan dichos municipios son las condiciones de sobrepoblación, hacinamiento y pobreza, el perfecto caldo de cultivo para que las agrupaciones criminales se fortalezcan y “controlen” con mayor propiedad dichos lugares

Gráfico 4: Ubicación de vivienda de las víctimas secundarias.

Explicación: Conforme a la información recolectada, puede evidenciarse que las personas entrevistadas provienen en su mayoría de un área urbana, como característica predominante, estos son lugares densamente poblados y con fuerte presencia de grupos delincuenciales o altos índices que violencia. Al hablar de los hechos ocurridos en áreas rurales, las personas enfrentan la consecuencia

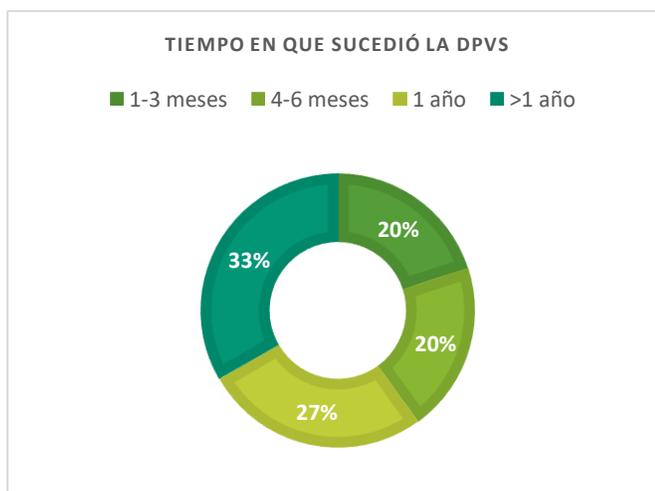
directa y deben desplazarse de sus zonas de vivienda, agravando así la sintomatología de los hechos víctimizantes debido a que no solamente se vivencia una situación problemática, sino dos.



B) CARACTERÍSTICAS DE LA DESAPARICIÓN POR VIOLENCIA SOCIAL

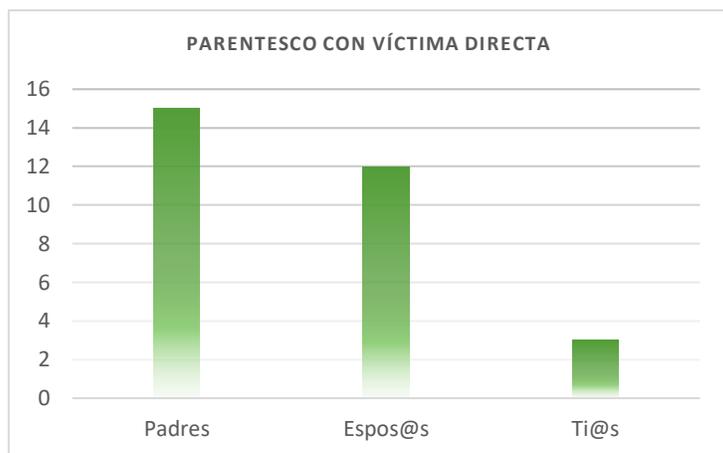
Gráfico 5: Tiempo de haber transcurrido la desaparición por violencia social.

Explicación: De acuerdo con la información obtenida, el tiempo en que transcurrió la desaparición varía en un ligero margen. Ya que, como puede observarse, se presentan de igual forma los casos en que la desaparición sucedió de 1-3 meses y de 4-6 meses, los casos que tienen un año exacto de haber ocurrido cumplen con el 27% y los casos en los que transcurre de un año a más, comprenden el 33% del total.



Lo que puede reflejar que la práctica de ésta por los grupos delincuenciales no es reciente, y aun así muchas personas hasta la actualidad no tienen noticias ni respuesta a lo sucedido.

Gráfico 6: Personas afectadas por la desaparición por violencia social.

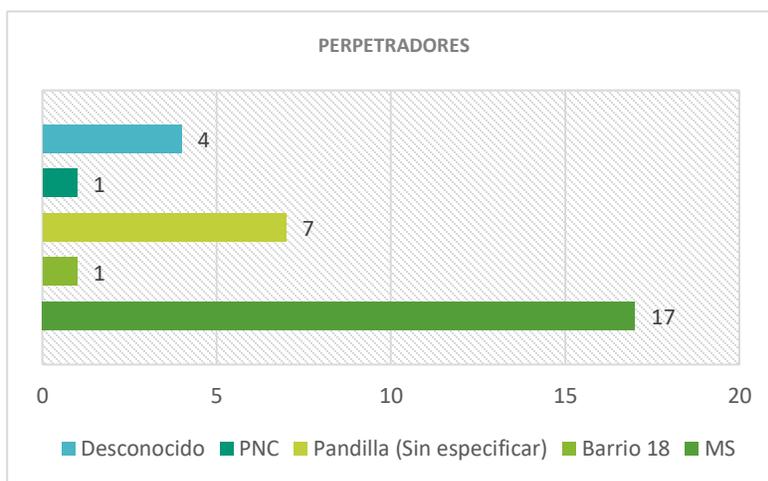


Explicación: La realidad que refleja esta gráfica es que el parentesco es indiferente al momento de experimentar los efectos psicosociales de la desaparición. Las personas que buscan a sus familiares independientemente de la afinidad sanguínea que exista no persisten en la búsqueda de sus familiares. Como puede observarse, la mayor parte de

las personas entrevistadas han perdido a hijos/as, en segundo lugar, se encuentran las personas han perdido a su pareja y, por último, están quienes han perdido familiares en segundo grado, a sus sobrinos/as.

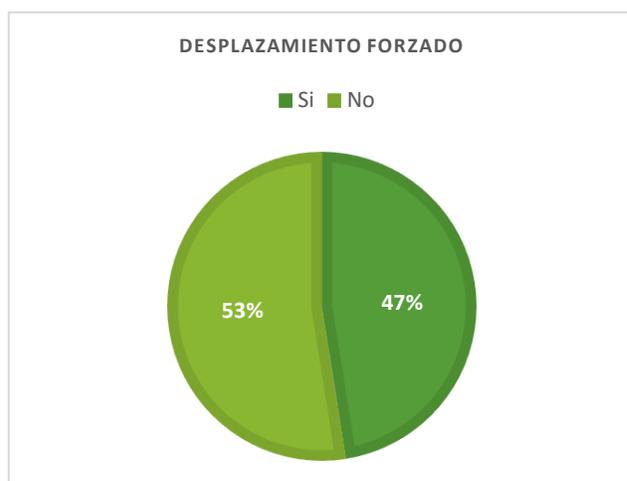
Gráfico 7: Perpetradores de la desaparición.

Explicación: Los datos recolectados muestran que los perpetradores de las desapariciones en su mayoría ha sido la Mara Salvatrucha (con el 56%) puesto que su dominio y extensión territorial se ha visto incrementado en los últimos años. Un 23% indica que los perpetradores han sido



pandillas, sin embargo, debido al desconocimiento de los familiares, no se puede especificar cual denominación fue exactamente. El 13% no tiene una idea acerca de quienes cometieron el hecho, ya que según comentan también, no hubo ninguna forma de violencia previa. Y con un 3% expresan que los hechores fueron la pandilla 18. Este gráfico expone que la pandilla MS es a la que puede atribuírsele el fenómeno de las desapariciones por violencia social en su mayoría.

Gráfico 8: Presencia de desplazamiento forzado a raíz de la desaparición.



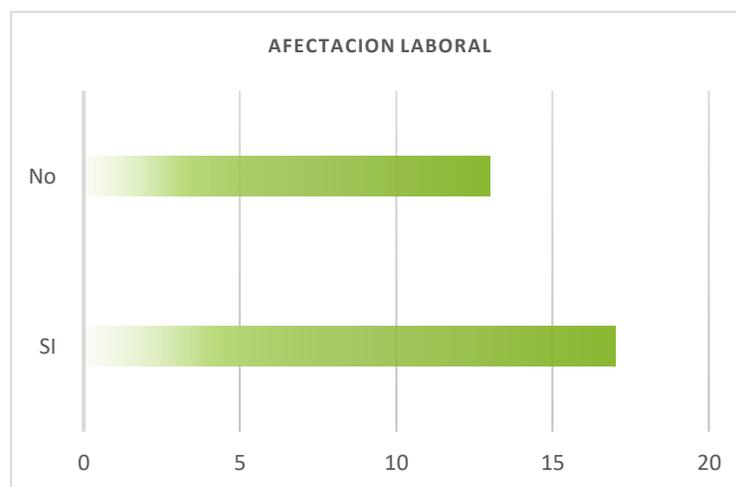
Explicación: se sabe que el desplazamiento forzado es una consecuencia de la violencia. Los resultados muestran que las personas que se desplazaron a raíz de la desaparición tienen una mínima diferencia en relación a las personas que conservaron su domicilio. Según la particularidad de cada caso las personas conocían a los perpetradores, por lo que temían por represalias y decidían abandonar su hogar. Mientras que al ser un

perpetrador desconocido, las personas no percibían un riesgo inminente a su integridad física. Otro factor que sobresale es que existen casos en los que hubo más de un desplazamiento y es que el resto de los grupos familiares eran ubicados por los perpetradores y para resguardar su seguridad debían movilizarse nuevamente.

C) AFECTACIONES EN GENERAL

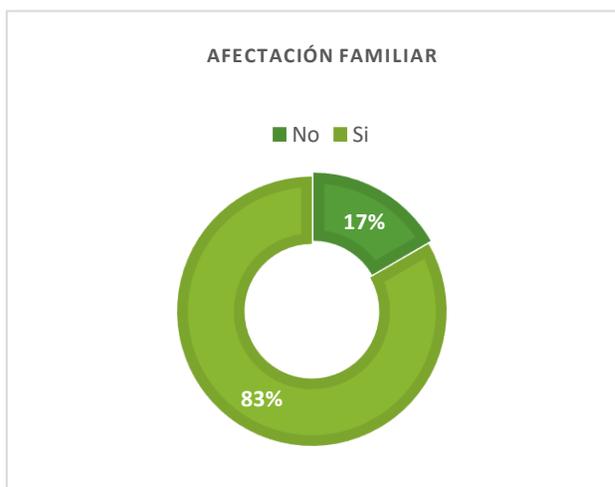
Gráfico 9: Afectación en el área laboral

Explicación: Según la información recabada en las entrevistas realizadas, con un 57% se refleja que las personas entrevistadas si han sufrido una afectación relacionada al área laboral, esto producto del desplazamiento que las personas vivieron a raíz de las amenazas recibidas por grupos



delincuenciales después de haber sufrido la desaparición de su familiar, lo cual obligo abruptamente a abandonar sus lugares de trabajos en los cuales había laborado durante años. En un menor porcentaje con un 43% se observa que no hay afectación en el área laboral eso debido a dos variables, en algunos casos la persona que laboraba es el familiar desaparecido y en los otros casos a pesar del desplazamiento vivido han podido conservar sus trabajos sin mayores dificultades.

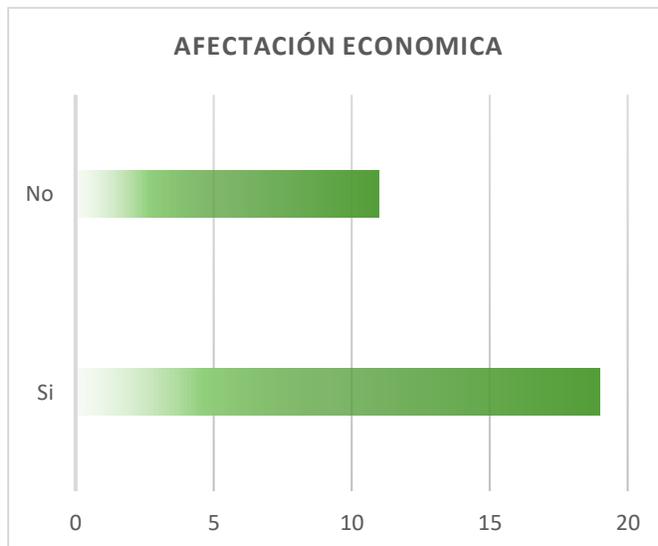
Gráfico 10: Afectación en el área familiar



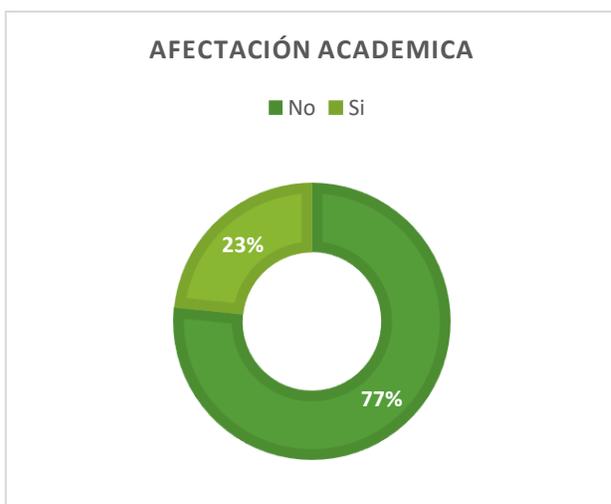
Explicación: Con una suma de 83% se contempla que, el área familiar es la más afectada entre las personas entrevistadas debido a la ruptura del núcleo familiar por la ausencia de la persona desaparecida, otra afectación en esta misma área son las interacciones dentro del grupo familiar, las cuales sufren una alteración como resultado de culpabilizaciones y reproches enfocadas a un miembro o debido a la necesidad de uno de

los miembros de encontrar al familiar, lo que provoca que cada uno vaya aislándose de los demás, enfocando su tiempo y recursos en sobrellevar la situación de manera individual. Con un menor grado se tiene que 17% de las personas entrevistadas refleja que el área familiar no ha sido afectada y que, en cambio, la crisis atravesada se ha vuelto una oportunidad para unirse aún más y participar en la búsqueda del familiar desaparecido.

Explicación: La mayoría de las personas entrevistadas, en un 61% manifiesta que el área económica se ha visto afectada tras la desaparición de su familiar, no solamente por la ausencia del ingreso económico que la persona aportaba, si no, por el gasto que implica la búsqueda del familiar, (trámites, movilización dentro del área metropolitana, comida, etc.) Con un menor porcentaje equivalente al 39% se observa que el área económica no se ha visto afectado esto es debido a que la persona que busca a su



familiar conserva su trabajo y además cuenta con el ingreso constante que aportan familiares que habitan en el exterior del país, por lo que de alguna manera mantienen su estilo de vida (comodidades, accesos a servicios, etc.)



Explicación: Con un 77% las personas entrevistadas reflejan que el área relacionada a lo académico no se ha visto afectada, puesto que, aunque se haya vivido un desplazamiento se ha podido encontrar una institución educativa que permita continuar con los estudios y donde no se han recibido amenaza alguna. En un 23% se obtiene que, el área académica si se ha visto afectada debido a que las personas han sufrido más de un

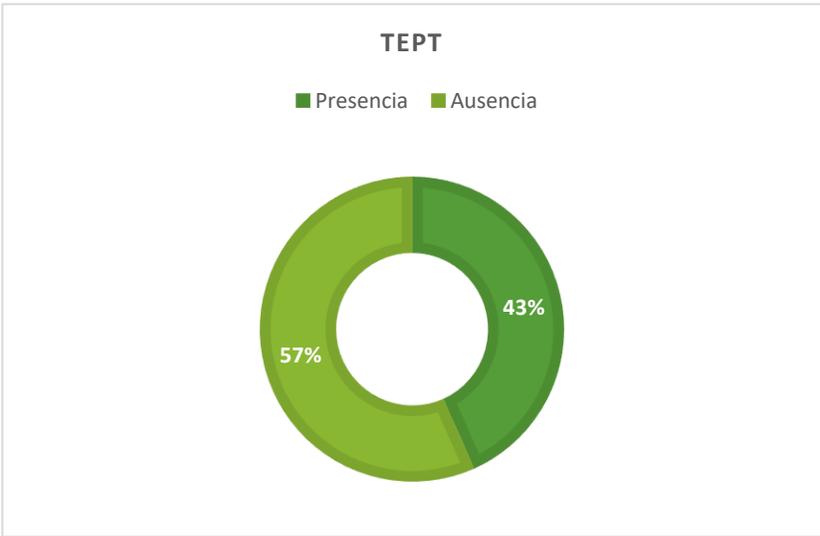
desplazamiento de diferentes zonas imposibilitando una estabilidad académica en una institución educativa.

| Resultados generales de la observación | |
|--|--|
| De acuerdo con lo observado en la muestra se señala lo siguiente de forma global: | |
| Aspecto | Vestuario ordenado, hábitos de aseo, vestimenta sencilla y humilde, personas piel morena y clara, estatura promedio, en edades que oscilan entre los 18 a 60 años, 28 del sexo femenino y 2 del sexo masculino, cabello oscuro, de complejiones físicas delgadas en su mayoría y de complejión robusta en minoría. |
| Conducta | El 100% de las personas buscan por sus propios medios a sus familiares sin recibir apoyo de alguna institución u organización, debido al desconocimiento que existe sobre a que instancias acudir o simplemente por la idea de que estás al acudir “no harán nada” para darle respuesta a las necesidades que presenten. |

| | |
|-----------------------------------|---|
| <p>Respuesta emocional</p> | <p>Respuesta emocional fragil con presencia de llanto, ojos irritados, quebrantamiento de voz, dificultad para sostener relato, temblor de manos, cualquier acontecimiento poco relevante provoca reacciones emocionales muy intensas, hipervigilancia, desconfianza del entorno, poca concentración, tics repetitivos de manos, manipulación de objetos desesperadamente, evitación de contacto ocular con interlocutor, cabizbajo, tono de voz suave.</p> |
|-----------------------------------|---|

B. RESULTADOS DE ESCALA DE SINTOMAS DE HOPKINS Y CUESTIONARIO PARA TRAUMA DE HARVARD
APLICACIÓN PRE TEST

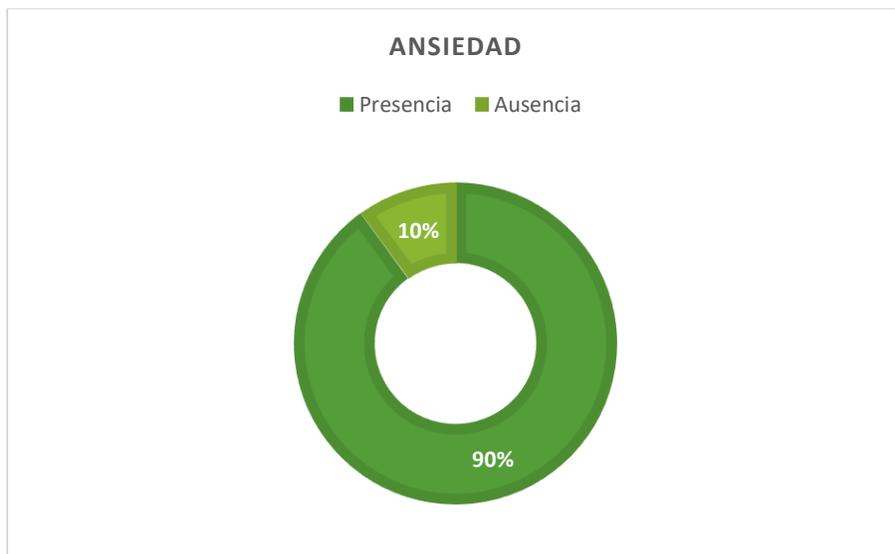
Presencia de síntomas de Trastorno por Estrés Postraumático en las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social (Cuestionario para Trauma de Harvard)



De acuerdo con los resultados obtenidos tras la aplicación del Cuestionario para Trauma de Harvard, se evidencia que un 43% de las personas presentan sintomatología característica de Trastorno por Estrés Postraumático, cabe destacar la persistencia de dichos síntomas, puesto

que algunas de las personas experimentaron el evento crítico hace más de un año y la respuesta emocional continúa siendo la misma a la fecha de haber sucedido la desaparición. Por otro lado, cabe mencionar que las personas con presencia sintomática han experimentado altos niveles de victimización por parte de instituciones y entidades que trabajan en cada uno de los casos en procesos de investigación, algunos de ellos se han enfrentado directamente con la falta de abasto o incluso con la displicencia de estas instancias para dar respuesta a sus necesidades, lo que agrega mayor carga al malestar psicológico que se atraviesa debido a la frustración que eso provoca. Cabe destacar además las considerables dificultades en situaciones sociales, laborales y relacionales que repercuten directamente en la capacidad de las personas de realizar sus tareas diarias con normalidad ya que existen cambios negativos en el pensamiento y en el estado de ánimo tales como ideas desfavorables sobre su persona, desesperanza acerca del futuro y distanciamiento de actividades potencialmente agradables. También se evidencian claramente cambios en las reacciones físicas y emocionales; como hipervigilancia, irritabilidad, dificultades para conciliar el sueño y un abrumador sentimiento de culpa o vergüenza por lo sucedido.

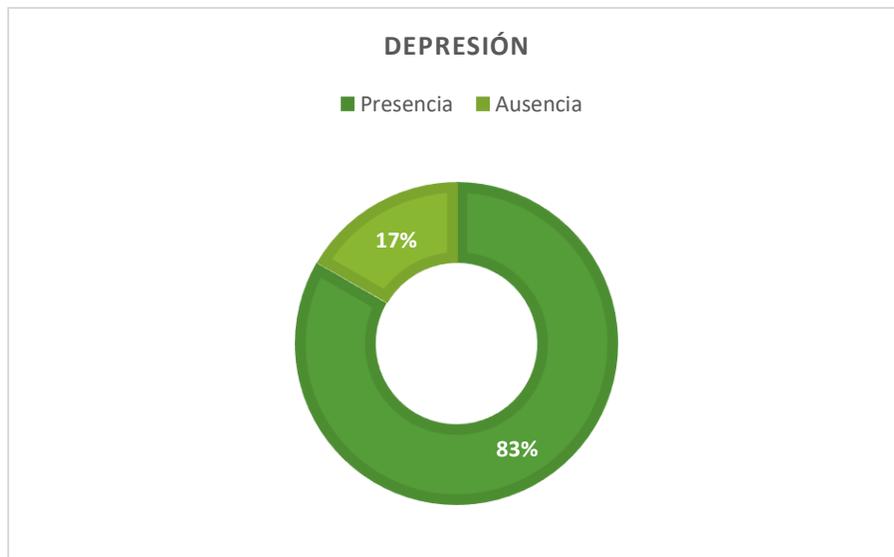
Presencia de síntomas de ansiedad en las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social (Escala de síntomas de Hopkins)



Como puede observarse, la mayoría de las personas evaluadas presentan sintomatología ansiosa partiendo del hecho de la desaparición de su familiar. Los ítems de la escala

relacionados con esta variable se enfocan en la inquietud e intranquilidad, ambos aspectos sumamente importantes para determinar la presencia de síntomas ansiógenos, por tanto, se puede decir que el 90% de las personas evaluadas presentan pensamientos distorsionados, preocupación excesiva, incapacidad para tomar decisiones y una profunda fijación de ideas irracionales, esta última se traduce en tensiones crónicas aun cuando nada parece provocarlas y esto significa anticipar siempre un desastre o el peor de los escenarios en cualquier momento. Otro aspecto sumamente característico encontrado en la población evaluada es el sobre esfuerzo por conciliar el sueño o en permanecer dormidos y es que como puede evidenciarse, su preocupación e inquietud se traduce en síntomas físicos, especialmente temblores, contracciones nerviosas, tensión muscular, dolores de cabeza, irritabilidad, transpiración o accesos de calor, además de una constante sensación de mareo o falta de aire, por ello llaman mucho a percibirse “como si tuvieran un nudo en la garganta”. Un estado que predomina fuera de lo ya comentado es la **hipervigilancia** y es que este estado de mayor sensibilidad sensorial está acompañado de una exageración en la intensidad de los comportamientos de las personas y cuyo objetivo primordial es detectar amenazas en el entorno, lo que vuelve a la persona más irritable de lo normal, afectando en gran medida diversos ámbitos de su vida, además de verse acompañada de marcadas distorsiones de la atención (hiperprosexia) que se traducen en una distraibilidad constante y la dificultad de mantener la atención en un punto específico.

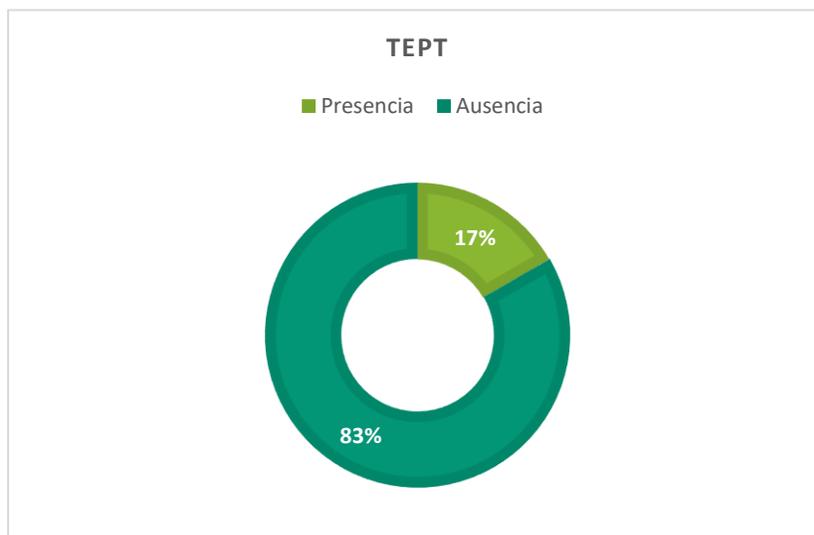
Presencia de síntomas de depresión en las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social (Escala de síntomas de Hopkins)



Ya se expuso que cuando una persona ha vivido o presenciado un acontecimiento en el que su vida, su integridad física y psicológica se han visto seriamente amenazados, se dice que ha sufrido una experiencia traumática, agregado a otras situaciones estresantes como la muerte de un familiar, accidentes, enfermedades crónicas, dificultades económicas, etc. Estas aristas pueden ocasionar síntomas de depresión, que sostenidos a largo plazo pueden desencadenar en una depresión más compleja. Como puede observarse, este es el caso del 83% de las personas entrevistadas, el evento crítico y las condiciones subyacentes en la mayoría de las ocasiones son percibidos alteradamente debido a sus características de ser inesperados, incontrolables y que golpean de manera intensa la sensación de seguridad y de autoconfianza de las personas, provocando intensas reacciones de vulnerabilidad, temor hacia su entorno e incluso descenso de la autoestima. Luego de atravesar un evento de la naturaleza que ya se ha expuesto, se puede inferir que las personas se presentan ante diferentes situaciones que les resulta muy difícil superar, y mucho de ello tiene que ver con esquemas mentales negativos, sensación de falta de control sobre las circunstancias de la vida y tendencias a la preocupación excesiva. Otro aspecto importante en esta variable es el **contar o no con una red de apoyo** compuesta por personas cercanas a la víctima secundaria, puesto que en los casos donde no se cuenta con este apoyo o existen hostilidades dentro de los grupos primarios, las personas presentan una sintomatología depresiva más remarcada.

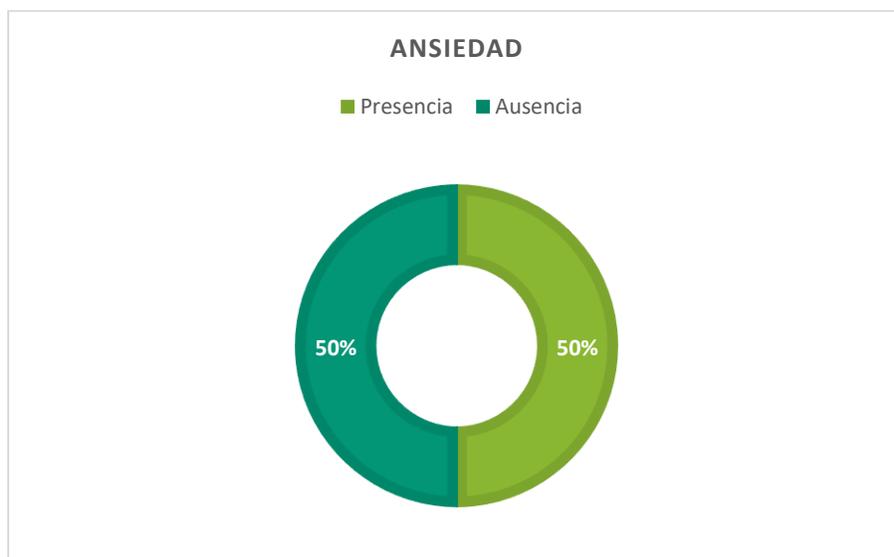
APLICACIÓN POST TEST

Presencia de síntomas de Trastorno por Estrés Postraumático en las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social (Cuestionario para Trauma de Harvard)



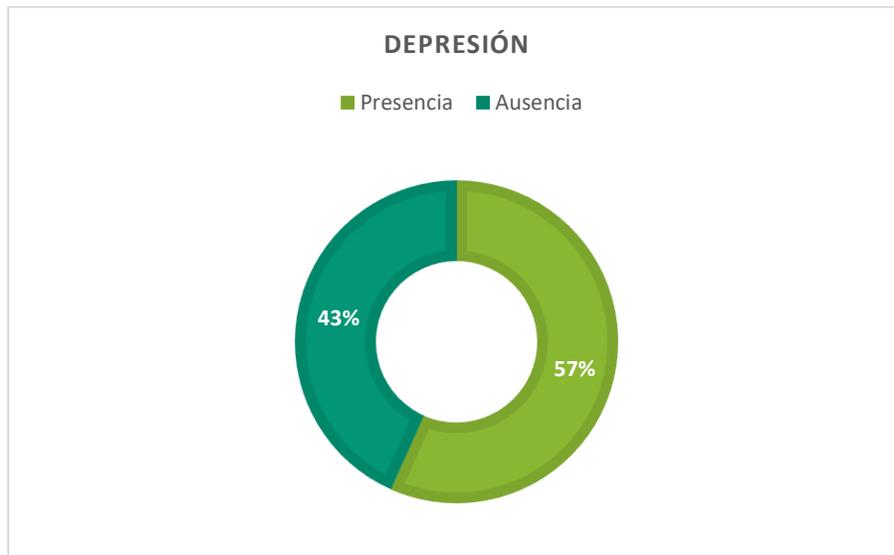
Después de culminado el programa psicoterapéutico “Reencontrándonos” se aplicó una prueba post test a los participantes que finalizaron las diez sesiones contempladas en el programa, se evidenció que, **un 83% de las personas participantes experimentaron una ausencia de sintomatología relacionada al Trastorno por Estrés Postraumático**, comparando los datos arrojados por las pruebas pre test que mostraban que solo un 57% de la población no experimentaba la sintomatología característica del Trastorno por Estrés Postraumático se tiene que, como resultado del programa psicoterapéutico **se puede observar una disminución del 26%**, entre los síntomas que reflejan disminución se encuentran los relacionados a: ideas desfavorables sobre su persona observándose una disminución de estas, mayor esperanza en el futuro e incorporación paulatinamente a la vida cotidiana de actividades potencialmente agradables, también se evidencian claramente cambios favorables en las reacciones físicas y emocionales siendo estas menos frecuentes e intensas; tales como hipervigilancia, irritabilidad, dificultades para conciliar el sueño y disminución sentimiento de culpa o vergüenza por lo sucedido.

Presencia de síntomas de ansiedad en las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social (Escala de síntomas de Hopkins)



Los resultados de la prueba post test de la Escala de síntomas de Hopkins nos indica que el **50% de la población no presenta sintomatología ansiosa tras haber culminado el programa** psicoterapéutico, en comparación con los resultados obtenidos en la prueba pre test que reflejaban que el 90% de las personas experimentan síntomas relacionados a la ansiedad, como resultado de la efectividad del programa **se presenta una disminución del 40% de la sintomatología en la población**, cabe destacar que los síntomas aminorados son: un mayor control relacionado a los pensamientos distorsionados, siendo capaces de debatirlos por su propia cuenta y discriminarlos, las personas no experimentan preocupación excesiva sin motivo aparente como antes, desarrollaron una mejor capacidad para la toma de decisiones de manera independiente, las diferentes ideas irracionales que las personas presentaban paulatinamente han sido capaces de poder modificarlas, hay una mayor facilidad para conciliar el sueño y mantenerlo, logrando dormir más horas que antes, otros síntomas físicos que han disminuido son: temblores, tensión muscular, dolores de cabeza, irritabilidad, sensación de mareo o dificultades para respirar.

Presencia de síntomas de depresión en las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social (Escala de síntomas de Hopkins)



Como lo muestra el gráfico, los resultados de la aplicación de la prueba post test de la Escala de Síntomas de Hopkins **indican que el 43% de las personas no experimentan un estado de depresión actualmente**, la prueba pre test realizada al comienzo de la terapia grupal mostraban que solo el 17% no manifestaba sintomatología relacionada a la depresión, tras el curso de las diferentes sesiones terapéuticas del programa **se logró que 26% más de la población no experimentara síntomas relacionada a un estado depresivo**, como ya se conoce la terapia grupal cuenta con diferentes bondades debido a la naturaleza del mismo, tal como la cohesión grupal, el sentido de pertenencia, los cuales permiten a las personas no solo fortalecer las diferentes áreas trabajadas en el transcurso del programa, aparte también ayuda a crear, si no cuentan con una o a fortalecer la red de apoyo ya existente, el contacto con personas que han experimentado una situación similar a la que viven, la confianza establecida entre todos los miembros del grupo, y el espacio de seguridad que brinda la metodología favorecen el estado anímico de las personas y junto a las diferentes técnicas psicológicas aprendidas a lo largo del programa y los rasgos de personalidad abonan a una disminución de la sintomatología depresiva.

CAPITULO V: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

5.1. ANÁLISIS CUALITATIVO

La situación de violencia social en El Salvador ha incrementado exageradamente en los últimos años, provocando innumerables consecuencias para los grupos poblacionales más vulnerables tanto económica como socialmente. Muchas son las formas de violencia que sufren estas personas en situación de desprotección, pero últimamente existe la presencia de una de ellas la cual genera un marcado deterioro en la sociedad; el fenómeno de las desapariciones. Los principales perpetradores son grupos delincuenciales mejor conocidos como maras o pandillas, que buscan establecer control sobre determinado territorio a través del miedo que generan las distintas acciones violentas acometidas, entre ellas; amenazas, intentos de homicidios, extorsiones, vapuleos y últimamente las desapariciones de personas. Esto siembra el terror en la sociedad y es que la percepción de que cualquiera puede ser víctima de ese tipo de hecho genera una afectación social generalizada.

Quienes sufren de manera indirecta este tipo de violencia, es decir los familiares de la persona desaparecida son quienes afrontan el enorme daño psicológico, material o social que genera la incertidumbre de la desaparición y es que no existe una respuesta oficial por parte de por parte de instituciones u otras instancias, por lo que se recurre a una red de apoyo personal para poder sobrellevar dicho suceso. Hasta hace muy poco el estado salvadoreño reconoce que las desapariciones son un problema de gran relevancia social en cuestiones de seguridad ciudadana y si bien hasta el momento existen iniciativas para darles respuesta a las necesidades presentadas por las personas que atraviesan esa realidad, esta no es la más precisa y eficaz, lo que impide también contar con un registro del número de casos que reporta ese tipo de violencia en específico.

Por ese motivo, la investigación tuvo como objetivo indagar los aspectos psicológicos que se encuentran afectados en las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social y aplicar un plan de intervención psicoterapéutica para paliar las condiciones encontradas en la indagación de la información.

Para lograr dichos objetivos fue necesario diseñar e implementar instrumentos de investigación que permitirán obtener las características y condicionantes de la desaparición y la afectación psicológica surgida a raíz de esta. El primer instrumento en ser aplicado fue la encuesta dirigida a las víctimas secundarias de desapariciones por

violencia social y posteriormente la Escala de Síntomas de Hopkins y el Cuestionario de Trauma de Harvard. La aplicación de estas herramientas permitió dilucidar información muy importante, que se presenta a continuación:

Las personas evaluadas que componen la muestra (víctimas secundarias) proceden de entornos inestables y paupérrimos, es decir, son personas que no tienen un ingreso económico constante y que en su desarrollo histórico han tenido dificultades para acceder a servicios de educación, por ello, al contar un nivel de escolaridad bajo, los trabajos u oficios en los que laboran suelen ser poco remunerados, por la misma razón el acceso a servicios de salud tanto física como psicológica es casi nula. Otra arista sumamente importante es la composición del sistema familiar y es que este suele estar deteriorado en la mayoría de casos. Agregado a eso, los lugares donde residen tienen como característica principal ser densamente poblados, lo que lleva a las personas a vivir en condiciones de hacinamiento, de igual forma en estos lugares se presentan altos índices de criminalidad (zonas marginales, comunidades), que por lo anterior se presentan además niveles altos de exclusión y marginación. Es menester indicar entonces que la mayoría de las personas evaluadas proceden de zonas rurales y periurbanas que corresponden al departamento de San Salvador, específicamente algunos municipios que conforman el AMSS (Área Metropolitana de San Salvador) y peculiarmente, son municipios que reportan altas tasas de violencia, esto último se explica debido a que cuentan con poca o nula presencia de centros de poder (escuelas, puestos policiales, unidades de salud, etc.) lo que hace que las condiciones sean aún más precarias.

Se ha evidenciado que los rangos de edad más afectado de entre la población evaluada son: en primer lugar, las personas que oscilan entre los 30-49 años, esto debido a que en la mayoría de casos, las personas que han sido desaparecidas son hijos/as, por ende, la afectación secundaria se ve sobre las madres o padres que asumen una búsqueda incansable por las novedades del paradero de sus hijos/as, lo que deviene en repercusiones en los primordiales ámbitos de la vida de estas personas, por ejemplo la salud; que se ve estropeada debido a la somatización y la desatención de estas manifestaciones del malestar que se experimenta. En el segundo segmento de edades se encuentran las personas mayores de 50 años, en esta etapa de la vida, estos individuos buscan dedicar tiempo a los suyos, donde la productividad y eficiencia en cuanto a labores poco a poco va decreciendo, se ve la búsqueda de un sentido de ser necesitados por los demás, el ser y sentirse útil, cuestión que se ve impedida por la desaparición, ya que este hecho fractura

los proyectos de vida tanto a nivel individual como familiar, lo que produce cambios en toda la dinámica y se adoptan factores que atenúan una sensación de estancamiento.

En relación al género de las personas evaluadas, resulta interesante destacar la diferencia significativa de mujeres frente a hombres. Del total de la muestra, la cifra se oficializa en 28 mujeres y 2 hombres, lo que permite afirmar una verdad cultural a medias y es que se juzga que son las mujeres las que ven por el bienestar general del grupo familiar y que debido a la situación actual que se atraviesa muchas de ellas son las que han asumido la dirección del hogar, rol que está asignado culturalmente al hombre, pero sucede que este último ha sido la víctima directa de la desaparición, por lo que la mujer debe adoptar dicho rol en aras de garantizar las necesidades de sus hijos y el resto del grupo familiar.

Continuando, es de gran relevancia mencionar el tiempo transcurrido de la desaparición, ya que esta condición permite inferir el grado de afectación de las personas, y van desde 1 a 3 meses hasta más de 1 año, y lo cual se puede conjugar con los resultados obtenidos en el Cuestionario de Trauma de Harvard, donde se evidencia con claridad que los casos en los que ha transcurrido más tiempo tienden a tener ligeramente menos sintomatología traumática que el resto, ya que han tenido más tiempo para crear estrategias de afrontamiento para con las dificultades que se presentan, han reforzado sus redes de apoyo y mejorado sus factores personales como la resiliencia. Mientras que las personas que tienen menos tiempo de haber vivido el suceso tienden a aumentar la sintomatología tanto a nivel somático como emocional, puesto que aún existe negación de lo sucedido, y eso tiene como repercusiones directas; elevados grados de ansiedad y miedo hacia el futuro individual y colectivo (familia), ya que muchos de los aspectos de su vida como ya se ha mencionado se cristalizan, lo que aumenta la sensación de incertidumbre predominante en la situación actual.

De igual forma es necesario señalar que los perpetradores de las desapariciones, en la mayoría de casos son las maras o pandillas, estructuras criminales con marcadas tendencias psicopatológicas y barbáricas que controlan territorios mediante la intimidación a través de hechos delictivos llenos de odio que atemorizan a la sociedad en general. Pero también hay un número muchísimo menor pero significativo de desapariciones a causa de cuerpos de estado como la Fuerza Armada de El Salvador que realizan acciones extrajudiciales, según mencionan las personas evaluadas, quienes conforman este cuerpo de seguridad generan hostigamiento hacia personas jóvenes que suponen que están involucradas o colaboran con las pandillas, en ocasiones los golpean

brutalmente, los amenazan y ejercen todo tipo de violencia física, verbal y psicológica, por lo que si los padres o responsables se oponen igualmente les amenazan, y a mediano o largo plazo generan hostigamiento o amenazas frecuentes por lo que en la mayoría de ocasiones optan por buscar otro lugar de residencia. Esta situación es sumamente alarmante puesto que la formación que proporciona dicha instituciones de seguridad es de perseguir el delito y proveer seguridad a los ciudadanos pero hacen lo contrario; es por eso que las familias deciden huir y se resisten a hacer una denuncia, pues de hacerlo traería consecuencias más graves y perturbadoras; al no existir un reconocimiento legal, se carece de políticas públicas que desarrollen planes, estrategias o líneas de acción para la atención y protección a las víctimas, lo que genera indefensión de las mismas e incidir negativamente en las oportunidades de protección internacional.

Por lo planteado con anterioridad, se pueden destacar que las consecuencias en las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social son las siguientes:

A nivel laboral: Un denominador común presentado entre las personas que se evaluaron es que laboran en empleos informales, esto mismo hace que su disponibilidad en cuanto a sus funciones varíe. Al asumir la búsqueda de su familiar desaparecido, las personas relegan todos sus quehaceres y se dedican meramente a estas acciones, lo que genera además una directa afectación económica. El intentar retomar labores se vuelve una tarea sumamente complicada y es que por el estado anímico que se atraviesa, la productividad es mínima, lo que genera una sensación de inconformidad debido a que no importa lo que se haga, de una u otra manera no se “está bien”, por lo que nuevamente deciden abandonar las actividades que les dan sustento y así sucesivamente se forma un círculo vicioso.

A nivel familiar: la desaparición de un familiar, como ya se expuso en la teoría, tiene muchísimas implicaciones que afectan particularmente el primer sistema de socialización, es decir la familia. La desaparición trae consigo directamente la desintegración familiar, puesto que la dinámica que había sido establecida como tal sufre una escisión. Cada miembro elabora su sentir hacia la situación de manera distinta, por eso existen marcadas diferencias al momento de abordar o comentar sobre lo sucedido, y es precisamente esa diferencia lo que provoca que algunos de los miembros dentro del sistema familiar intenten forzar a los demás a continuar con sus actividades como normalmente lo haría, pero desconocen la intensidad de la afectación que puedan tener esos otros miembros que se encuentran de alguna forma “paralizados” por todo lo sucedido. Pero, la repercusión no acaban ahí, pues dentro de la misma estructura familiar se suscitan constantes crisis

que alteran la convivencia y tranquilidad de ésta, debido a las excesivas cargas emocionales (estrés) que provoca la experiencia traumática junto con las causas subyacentes que le acompañan, provocando el debilitamiento o rompimiento de las relaciones intrafamiliares, ya que la exacerbación emocional en uno u otro miembro generan muchas tensiones y conflictos por desacuerdos sobre el aspecto económico, por la culpabilización y señalamiento de lo sucedido a algún miembro de la familia, por comportamientos desafiantes/agresivos de alguien en el círculo familiar, por disonancias en la toma de decisiones, por la desesperanza de no saber qué hacer o donde acudir, etc.

A nivel económico: Como ya se comentó anteriormente, la afectación económica guarda una estrecha relación con la afectación laboral y es que debido a la falta de actividades que proporcionen un ingreso económico, las personas viven en condiciones sumamente desfavorables donde no es posible ni siquiera suplir las necesidades básicas como: una alimentación saludable y balanceada, un acceso de calidad a servicios de salud, un momento de recreación y ocio saludable, a la privacidad, la seguridad, acceso al agua potable y demás. Esta situación provoca en las víctimas descompensaciones emocionales, sentimientos de frustración y síntomas depresivos, debido a que no tienen ni siquiera la posibilidad de responder ante necesidades primarias debido a la situación crítica experimentada, lo que hace impedir además la adaptación al cambio.

A nivel académico: es importante destacar que muchos de los hijos de las víctimas secundarias han desertado de sus estudios y abandonando todos sus procesos académicos, debido al temor a sufrir lo mismo que su familiar y la hipervigilancia suscitada por el mismo hecho. Por otra parte, en otros casos se señala la dificultad que tienen las personas que estudian para adaptarse e insertarse nuevamente a los centros educativos donde eligen reubicarse o retomar. Es importante señalar que para los/as menores de edad sus hogares y centros de estudio se perciben como zonas de seguridad, confianza, recreación, de cohesión e interacción con personas de su mismo nivel (edad), pero el abandono y los cambios drásticos que conlleva esto, pueden ocasionar una afectación en la construcción de su autoestima, provocar sentimientos de soledad, sensación de aislamiento, dificultades o trastornos de adaptación, etc.

Si bien muchas son las afectaciones y consecuencias de la desaparición por violencia social, es importante destacar también el papel imprescindible de los distintos factores de protección que permiten sobrellevar dicha situación, los cuales pueden dividirse en: 1.

Los factores de protección endógenos, que aluden a aquellos recursos intrapersonales con los que cuenta cada persona; y 2. los factores exógenos de protección que hacen referencia a aquellos aspectos fuera de la persona. Los cuales logran dilucidarse en algunas de las personas evaluadas y que se ponen de manifiesto de las siguientes formas:

- ✓ Muchas de las personas por sus mismos rasgos individuales de personalidad como el temperamento y el carácter, logran sobrellevar el suceso traumático a pesar de tener en contra distintas circunstancias, lo cual realizan con seguridad, confianza en sí mismos y asertividad.
- ✓ El aspecto religioso de la vida de cada persona juega un papel esencial, puesto que inspira esperanza y anhelo de un mejor futuro tanto para ellos como su familia.
- ✓ En cuanto a los factores exógenos se puede destacar tres elementos que ayudan a la víctima: El apoyo familiar que algunas de las personas reciben, con tan solo el hecho de ser escuchados en los momentos difíciles, representa una gran sensación de alivio; de igual manera el apoyo y estrechamiento de vínculos (unidad familiar) para salir adelante 2. La asistencia y apoyo de instituciones religiosas (iglesia católica/evangélica) que proporciona una sensación de catarsis y una oportunidad de pasar de la actitud pesimista a una sensación de confianza y apoyo de un ser superior (Dios).

5.2. EFECTIVIDAD DEL PROGRAMA PSICOTERAPÉUTICO DIRIGIDO A VÍCTIMAS SECUNDARIAS DE DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL

La psicoterapia de grupo no es una escuela de tratamiento en sí misma, sino una forma de tratamiento. Algunos profesionales siguen las líneas más clásicas (modelo psicodinámico), interpretando los conflictos inconscientes del grupo. Otros enfatizan la espontaneidad y la acción a través de diferentes técnicas como el role-playing o el cambio de roles. La puesta en acción de la terapia grupal tuvo gran auge en los años 60 bajo la modalidad de grupos de autoayuda, que tenían como objetivo el fortalecimiento de la autoestima y la rehabilitación de las habilidades sociales de los participantes, posteriormente y al evidenciar los beneficios de esta forma de abordaje, se realizan adaptaciones en los tratamientos para intervenir distintas dificultades.

La actividad sobre la que se estructuró el programa “**Reencontrándonos**” y que promovía el ambiente terapéutico, se basó en el empleo de técnicas creativas y participativas siguiendo un enfoque ecléctico, puesto que se hizo uso desde técnicas

cognitivas hasta la utilización del cuento terapéutico (terapia narrativa). El valor que se les concedió a las técnicas creativas radica en que, por su naturaleza, lograron que las personas pudieran entrar en contacto con sus estados emocionales a la vez que facilitaba la expresión de estos mismos. Esto fue especialmente significativo en las personas que no contaban con una red de apoyo y por lo mismo, jamás habían comentado con alguien más lo sucedido, por la misma razón, estas personas no lograban alcanzar un leve estado de sosiego y es que reprimían sus emociones sobre el evento debido a la adopción del pensamiento que, sufrir en silencio implica más respeto para la persona que no está más, por ello, la importancia de las técnicas creativas radica en que ofrecen un lenguaje alternativo a la expresión oral.

La metodología utilizada fue cualitativa, lo cual implica que a partir de ella se han logrado suscitar cambios debido al soporte teórico y metodológico establecido en el esquema del programa y es que no se siguió una estructura rígida como tal, debido a que, por situaciones emergentes propios de los proceso se manejaron a manera de contener las respuestas emocionales u otros aspectos que podrían devenir en crisis; también implicó que en la concepción del mismo programa los facilitadores debían mantener siempre una actitud indagatoria característica de los enfoques cualitativos y que va a permitieron la flexibilidad antes mencionada y la capacidad de ajuste del programa en sí.

Ahora bien, se habla de la búsqueda de la eficacia y efectividad del programa de psicoterapia grupal aplicado en esta investigación. En el caso de la psicoterapia grupal no se trata de un modelo de tratamiento en sí mismo sino un modo de abordar la intervención, lo cual quiere decir que bajo esta denominación pueden encontrarse varias líneas teóricas. Sin embargo, retomando de Fernández Ballesteros (1996) en su Metodología para el diseño y Evaluación de Programas se crean procedimientos que garantizan en buena medida el cumplimiento de nuestros objetivos, con apego a los referentes teóricos de que se trate, en cada caso.

Según esta concepción existen seis juicios valorativos sobre un programa:

Pertinencia: definida como la medida en la cual un programa responde unas necesidades concretas de la población.

El programa psicoterapéutico “Reencontrándonos” está elaborado para responder a las necesidades psicológicas que las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social experimentan.

Suficiencia: es la medida en la cual las acciones establecidas pueden ser suficientes y adecuadas para conseguir los propósitos que se persiguen.

Las diferentes técnicas diseñadas e implementadas en la terapia grupal se basaron en la búsqueda del cumplimiento de los diferentes objetivos planteados para el programa.

Progreso: aquella que se realiza durante la implantación del programa pretendiendo determinar los efectos que se están suscitando.

Durante la ejecución de las diferentes sesiones del programa se observó de manera paulatina la eficacia de las distintas técnicas empleadas durante las sesiones y las tareas prácticas que las personas realizaban en el transcurso de la semana, los cambios comenzaban a ser observables de forma individual a medida que el programa avanzaba.

Eficiencia: se alude al valor de la relación entre los resultados obtenidos y de los medios puestos a contribución.

En gran medida, los resultados favorables obtenidos en el programa radican en la pertinencia de las diferentes técnicas empleadas y de la metodología que rigió el proceso grupal.

Eficacia: supone la medida en la cual existen pruebas de que los objetivos establecidos en el programa se han logrado.

Los objetivos planteados al inicio, estaban relacionados con el fortalecimiento de las áreas emocional, intra e interpersonal, cognitiva y somática con las diferentes técnicas puestas en práctica se logró observar y medir el fortalecimiento de cada aspecto de las diferentes áreas.

Efectividad: hace referencia a la medida en la cual un programa ha alcanzado una serie de efectos.

La efectividad del programa se observa en los diferentes cambios operados y que los participantes expresaron experimentar, estos efectos o cambios están vinculados a las diferentes áreas trabajadas, mayormente lo relacionado al área emocional y cognitiva siendo las personas capaces gestionar sus emociones y cuestionar sus pensamientos irracionales.

En síntesis, se logró contar con recursos (técnicas, indicadores) que, al ser evaluados, pudieron dar la medida del cumplimiento de los objetivos y de los efectos que se lograron

en el programa. Esto equivale a conocer su nivel de eficacia y efectividad, aspectos con frecuencia deficitarios en la psicoterapia grupal con personas que presentan sintomatología de trastorno de estrés postraumático.

Al hablar de la efectividad del programa “Reencontrándonos” tenemos que, **los resultados del mismo son favorables, observables y medibles.**

Favorables: debido a que los objetivos que se buscaban alcanzar en la puesta en marcha del programa se lograron, se brindaron herramientas a los y las participantes que les permitieron apropiarse de su progreso personal alcanzando una mejoría de salud mental y bienestar emocional, claro esto a raíz de los efectos de las diferentes técnicas encaminadas al fortalecimiento del área emocional/afectiva a través del reconocimiento de sus emociones, una autorregulación y un autoconocimiento, además de propiciar en los y las participantes una adecuada gestión del área cognitiva a través del reconocimiento y detención de sus pensamientos automáticos, modificándolos por pensamientos más adecuados o positivos, potenciando también las habilidades y recursos intrapersonales de cada uno a fin de lograr un fortalecimiento de su capacidad de resiliencia y autoconfianza permitiéndoles apropiarse de herramientas que les ayuden a afrontar dificultades presentes y futuras de una manera más adecuada, el uso de ejercicios de habilidades sociales les permitió recuperar o fortalecer vínculos familiares o relacionales afectados a raíz de la desaparición, permitiéndoles ampliar sus redes de apoyo, siendo este aspecto un pilar en el progreso psicológico de las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social. También se destaca la recuperación paulatina de actividades placenteras y agradables de cada uno de los y las participantes y la toma de conciencia de la importancia del autocuidado.

Observables: los cambios en los participantes del programa “Reencontrándonos” han sido observables por personas externas al grupo terapéutico, es decir familiares de cada uno de los miembros quienes expresan que los cambios actitudinales y conductuales en sus familiares han sido a raíz de la terapia grupal, destacando que son menos irascibles, hay una mejoría en las relaciones familiares, reducción del aislamiento, les observan más alegres, retomando paulatinamente actividades que antes realizaban de manera cotidiana, y aunque no se deje de un lado la búsqueda de su familiar ya no es esto el centro de la actividad de la persona. Otro de los aspectos relacionados a la efectividad del programa que han sido observables es comentado por miembros de instituciones a las cuales las personas acuden por información, por procesos de investigación y demás, quienes han

expresado que las personas antes no tenían la capacidad de relatar lo sucedido sin desbordarse, posterior al proceso grupal son capaces de hacerlo y esto facilita la toma de datos y por ende la investigación para encontrar a su familiares, ya que no se debe olvidar es el objetivo final de las víctimas secundarias, esclarecer la incertidumbre que experimentan sobre el paradero de su familiar.

Medibles: el programa al inicio contó con la aplicación de pruebas pre test las cuales fueron: el **Cuestionario para Trauma de Harvard** que permitió medir la presencia de síntomas de Trastorno por Estrés Postraumático en las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social, los datos arrojados por las pruebas pre test que mostraban que solo un 57% de la población no experimentaba la sintomatología característica del Trastorno por Estrés Postraumático después de culminado el programa psicoterapéutico “Reencontrándonos” se aplicó una prueba post test a los participantes que finalizaron las diez sesiones contempladas en el programa, y se evidenció que, un 83% de las personas participantes experimentaron una ausencia de sintomatología relacionada al Trastorno por Estrés Postraumático, **se puede observar una disminución del 26%** como resultado de la eficacia del programa psicoterapéutico.

En relación a los datos de la **Escala de síntomas de Hopkins** que midió la presencia de síntomas de ansiedad en las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social en los resultados obtenidos en la prueba pre test reflejaban que el 90% de las personas experimentaban síntomas relacionados a la ansiedad, al culminar el programa se aplicó nuevamente la Escala de síntomas de Hopkins, la prueba post test nos indica que el 50% de la población no presenta sintomatología ansiosa como resultado de la efectividad del programa **se presenta una disminución del 40% de la sintomatología en la población.**

La prueba pre test de **Escala de síntomas de Hopkins que midió la presencia de síntomas de depresión** en las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social realizada al comienzo de la terapia grupal mostraba que solo el 17% de la muestra no manifestaba sintomatología relacionada a la depresión, los resultados de la aplicación de la prueba post test mostraron que **el 43% de las personas no experimentan un estado de depresión** luego de culminar el programa psicoterapéutico esto indica que, **se logró que 26% más de la población no experimentara síntomas relacionada a un estado depresivo** como resultado.

CAPITULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

- Se puso en práctica un programa psicoterapéutico elaborado a partir del bagaje teórico retomado de la investigación, en donde se dilucido que la eficacia de este era bastante pertinente debido a la reducción de los síntomas característicos de la población objetivo comprobada a través de instrumentos psicométricos oportunos, por lo que, lograba cumplir criterios para la elaboración de un protocolo de atención psicosocial de víctimas secundarias de desapariciones por violencia social.
- Es menester señalar dos aspectos que deben ser precisados en la afectación que representa el fenómeno de las desapariciones por violencia social: Las principales características psicológicas presentadas por las víctimas secundarias son: Primero, la **“incertidumbre angustiada”** que viven las personas que atraviesan la ausencia sin explicación de su familiar, este suceso hace que las personas experimenten altos niveles de ansiedad, que hacen que el accionar de estas mismas sea sumamente errático, debido a que actúan con impulsividad ante eventos que pueden parecer rutinarios pero ante la hipervigilancia que caracteriza este estado, resultan sorprendidos y desencadenan otra serie de reacciones posteriores a la experimentación de dichos eventos. En segundo lugar, se encuentra la **“alternancia entre esperanza y la desesperación”** y es que este estado se presenta como una oscilación permanente entre la idea de que la persona que ha sido desaparecida se encuentra muerta o que volverá a casa en cualquier momento, la naturaleza dicotómica de dicho pensamiento provoca también una manera de actuar bastante descompensada, debido a esas interpretaciones, existen marcadas consecuencias emocionales (sentimientos) y conductuales (acciones) lo anterior genera estrés y se suma a la experiencia traumática que genera síntomas que conllevan a las personas a una degradación psicológica que a la larga desarrolla alteraciones más graves como estrés agudo, el cual se prolonga y se convierte en estrés postraumático y también se vuelve etiología de cuadros depresivos.
- La aplicación de instrumentos psicométricos como lo son la Cuestionario para Trauma de Harvard y la Escala de Síntomas de Hopkins permitieron medir la presencia de síntomas de Trastorno por Estrés Postraumático y sintomatologías

ansiógenas y depresivas en las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social, los datos arrojados por las aplicaciones pre test mostraban que un 57% de la población no experimentaba la sintomatología característica del Trastorno por Estrés Postraumático, después de culminado el programa, la aplicación post test evidenció la reducción en un 83% la ausencia de sintomatología relacionada al Trastorno por Estrés Postraumático, se puede observar una disminución del 26% como resultado de la eficacia del proceso. De igual manera la medición en la presencia de síntomas de ansiedad y depresión en las víctimas secundarias arrojó en la aplicación pre test que el 90% de las personas experimentaban síntomas relacionados a la ansiedad y depresión, y la aplicación post test indicó que el 50% de la población no presenta sintomatología ansiosa como resultado de la efectividad del programa se presenta una disminución del 40% de la sintomatología en la población.

- El Protocolo de Atención Psicosocial a Víctimas Secundarias (Ampliadas) de Desapariciones por Violencia Social creado a partir de todo el proceso investigativo tiene como objetivo que los profesionales que realizan trabajo humanitario dando respuesta de alguna forma a las demandas de este tipo de población, conozcan y apliquen los procesos que deben realizarse para la atención digna, puntual y especial para las personas que se encuentran en dicha condición.

RECOMENDACIONES

- A las instituciones que en la actualidad atienden a las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social, difundir el programa y el Protocolo de Atención producto de esta investigación, ya que esto permitiría fortalecer en las víctimas un proceso de afrontamiento para poder sobrellevar la experiencia traumática.
- A investigadores futuros, indagar sobre temáticas relacionadas a la realidad que aqueja a numerosas poblaciones, es decir, adoptar temáticas con perspectiva psicosocial donde se aborden necesidades reales que se presentan como sociedad, tales como las generadas por la violencia que se vive en el día a día.
- A los profesionales de la salud mental, que se interesen y se formen en materia de sintomatología y efectos que manifiestan las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social, debido a que es una temática vigente de la cual el actuar profesional debería intervenir oportunamente las necesidades que presenta esta población, y ayudarles en la reducción del malestar que manifiestan.
- Al departamento de Psicología de la Universidad de El Salvador, formar a los futuros profesionales con un enfoque psicosocial, puesto que esta postura tiene como objetivo el comprender las respuestas y los comportamientos de las personas víctimas de hechos violentos y de la vulneración de sus derechos, en un contexto cultural, político, económico, religioso y social determinado, lo que permite reconocer las dificultades desde un foco más amplio, lo que permite realizar un abordaje que dé respuesta a las distintas demandas que se presenta esta población.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alas, F. (12 de febrero de 2019). Causas y consecuencias de las desapariciones por violencia social. (N. Arévalo, & C. Ramírez, Entrevistadores)
- American Psychology Association. (s.f.). *Consejos para recuperarse después de un desastre*. Obtenido de American Psychology Association: <https://www.apa.org/centrodeapoyo/consejos-desastres>
- Amnistía Internacional. (1983). *Desapariciones*. Barcelona: Fundamentos.
- Amor, P. J., Echeburúa, E., & Carrasco, M. Á. (2016). Daño psicológico en las víctimas de delitos violentos: Implicaciones psicológicas y jurídicas . *Actualidad penal*, 28, 41-72.
- Arias, C., Vásquez, S., & Leiva, M. (2014). *La desaparición forzada de personas como delito permanente y sus efectos en cuanto a la aplicación de la convención interamericana sobre desaparición forzada de personas*. San Salvador: Universidad de El Salvador.
- Aveiro, F. (6 de diciembre de 2014). *Tereré Jurídico*. Obtenido de <http://abogadoparaguay.blogspot.com/2014/12/privacion-ilegitima-de-libertad.html>
- Castaño H., B. L. (2003). *Violencia socio-política en Colombia. Repercusión en la salud mental de las víctimas*. En ASFADDES. *Veinte años de historia y lucha. Asfaddes con todo el derecho*. Bogotá: Rodríguez Quito editores.
- Chávez, R., & Pérez, E. (2018). *Las necesidades psicológicas de las víctimas de desplazamiento forzado por la violencia provocada por la delincuencia pandilleril*. San Salvador: Universidad de El Salvador.
- Colaboradores de Wikipedia. (13 de Marzo de 2019). *Declaración de los Derechos del Hombre y del Ciudadano*. Obtenido de Wikipedia, La enciclopedia libre.: https://es.wikipedia.org/wiki/Declaraci%C3%B3n_de_los_Derechos_del_Hombre_y_del_Ciudadano
- Comite Internacional de Cruz Roja. (2014). *Acompañar a familiares de personas desaparecidas*. Ginebra.

Convención Internacional para la protección de todas las personas contra las desapariciones forzadas. (2006). Obtenido de Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos: <https://www.ohchr.org/sp/professionalinterest/pages/conventionced.aspx>

Corsi, J., & Peyrú, G. M. (2003). Las violencias sociales. *Ariel*, 15-80.

Cruz, J., Grande, J., & Quinteros, Y. (2017). Traumas y efectos psicosociales en víctimas secundarias del delito de homicidio, desapariciones y cementerios clandestinos. San Salvador: Universidad de El Salvador.

Decreto Nacht und Nebel. (30 de septiembre de 2017). Obtenido de Wikipedia, La enciclopedia libre: https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Decreto_Nacht_und_Nebel&oldid=102248428

Druso, C. (6 de noviembre de 2017). *El impacto psicológico de las desapariciones de personas.* Obtenido de Medium : <https://medium.com/drusopsicologos/el-impacto-psicol%C3%B3gico-de-las-desapariciones-de-personas-dd050a60322d>

Enciso, B. B., & Pulido, G. (3 de marzo de 2014). *Traumas y efectos psicosociales de la desaparición forzada: Caso Colombiano.* Obtenido de Psicología Jurídica y Forense: Asociación Latinoamericana de Psicología Jurídica y Forense: <https://psicologiajuridica.org/archives/4571>

Escalante, D. (8 de enero de 2019). *Fiscalía registró en 2018 más de 3,500 casos de personas desaparecidas.* Obtenido de [elsalvador.com](https://www.elsalvador.com/noticias/nacional/556244/fiscalia-registro-en-2018-mas-de-3500-casos-de-personas-desaparecidas/): <https://www.elsalvador.com/noticias/nacional/556244/fiscalia-registro-en-2018-mas-de-3500-casos-de-personas-desaparecidas/>

Estatuto de Roma de la Corte Penal Internacional. (4 de enero de 2012). Obtenido de Democracia Participativa: <https://democraciaparticipativa.net/documentos-data-a-referenda/documentos-en-espanol/documentos-sobre-derechos-humanos/4546-estatuto-de-roma-de-la-corte-penal-internacional.html>

Fernández Ballesteros, R. (1996). *Evaluación de programas: Una guía práctica en ámbitos sociales.* Madrid: Síntesis S.A.

- Gutierrez de Piñeres, C. (s.f.). *Procesos de duelo en víctimas de desaparición forzada*. Obtenido de Psicología Jurídica y Forense Asociación Latinoamericana de Psicología Jurídica y Forense: <https://psicologiajuridica.org/psj137.html>
- Hernandez, J. A., & Soria, M. A. (1994). *El agresor sexual y la victima*. Barcelona: Boixareu Universitaria.
- Jóvenes víctimas de las pandillas en todo el país*. (4 de abril de 2019). Obtenido de [elsalvador.com](https://www.elsalvador.com/noticias/nacional/169608/jovenes-victimas-de-las-pandillas-en-todo-el-pais/): <https://www.elsalvador.com/noticias/nacional/169608/jovenes-victimas-de-las-pandillas-en-todo-el-pais/>
- Larizgoitia, I., Fernández, I., Markez, I., Izarzugaza, I., Larizgoitia, A., Moreno, F., . . . Martín Beristain, C. (5 de marzo de 2011). *Secuelas de la violencia colectiva: hablan las víctimas del estudio ISAVIC*. Obtenido de ResearchGate: https://www.researchgate.net/publication/251534788_Secuelas_de_la_violencia_colectiva_hablan_las_victimas_del_estudio_ISAVIC
- Las cifras negras de la criminalidad*. (27 de octubre de 2014). Obtenido de Comercio y Justicia: <https://comercioyjusticia.info/blog/opinion/las-cifras-negras-de-la-criminalidad/>
- Lira, E. (2010). Trauma, duelo, reparación y memoria. *Revista de Estudios Sociales*, 14-28.
- Martín-Baró, I. (1990). *Psicología social de la guerra: trauma y terapia*. San Salvador: UCA EDITORES.
- Molina Theissen, A. (2004). *La Desaparición Forzada en América Latina*. México: Instituto Interamericano de Derechos Humanos.
- Montoya, R., & Pereyra, D. (2000). *El caso Pinochet y la impunidad en América Latina*. Argentina: Pandemia.
- O. d. (29 de Noviembre de 1985). *Declaración sobre los principios fundamentales de justicia para las víctimas de delitos y del abuso de poder*. Obtenido de Naciones Unidas; Derechos Humanos: <https://www.ohchr.org/SP/ProfessionalInterest/Pages/VictimsOfCrimeAndAbuseOfPower.aspx>

- Ochoa de Alda, I. (2002). La experiencia transformadora de la terapia narrativa del duelo. *Revista de Psicoterapia* 13 (49), 77-94.
- Oficina de Información y Respuesta. (2018). *Unidad de Acceso a la Información Pública*. Obtenido de Portal de Transparencia: <http://transparencia.pnc.gob.sv/>
- Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito. (2019). *Protocolo de Acción Urgente y Estrategia de Búsqueda de Personas Desaparecidas en El Salvador*.
- Oficina del Alto Comisionado Naciones Unidas. (1992 de Diciembre de 18). *Convención Internacional para la protección de todas las personas contra las desapariciones forzadas*. Obtenido de <https://www.ohchr.org/SP/ProfessionalInterest/Pages/ConventionCED.aspx>
- Organización Mundial de la Salud. (1993). *Trastornos mentales y del comportamiento: Descripciones clínicas y pautas para el diagnóstico*. Ginebra: OMS.
- Organización Mundial de la Salud. (2002). Obtenido de Violencia: <https://www.who.int/topics/violence/es/>
- Organización Panamericana de la Salud. (2002). *Informe Mundial Sobre la Violencia y la Salud*. Washington, D.C: Organización Panamericana de la Salud.
- Órgano Legislativo. (1997). Código Penal de la República de El Salvador. San Salvador.
- Pérez, M. (1 de marzo de 2019). Causas y consecuencias de las desapariciones por violencia social. (N. Arévalo, & C. Ramírez, Entrevistadores)
- Peterson, S., & Franzese, B. (1988). *Correlates of college men's sexual abuse of women*. Journal of College Student Personnel.
- Ruiz, M. (25 de Diciembre de 2015). *Psicoterapia y otras posibilidades*. Obtenido de <http://blogs.elespectador.com/actualidad/psicoterapia-y-otras-posibilidades/la-perdida-ambigua-aceptando-la-incertidumbre>
- Silver, R., & Wortman, C. (1980). *Coping with Undesirable Life Events*. New York: Garber, J. and Seligman, M.E.P.
- Skinner, B. F. (1938). *The Behavior of Organisms: An Experimental Analysis*. Massachusetts.

Ticas, I. (15 de febrero de 2019). Causas y consecuencias de las desapariciones por violencia social. (N. Arévalo, & C. Ramírez, Entrevistadores)

Tipos de desapariciones. (s.f.). Obtenido de Asociación de ayuda y difusión de casos de personas desaparecidas: <http://sosdesaparecidos.es/tipos-de-desapariciones>

Tornabene, I. (18 de Octubre de 2011). *El daño psicológico en las víctimas de delitos violentos.* Obtenido de <https://inestornabene.com/2011/10/18/el-dano-psicologico-en-las-victimas-de-delitos-violentos/>

Vega, M. (1990). *Introducción a la psicología cognitiva.* Madrid: Alianza.

Worden, W. (1991). *El tratamiento del duelo: asesoramiento psicológico y terapia.* Barcelona: Paidós.



PROGRAMA
PSICOTERAPÉUTICO
"REENCONTRÁNDONOS"



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



Programa de Intervención Psicoterapéutico de la investigación

“Propuesta y aplicación de un programa psicoterapéutico a víctimas secundarias de desapariciones por violencia social”

Programa denominado: “Reencontrándonos”

Equipo de investigación:

| | |
|----------------------------------|---------|
| Arévalo Olán, Nelson René | AO14016 |
| Ramírez Guardado, Reina Cristina | RG13072 |

Para optar por el título de:

Licenciatura en Psicología

Docente asesor:

Lic. y Msc. Marcelino Díaz Menjívar

Coordinador general del proceso de grado:

Mauricio Evaristo Morales

Ciudad Universitaria, Noviembre de 2019.

I. INTRODUCCIÓN

El presente plan de trabajo pertenece al programa psicoterapéutico denominado “Reencontrándonos”, dirigido a una población en específico, víctimas secundarias de desapariciones por violencia social, población que como ya se conoce es invisibilizada por organizaciones gubernamentales y no gubernamentales, el estado y la misma población salvadoreña.

Entre los objetivos principales del programa se encuentra brindar herramientas que permitan a los/las participantes mejorar su salud mental y bienestar emocional a través del fortalecimiento de cuatro áreas básicas: área emocional/afectiva, área cognitiva, área familiar y área somática, cada área a intervenir cuenta con sus propias técnicas específicas diseñadas con una metodología lúdica y participativa, que permite a los/las participantes tomar un rol activo en el proceso, construyendo una apropiación personal del crecimiento y fortalecimiento de las diferentes áreas antes mencionadas. El programa tiene una duración de diez jornadas, cada jornada dura dos horas las cuales se propone desarrollar semanalmente

Construido bajo la aplicación de un enfoque ecléctico, pues retoma técnicas y estrategias de diferentes enfoques como: el cognitivo- conductual, sistémico, arteterapia y humanístico-existencial permite realizar una intervención adecuada en las diferentes áreas afectadas en las personas a raíz de la desaparición de su familiar.

El programa psicoterapéutico “Reencontrándonos” se ha desarrollado en dos ocasiones, en la primera oportunidad se contó con la participación de un grupo de diez personas que culminaron completamente el programa, en esta segunda ocasión, para efectos de investigación se dividieron en dos grupos de quince miembros cada uno, teniendo un total de muestra de treinta personas.

Tras culminar exitosamente el desarrollo de los grupos terapéuticos y al ser los resultados del mismo favorables, observables por externos, es decir familia de las personas participantes, miembros de instituciones a las cuales las personas acuden por información, por procesos de investigación etc. y medibles mediante pruebas psicométricas se puede

decir que el programa psicoterapéutico “Reencontrándonos” cuenta con validez externa, específicamente validez de población que permite una generalidad de aplicación del programa.

II. JUSTIFICACIÓN

Actualmente alrededor del mundo, muchas personas pierden el contacto con un familiar o en el peor de los casos con más de un integrante de su familia, durante el conflicto armado esta situación era común; en la actualidad el escenario es diferente y similar, diferente porque, aunque no se vive en un conflicto armado las desapariciones en contexto de violencia sigue siendo un fenómeno que atormenta a cientos de familias, la situación de violencia que afecta al país con los años ha ido en crecimiento afectando al país entero; a lo largo de los catorce departamentos, se escuchan diferentes hechos de violencia que atacan a la sociedad; los periódicos, las redes sociales y los medios de comunicación de radio y televisión presentan a diario como noticias principales las desapariciones de personas.

Las personas que desaparecen son, por supuesto, víctimas, pero también lo son las familias que dejan atrás. La desaparición de un ser querido deja profundas secuelas emocionales en sus familiares y suele distorsionar significativamente su vida diaria, la incertidumbre sobre el paradero de un pariente desaparecido puede afectar, más o menos directamente, a todos los miembros de la unidad familiar. Los familiares de los desaparecidos son quienes tienen que buscar sentido a la desaparición, ya que son ellos los que viven la ausencia y los que padecen sus consecuencias, es decir son víctimas secundarias de desapariciones por violencia social.

Las familias de las personas desaparecidas, es decir las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social viven sumidas en la angustia y la desesperación, a menudo pasan años sin recibir noticias de sus seres queridos, la incertidumbre en la que viven les causa un enorme sufrimiento, los desgasta emocionalmente y les inflige unas heridas difíciles de cicatrizar. No saber qué ha sido de un padre, un cónyuge o un hijo y no poder darle una sepultura digna o llorar su muerte en una tumba supone una carga insoportable para estas familias.

Por tanto, sabiendo de las bondades que los programas psicoterapéuticos de modalidad grupal pueden proporcionar a los participantes debido a experiencias previas y siendo conscientes de la necesidad de auxiliar las necesidades psicológicas de los familiares de personas desaparecidas nace el interés de realizar el presente programa psicoterapéutico llamado “Reencontrándonos”.

III. DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN OBJETO DE ESTUDIO E INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA

Tras 26 años de paz, el fenómeno de las desapariciones en El Salvador no finalizó con los Acuerdos firmados en Chapultepec en 1992. Este hecho, que indicó el fin del conflicto armado, trazó el inicio de un ciclo de impunidad que permea a la sociedad actual.

En los recientes años después de la firma de los acuerdos de paz según los datos de la Fiscalía, las denuncias por personas desaparecidas pasaron de 1,845 casos en 2014 a más de 3,600 en 2017. En 2016, uno de los años con mayor número de denuncias, hubo 3,859 casos contabilizados. En estos tres años, se estima que desaparecieron más de 9,300 personas. Un número que casi dobla la cifra de la ONU durante los 12 años de guerra salvadoreña. La Policía Nacional Civil contabilizó para 2018 un total de 1,787 personas desaparecidas, durante enero a octubre, haciendo un promedio de cinco personas desaparecidas cada día.

Desaparición por violencia social, será definida como: el efecto de desaparecer de una persona debido al accionar del crimen organizado, delincuencia pandilleril y en casos aislados, por cuerpos de seguridad. Los efectos de la desaparición de un ser querido guardan una cierta semejanza con los de un hecho traumático, sin embargo, se trata de experiencias diferentes que desencadenan una reacción psicológica propia. Un hecho traumático se caracteriza por la violencia y por su duración limitada, mientras que la situación que viven los familiares de los desaparecidos no tiene una duración fija y el dolor y la angustia que sufren son constantes. Las personas que han vivido un hecho traumático tienen que hacer un esfuerzo, a veces en vano, para no pensar en él o revivirlo en su mente una y otra vez. En cambio, los familiares de una persona desaparecida hacen todo lo posible por no olvidar.

Así pues, definir el sufrimiento psicológico de los familiares como estrés postraumático es un error, ya que no refleja en su justa medida la singularidad de estas experiencias y subestima el estrés permanente generado por la incertidumbre y la ambigüedad de la pérdida. Para los familiares de las personas desaparecidas, toda su situación es traumática: la desaparición y todo lo relacionado con ella. La ausencia de información sobre su ser querido puede sumirlos en un estado de incertidumbre angustiosa que trastorna sus vidas por completo, empujados por el deseo de saber, los familiares no escatiman esfuerzos ni recursos para averiguar cualquier mínimo detalle acerca de su ser querido. Para reafirmarse en su convicción de que aún sigue vivo y obtener consuelo, muchas familias recurren a diversas fuentes con la esperanza de que les digan lo que anhelan y necesitan oír.

El temor a la pérdida definitiva de un ser querido puede acechar constantemente a los familiares de los desaparecidos, algunos de los cuales se resisten con uñas y dientes a la idea de que su ser querido esté muerto. Ello los obliga, en ocasiones, a combatir su propio pesimismo y les impide plantar cara a los hechos o hablar con personas que puedan confirmar sus peores sospechas. Las familias también pueden querer evitar el trato con otras personas por temor a venirse abajo si se menciona al desaparecido, además, se encuentran en un estado de alerta permanente, el profundo anhelo de ver a la persona desaparecida y la esperanza ciega de que vuelva pueden ponerlos en un estado de alerta antinatural.

Todo lo que le recuerde a esa persona, por muy vagamente que sea (su ropa, sus amigos, los lugares que frecuentaba, fechas señaladas, etc.), hace resurgir su preocupación y convierte la ausencia del ser querido en una compañía ineludible en su día a día.

La incertidumbre sobre la suerte que ha corrido un familiar desaparecido puede sumir a las familias en un limbo durante años: atrapadas entre la esperanza y la desesperación o, como han descrito algunos, “atrapados entre el cielo y la tierra”. Algunas familias afrontan la situación apostando por la esperanza y aferrándose a la ilusión (de que su familiar sigue con vida). En ocasiones, pueden incluso comportarse como si su vida no hubiera cambiado.

El programa psicoterapéutico “Reencontrándonos” se justifica desde una perspectiva psicosocial debido a que las afectaciones de las víctimas secundarias van más allá del ámbito

individual y es que la familia, la comunidad y los distintos sistemas que conforman la cotidianeidad de las personas se ven perturbados de diversas maneras, desde la constante incertidumbre angustiosa que se transfiere de persona a persona con gran facilidad o la alternancia entre la esperanza y la desesperación que suscita actuaciones impulsivas hasta la hipervigilancia provocada por el deseo de encontrar a su familiar, etc. Por ello, a través del programa se busca mejorar la salud mental y bienestar emocional a través del fortalecimiento de cuatro áreas básicas: área emocional/afectiva, área cognitiva, área familiar y área somática, cada área a intervenir cuenta con sus propias técnicas específicas y regido bajo un enfoque ecléctico como ya se mencionó anteriormente.

IV. OBJETIVOS TERAPÉUTICOS

Objetivo General

- ✓ Implementar un programa de intervención psicoterapéutica grupal, dirigido a víctimas secundarias de desapariciones por violencia social, con la finalidad de poder brindar herramientas que permitan a los/las participantes mejorar su salud mental y bienestar emocional a través del fortalecimiento de las áreas más afectadas a raíz de la desaparición de su familiar.

Objetivos Específicos

- ✓ Lograr un fortalecimiento del área emocional/afectiva de los/las participantes a través del reconocimiento de sus emociones, el autoconocimiento y la auto regulación emocional.
- ✓ Alcanzar una adecuada gestión del área cognitiva de las personas a través del conocimiento de las diferentes técnicas relacionadas al reconocimiento, detención y modificación de pensamientos negativos por positivos.
- ✓ Potenciar las habilidades y recursos intrapersonales de los individuos a fin de lograr en ellos un fortalecimiento de la resiliencia y autoconfianza que les permitan afrontar adecuadamente dificultades presentes y futuras.

- ✓ Fortalecer el área interpersonal de las personas participantes a través de la implementación de técnicas de habilidades sociales que les permita recuperar vínculos interpersonales (redes de apoyo) que se pudieron ver afectadas tras el suceso.
- ✓ Fomentar en las personas el interés por la recuperación de actividades placenteras y agradables que les garanticen una mayor satisfacción y plenitud personal y social, así mismo una toma de conciencia de la importancia de la implementación a la vida cotidiana del autocuidado.

V. METAS

- Lograr que un 60% de los integrantes del programa psicoterapéutico reduzca la sintomatología emocional y cognitiva ocasionada por la desaparición por violencia social.
- Realizar en un 100% las jornadas terapéuticas grupales.
- Garantizar en un 100% el uso y aplicación de técnicas y ejercicios meramente psicológicos con fundamentación teórica.
- Promover en un 95% en las personas aprendizajes experienciales y significativos mediante un enfoque constructivista.
- Lograr que un 80% de los participantes concluyan en su totalidad el programa psicoterapéutico.

VI. ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN

- a) **Frecuencia:** Las jornadas de terapia se llevarán a cabo una vez por semana con una duración aproximada de dos 2 horas cada una.

- b) **Duración:** El número total de sesiones será de doce, debido a la naturaleza de la dificultad a tratar, se considera de suma importancia realizar un contacto previo con los que serán participantes del proceso, por ello, es necesario realizar un encuadre de manera individual con cada uno. Posteriormente, al recabar información y evaluar el nivel de afectación se realizarán diez sesiones de intervención psicoterapéutica y luego se

realizará la última de igual forma de manera individual en la que se llevará a cabo la evaluación de resultados obtenidos con la aplicación del programa. Las sesiones estarán organizadas en actividades destinadas a cumplir los objetivos psicoterapéuticos propuestos, haciendo uso de técnicas psicológicas, actividades lúdicas, material didáctico, hojas de trabajo, asignación de tareas durante cada sesión para aplicaciones prácticas en el contexto de cada individuo, y otras que sean necesarias para lograr la cohesión grupal y la minimización de síntomas.

- c) **Tamaño del Grupo:** El grupo psicoterapéutico deberá estar conformado en un aproximado de 12 a 15 personas, y de dos facilitadores.
- d) **Tipo de Grupo:** La psicoterapia grupal centra su esfuerzo en reducir o eliminar síntomas o puede también instruir a cómo coexistir con estas situaciones, de modo que pueden abordarse los problemas personales e interpersonales en el contexto grupal. La idea fundamental de la terapia de grupo es hablar, reflexionar y realizar ejercicios que adquieran mayor relevancia en el contexto de grupo para superar obstáculos, desarrollar el potencial de cada uno y mejorar en los ámbitos importantes de la vida cotidiana. El grupo con el que se desarrollará este programa será de tipo cerrado y de población heterogénea.
- e) **Características de los integrantes del grupo:** personas de ambos sexos con edades de 18-70 años que hayan sido víctimas de la desaparición de un familiar, que presenten una necesidad de ser apoyados a minimizar los síntomas que esa vivencia les ha ocasionado, así como aportar sus conocimientos y experiencias personales al grupo en beneficio de todos sus participantes.
- f) **Criterios de Inclusión y de exclusión:**
- **Criterios de Inclusión:** personas de ambos sexos, que oscilen entre las edades de 18 a 70 años, que hayan sufrido de la desaparición de un familiar. Que tengan disposición a

cumplir con asistencia, puntualidad, participación activa en cada actividad desarrollada, que muestren respeto por la opinión de los demás, así como del tiempo asignado para expresarse al interior del grupo, asimismo y **que cuenten con un nivel académico que les permita leer y escribir.**

- **Criterios de Exclusión:** personas menores de edad o mayores de los 70 años, personas que no respeten las normas de convivencia previamente establecidas por los integrantes del grupo, personas que no muestren un interés en solucionar su problema, personas que solo tienen curiosidad, personas con alteraciones psicóticas o déficit cognitivo.

g) Funciones de los facilitadores en sus roles de terapeuta y coterapeuta: Las funciones de los facilitadores será promover el programa de psicoterapia grupal mediante afiches, flyers, entrevistas, etc. Además de organizar las sesiones psicoterapéuticas en el lugar asignado, llegando con anticipación al lugar antes de realizar la sesión. Y ejecutar dicho programa con mucha ética y profesionalismo.

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

VII. RECURSOS

Espacio físico con suficiente ventilación e iluminación que reúna las condiciones necesarias para albergar a 12 a 15 personas, con mobiliario y sobre todo que preste condiciones de privacidad. Material didáctico como: pliegos de papel bond, una resma de papel bond tamaño carta, plumones permanentes de varios colores, plumones para pizarra de varios colores, una caja de lápices, cinta adhesiva (tape o tirro), páginas de colores, una caja de lapiceros, tijeras, pegamento blanco, folders, fasteners, impresiones de imágenes y hojas de trabajo, colores, pinturas, autorregistros, pruebas psicológicas, guías de entrevista, entre otros.

VIII. CRONOGRAMA

| N° DE JORNADA | ACTIVIDAD |
|---------------|--|
| 1 | ▪ Acercamiento y aplicación de instrumentos psicológicos de manera individual (pretest). |
| 2 | ▪ Primera sesión de intervención: encuadre grupal y elaboración de reglamento interno. |
| 3 | ▪ Segunda sesión de intervención: área emocional/afectiva |
| 4 | ▪ Tercera sesión de intervención: área emocional/afectiva |
| 5 | ▪ Cuarta sesión de intervención: área emocional/afectiva |
| 6 | ▪ Quinta sesión de intervención: área cognitiva |
| 7 | ▪ Sexta sesión de intervención: área cognitiva |
| 8 | ▪ Séptima sesión de intervención: área cognitiva |
| 9 | ▪ Octava sesión de intervención: área interpersonal |
| 10 | ▪ Novena sesión de intervención: área intrapersonal |
| 11 | ▪ Decima sesión de intervención: autocuidado y cierre |
| 12 | ▪ Aplicación de instrumentos psicológicos de manera individual (postest). |

IX. EVALUACIÓN DEL PROGRAMA

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

Evaluación cuantitativa: al inicio del programa se hará la aplicación pretest utilizando escalas de que permitan evidenciar la presencia de sintomatologías de ansiedad, depresión y estrés postraumático, con el propósito de medir el nivel de afectación en las personas; asimismo al final del programa se volverán a aplicar las mismas escalas (postest) con el fin de evaluar los cambios obtenidos en las personas luego de la ejecución completa del programa psicoterapéutico.

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

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

DESCRIPCIÓN DE LAS SESIONES



SESIÓN 1

ENCUADRE GRUPAL

Sesión I: Encuadre grupal

Nombre de la jornada: “Conociéndonos entre compañeros”

Tiempo: 120 minutos

Recursos: Hojas de trabajo, papel bond, lapiceros, lápices, etc.

Objetivo: Brindar a los integrantes la información sobre la metodología de trabajo que se llevará a cabo a lo largo del programa y evaluar las expectativas de estos.

Desarrollo de la sesión

Presentación de los facilitadores: Para dar inicio, los facilitadores se presentarán ante los asistentes, brindándoles un saludo cordial y bienvenida, agradeciéndoles su participación en el programa. Con efecto de que los participantes se conozcan un poco entre sí se desarrollará una dinámica llamada “la noticia” a modo de reportaje el participante presentará una noticia agradable que haya ocurrido en su vida, a la misma vez que dará a conocer su nombre y edad, esta técnica es con la finalidad de empezar a crear un ambiente agradable entre los miembros del grupo y los facilitadores, así como también conocer otros aspectos de la vida de estos.

Presentación del programa de intervención: por medio de la entrega a los asistentes de un flyer informativo (ver anexo 1) los estudiantes le explicaran las generalidades del programa: Objetivos que se esperan lograr a través del proceso terapéutico grupal, el tiempo de duración de todo el proceso y la duración de cada sesión, la metodología a usar, así como el compromiso que los facilitadores y los participantes del grupo deben tener.

Dinámica de autoconfianza: para lograr la cohesión, respeto y confianza en el grupo se realizará la técnica del “termómetro” a través de la cual se establecerán las normas de convivencia del grupo terapéutico, se les entregará a los participantes pequeños trozos de papel que tendrán en ellos diferentes conductas (ver anexo 2), dependiendo el grado de importancia que cada participante le brinde a dicha conducta deberá colocar en la escala del termómetro, luego se les preguntará en conjunto en cuales están de acuerdo, cuales consideran que hacen faltan y cuál es la importancia de estas para así en conjunto establecer

las normas de convivencia que luego serán escritas en un pliego de papel bond y estarían presentes en todas las sesiones.

Establecimiento de conductas objetivo: para lograr conocer las conductas objetivo que cada participante desea lograr a lo largo del proceso, se les brindará una página (ver anexo 3) en la que deberán escribir cuales son las conductas que desean mejorar y el grado de malestar que éstas mismas les generan.

Técnica de relajación: debido al estado emocional y la afectación somática que experimentan los participantes se practicará la técnica de respiración diafragmática, se proporcionará una página (ver anexo 4) con las indicaciones para ponerla en práctica, simultáneamente los facilitadores irán paso a paso realizándola junto a los participantes para que se ejecute de la mejor manera. Al finalizar se explicará que el ejercicio tiene como finalidad alcanzar un estado de tranquilidad y relajación y que la importancia de dicha técnica radica en la práctica y que para ello es necesario realizarla con frecuencia o ante cualquier situación que los altere emocionalmente.

Asignación de tareas: se les entregara un folder personalizado a los participantes en el que se les pedirá que coloquen su nombre y se les explicará que la utilidad de dicho folder es guardar en el toda la información que se les brindará a lo largo del proceso y las tareas que se les irán asignando, como primera tarea se les asignará un autorregistro (ver anexo 5) en el que deberán dejar constancia de las veces que pusieron en práctica la técnica de respiración, asimismo se explicará la importancia de las tareas a lo largo del proceso ya que de la realización de estas dependen mucho los resultados positivos que se tengan.

Avisos y cierre: se dejarán unos minutos para aclarar inquietudes y posteriormente se les recordará a los integrantes del grupo la importancia de la realización de las tareas y la hora y el día de la siguiente sesión.

ANEXOS



¡BIENVENIDO/A!

al Programa Psicoterapéutico:
"REENCONTRÁNDONOS"

A continuación, se presenta una información que describe el proceso en el cual trabajaremos juntos

¿En qué consiste?

Consiste de un grupo que busca proporcionar una red de apoyo y que ofrece la oportunidad de conocer a otras personas que experimentan una situación similar, para que de esta forma crezcan juntos aprendiendo de los demás.

¿A quiénes está dirigido?

El programa busca ayudar a personas que se encuentran recibiendo atención a su situación en instituciones públicas o de la sociedad civil, como forma de realizar un proceso integral a las dificultades que puedan estar atravesando.

¿Qué se pretende alcanzar?

Se espera que las personas participantes puedan percibir una mejora en su calidad de vida al fortalecer su capacidad de hacerle frente a las situaciones que les suceden y el manejo adecuado de sus emociones.

¡SERÁ UN PLACER CONTAR CON SU PARTICIPACIÓN!

ANEXO 2

TERMOMETRO DE CONDUCTAS

Ser puntuales

Guardar
silencio
durante sesión

Prestar
atención

Solicitar la
palabra

Saludar

Hablar sin
gritar

No usar el
telefono
durante sesión

Respetar la
opinión de los
demás

Escuchar
atentamente a los
demás

Aclarar las dudas
que se tengan

No divulgar las
cosas que ocurren
en sesión

Participar en las
actividades

Cumplir con
las tareas

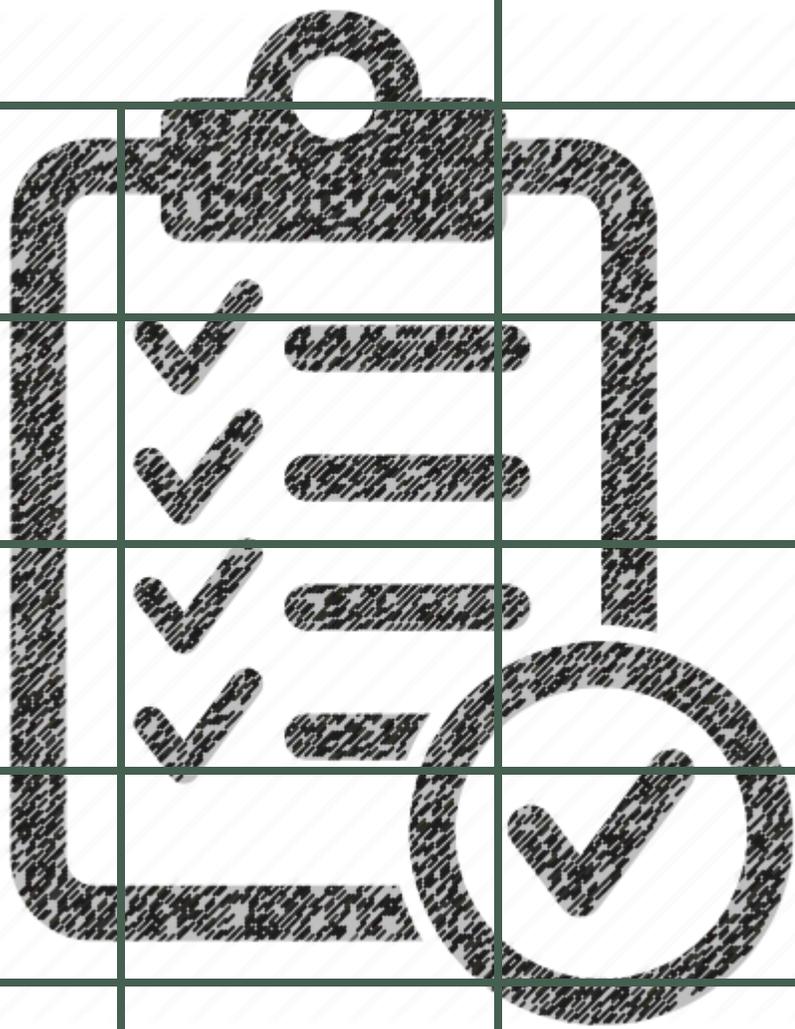
Respetar a
los demás

ANEXO 3

ESCALA DE CONDUCTAS OBJETIVO

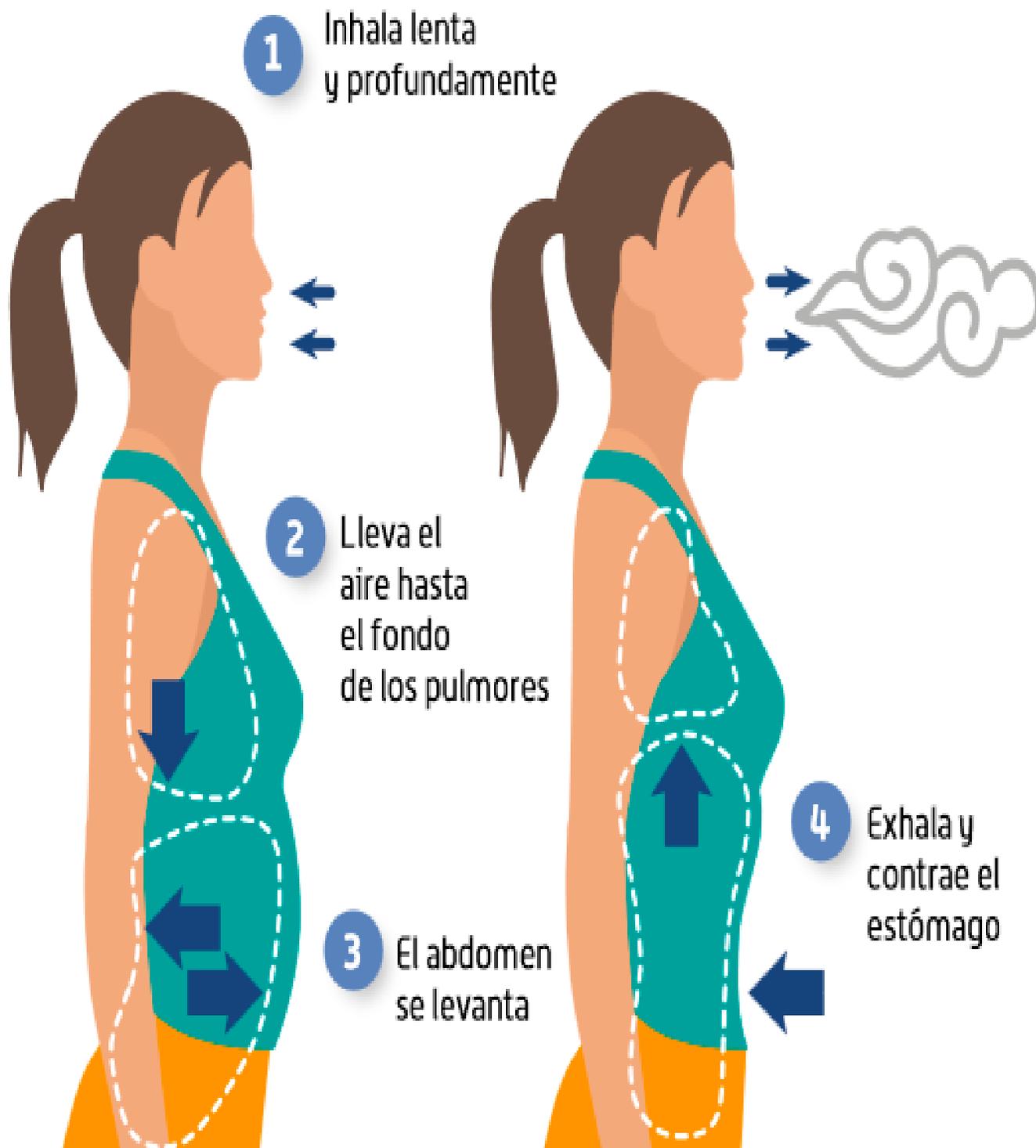
Nombre: _____ Fecha: _____

Indicación: Señale a continuación las conductas que supondrían una mejora significativa en su vida. Añada que grado de dificultad (0-10) encuentras en alcanzar cada una de ellas.

| | | Grado de dificultad (0-10) |
|-------------------|---|---------------------------------------|
| Conducta 1 |  | |
| Conducta 2 | | |
| Conducta 3 | | |
| Conducta 4 | | |
| Conducta 5 | | |

ANEXO 4

EJERCICIO DE RESPIRACIÓN DIAFRAGMÁTICA



ANEXO 5



AUTORREGISTRO MI RESPIRACIÓN

- ❖ **Objetivo:** Medir las ocasiones en que se realiza la técnica de respiración aprendida en la sesión terapéutica.
- ❖ **Indicación:** Rellene los espacios con la información que se le pide en los momentos que considere necesarios. Mínimo 5 espacios a la semana.

| Día | Hora | Estado antes de realizar la técnica (0-10) | Nivel de concentración durante la técnica (0-10) | Estado después de realizar la técnica (0-10) | Observación |
|-----|------|--|--|--|-------------|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

| Día | Hora | Estado antes de realizar la técnica (0-10) | Nivel de concentración durante la técnica (0-10) | Estado después de realizar la técnica (0-10) | Observación |
|-----|------|--|--|--|-------------|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |



RECUERDE: 0= muy tenso/ nada concentrado 10= muy relajado / muy concentrado

A silhouette of a person standing on a beach with their arms raised in a gesture of triumph or joy. The background is a sunset over the ocean, with the sun low on the horizon and a warm, golden glow in the sky. The person's shadow is cast on the sand in the foreground.

SESIÓN 2

ÁREA AFECTIVA I

Sesión II: Área afectiva

Nombre de la jornada: “Aprendiendo sobre las emociones”

Tiempo: 120 minutos

Recursos: Material informativo, pizarra, plumones, páginas de papel bond, lapiceros, etc.

Objetivo: comprender qué son las emociones, cómo se manifiestan y cómo estas inciden en la manera en que se desenvuelven en distintos contextos.

Desarrollo de la sesión

Bienvenida: se realizará un pequeño Rapport en que se agradecerá por la asistencia a la jornada y de esa manera generar un clima de confianza y cordialidad entre los integrantes del grupo para que el desarrollo de la sesión sea óptimo.

Dinámica de animación: para continuar con un inicio ameno de la jornada, se realizará una dinámica inicial llamada “el pueblo manda”, las indicaciones de esta es que una persona debe dar indicaciones y los demás deben seguirlas, se hace la aclaración que deben ser actividades sencillas, por ejemplo: “el pueblo manda que se quiten un zapato” y todos deberán realizar dicha acción.

Revisión de tarea: los facilitadores se dirigirán a los participantes para preguntar quiénes realizaron la tarea de la semana. Al recolectar las tareas de cada participante se pedirá opiniones sobre la misma: ¿Qué fue lo que más se le dificultó de la tarea?, ¿Qué le gustó o agradó de la tarea? ¿Qué reflexión puede hacer de la tarea? Con estas preguntas se facilitará la evaluación sobre la comprensión de la tarea, de ser necesario se reforzará. De igual manera se reflexionará brevemente sobre la importancia del trabajo que realizan en casa.

Psicoeducación: se entregará a los participantes un material con información acerca de las emociones, que les ayudará a conocer acerca de: qué son las emociones, cómo se manifiestan y cómo éstas pueden afectar o mejorar nuestra convivencia con nuestro entorno (Ver anexo 1).

Trabajo en contacto y reflexión: se realizará la dinámica llamada “adivinando los números” la cual sigue el siguiente orden:

1. El facilitador seleccionará algunos números de la serie del 1 al 10 y los anotará en un papel.
2. Se preguntará a los participantes cuales son esos números y el que dé una respuesta errada deberá participar del ejercicio a continuación.
3. Se procederá a preguntar cuáles han sido las emociones que ha experimentado durante la semana y que es lo que siente a nivel físico cuando éstas se manifiestan, las personas deberán intentar dar una explicación lo más detallada posible.
4. Posteriormente todos los miembros del grupo deberán formar parejas con la indicación de que deben crear una historia en la que se vean reflejadas al menos tres emociones, después cada pareja pasará al frente a narrar la historia que han elaborado, al mismo tiempo que el pleno deberá identificar cuáles son las emociones que se reflejan en las historias. Antes de finalizar el ejercicio se hará hincapié en que las emociones no son malas, pero es necesario aprender a identificarlas e identificar la manera en cómo éstas influyen en nuestra manera de actuar en el día a día y que para ello es necesario conocernos a profundidad.

Asignación de tarea: se entregará una lectura corta (ver anexo 2) y un autorregistro (ver anexo 3) en el que las personas deberán seleccionar las emociones que tuvieron cada día de la semana, asimismo deberán escribir al reverso un diario personal con los aspectos positivos y negativos de cada uno de los días posteriores a la sesión.

Avisos y cierre: Se agradecerá a las personas por su asistencia y se recordará la fecha y hora de la siguiente sesión, así como también instar a las personas a realizar la tarea de la semana.

ANEXOS

ANEXO 1

LAS EMOCIONES

Hay un momento en el que nos preguntamos, pero, ¿qué son las emociones? Y es normal que no sepamos exactamente lo que son ni por qué están ahí. Es necesario estar al tanto de ellas y conocerlas para así poder usarlas a nuestro favor.

¿Qué son las emociones?

Son reacciones automáticas que nuestro cuerpo experimenta ante un determinado estímulo. Sin embargo, todas ellas luego derivan en sentimientos más prolongados en el tiempo.

Tanto las emociones como los sentimientos nos señalan algo que debemos hacer o tener en cuenta.

Por ello, es necesario desentrañar el significado de las emociones para saber qué son las emociones y qué vienen a decirnos.

El significado de las emociones

Existen 6 emociones básicas:

- **Alegría:** significa que algo está bien, es bueno y nos aporta bienestar. Es un mecanismo para afianzar ese suceso y asentar ese aprendizaje en nuestra mente para reproducirlo en el futuro.
- **Tristeza:** Apunta a una pérdida, a que algo no va a ser como era antes y necesitas asumirlo.
- **Asco:** Algo no nos agrada y necesitamos alejarnos porque no es bueno para nuestra salud.
- **Miedo:** Evalúa el peligro en relación a los recursos que tenemos para afrontarlo.
- **Sorpresa:** Pone nuestro cuerpo en alerta y lo enfoca al estímulo que ha provocado la sorpresa, para poder evaluar si es peligroso o no.
- **Enfado:** Algo ha invadido tus límites y necesitas defender lo que es tuyo.

ANEXO 2

LECTURA CORTA



Un rico comerciante contrató a un carpintero para restaurar una antigua casa colonial. Como el comerciante era de esas personas a las que les gusta tener todo bajo control y le preocupaba que el trabajo no quedase bien, decidió pasar un día en la casa, para ver cómo iban las obras.

Al final de la jornada, se dio cuenta de que el carpintero había trabajado mucho, a pesar de que había sufrido varios contratiempos. Para completar el día de mala suerte, el coche también se negó a funcionar así que el empresario se ofreció para llevarle a casa.

El carpintero no habló durante todo el trayecto, visiblemente enojado y preocupado por todos los contratiempos que había tenido a lo largo del día. Sin embargo, al llegar invitó al comerciante a conocer a su familia y a cenar, pero antes de abrir la puerta, se detuvo delante de un pequeño árbol y acarició sus ramas durante pocos minutos. Cuando abrió la puerta y entró en la casa, la transformación era radical: parecía un hombre feliz. La cena transcurrió entre risas y animada conversación. Al terminar la velada, el carpintero acompañó al comerciante al coche. Cuando pasaron por delante del árbol, este le preguntó:

- ¿Qué tiene de especial ese árbol? Antes de entrar estabas enojado y preocupado y después de tocarlo eras otro hombre.

- Ese es el árbol de los problemas – le respondió el carpintero. – Soy consciente de que no puedo evitar los contratiempos en el trabajo, pero no tengo por qué llevarme las preocupaciones a casa. Cuando toco sus ramas, dejo ahí las preocupaciones y las recojo a la mañana siguiente, cuando regreso al trabajo. Lo interesante es que cada mañana encuentro menos motivos para preocuparme que los que dejé el día antes.

Esa noche, el rico comerciante aprendió una de las lecciones más valiosas de su vida.

¿QUÉ ENSEÑANZA TE DEJA ESTA LECTURA?

ANEXO 3

REGISTRO DE EMOCIONES

Indicación: complete con una "X" las casillas de las emociones que ha experimentado a lo largo del día, posteriormente deberá escribir en páginas aparte, un diario con las situaciones que hicieron que su estado de ánimo variara.

| EMOCIÓN | LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | DOMINGO |
|-----------------------------|-------|--------|-----------|--------|---------|--------|---------|
| Feliz | | | | | | | |
| Interesada/o | | | | | | | |
| Afectuosa/o | | | | | | | |
| Amorosa/o | | | | | | | |
| Agradecida/o | | | | | | | |
| Orgullosa/o | | | | | | | |
| Con confianza en mí misma/o | | | | | | | |
| Herida/o | | | | | | | |
| Triste | | | | | | | |
| Arrepentida/o | | | | | | | |
| Irritable | | | | | | | |
| Furiosa/o | | | | | | | |
| Resentida/o | | | | | | | |
| Desprecio | | | | | | | |
| Confundida/o | | | | | | | |
| Avergonzada/o | | | | | | | |
| Culpable | | | | | | | |
| Envidiosa/o | | | | | | | |
| Celosa/o | | | | | | | |
| Ansiosa/o | | | | | | | |
| Temerosa/o | | | | | | | |

A silhouette of a person standing on a beach with their arms raised in a 'V' shape, facing the ocean. The background is a sunset with a bright sun low on the horizon, casting a golden glow over the sky and water. The sky is filled with soft, horizontal clouds. The water shows gentle waves and a reflection of the sun. The overall mood is peaceful and celebratory.

SESIÓN 3

ÁREA AFECTIVA II

Sesión III: Área afectiva

Nombre de la jornada: “Conociéndome”

Tiempo: 120 minutos

Recursos: Páginas de colores, plumones, lapiceros, hojas informativas, etc.

Objetivo: comprender los procesos de pensamiento, emociones, y reacciones ante las situaciones que ocurren cotidianamente, así como también los defectos y virtudes que poseen.

Desarrollo de la sesión

Bienvenida: se saludará brevemente a los participantes preguntándoles acerca de las actividades de su semana para establecer un ambiente grato.

Dinámica de animación: en aras de que los participantes sepan con certeza el nombre de cada uno se realizará la dinámica “tu nombre, mi nombre”, en este ejercicio los participantes se ubican en círculo de pie, el facilitador comienza diciendo su nombre, quien está a su derecha dice el del facilitador y el de él, quien sigue dice los dos anteriores y suma el de él y así sucesivamente hasta dar la vuelta al círculo.

Revisión de tarea: los facilitadores se dirigirán a los participantes para preguntar quiénes realizaron la tarea de la semana. Al recolectar las tareas de cada participante se pedirá opiniones sobre la misma: ¿Qué fue lo que más se le dificultó de la tarea?, ¿Qué le gustó o agradó de la tarea? ¿Qué reflexión puede hacer de la tarea? Con estas preguntas se facilitará la evaluación sobre la comprensión de la tarea, de ser necesario se reforzará. De igual manera se reflexionará brevemente sobre la importancia del trabajo que realizan en casa.

Psicoeducación: se hará entrega a los participantes de un material informativo (ver anexo 1) acerca del autoconocimiento, los procesos que están implicados en dicho aspecto y la importancia de éste en la manera en que se regulan las emociones, ya que éste nos permite comprender y reconocer quienes somos.

Trabajo en contacto y reflexión: para poner en práctica el autoconocimiento, se realizará la técnica llamada “línea de vida”, donde las personas deberán hacer un listado de los momentos y experiencias más importantes que han tenido en el pasado y también lo que viven en el presente, tanto positivo como negativo. Posteriormente se entregará a cada uno una página de color que representará los tres momentos de su vida: el rojo para el pasado, el azul para el presente y el verde para el futuro.

Para realizar el ejercicio de la línea de vida es necesario proceder de la siguiente manera:

1. Las páginas de colores entregadas serán pegadas en el suelo y en primer lugar cada participante deberá ubicarse sobre la página azul, que representa el presente. El facilitador invitará a la reflexión a las personas al hablar acerca de que en la actualidad se vive una situación bastante complicada y que muchas de estas vivencias han sucedido sin provocación, es importante en este punto volver al pasado.
2. Los participantes se ubicarán sobre la página roja y el facilitador continuará agregando que es importante tener en cuenta otras situaciones complicadas que se han tenido y que de una u otra manera han sido sobrellevadas, no olvidar lo que se ha vivido en el pasado resulta menester debido a que éste los ha formado y de él han aprendido con cada una de las experiencias vividas.
3. Los participantes se ubicarán sobre la página verde, el facilitador comenta que el futuro es incierto, nadie sabe que es lo que les depara sin embargo es posible hacer un esfuerzo para que éste pueda ser positivo, para ello es necesario comprender de que sus acciones en el presente pueden influir de gran manera en su futuro, para ello es necesario enfocarse en sanar los sentimientos que se experimentan en el presente y no perder de vista lo que está por venir.
4. Los participantes vuelven a ubicarse sobre la página roja, el facilitador finaliza haciendo énfasis en que en el presente se está formando parte de un proceso para sanar ese sentir y que todas las personas que componen dicho proceso comparten muchas similitudes y son un acompañamiento cercano en toda la situación que se está atravesando y por ello se debe ser grato con ellos, el facilitador sugiere que las personas que gusten compartan un abrazo fraterno y de esta manera se finaliza el ejercicio.

Asignación de tarea: se entregará una hoja de autoconocimiento (ver anexo 2) donde los participantes deberán ver dentro de sí mismos para poder completarla y realizar a su vez una lista con sus virtudes y sus defectos, asimismo se entregará un autorregistro (ver anexo 3) en el que las personas deberán señalar las emociones que experimentaron a los largo de la semana que fueron más predominantes y de igual manera deberán anotar la intensidad, cómo actuaron y qué pensaron durante el momento en que experimentaban dicha emoción.

Avisos y cierre: Se recordará la fecha y la hora de la siguiente sesión, asimismo se les hará el llamado para que realicen la tarea y que cualquier duda que se suscite que sea anotada para que en la siguiente jornada haya las aclaraciones respectivas siempre relacionadas a la temática.

ANEXOS

ANEXO 1

EL AUTOCONOCIMIENTO

Cuando nos preguntamos “¿quién soy yo?” y no lo tenemos claro, es relativamente frecuente sentir un malestar ligado a la incertidumbre y a la sensación de que nuestras vidas no tienen una “columna vertebral”. En estos casos podemos estar inmersos en una crisis existencial, porque conocerse a uno mismo es una forma de ser realista, una manera de tener los pies en el suelo, de saber hacia dónde queremos dirigirnos y de conectar con nosotros mismos.

El autoconocimiento es una de las claves del desarrollo personal y, a la vez, es uno de los principios básicos para poder regular las emociones, relacionarnos con los demás y luchar por nuestros objetivos.

Como autoconocimiento designamos al conocimiento que tenemos de nosotros mismos, es decir, al conjunto de cosas que sabemos acerca de quiénes somos. Asimismo, es el proceso en el que todo niño, a cierta edad, empieza a descubrir su propio cuerpo.

Los profesionales de la psicología hablan del autoconocimiento como la capacidad de “poder ver dentro de nosotros mismos” y que nos hace reconocernos como individuos y para diferenciamos de los demás. En este sentido, el autoconocimiento ayuda a la construcción de una identidad personal.

El autoconocimiento es un proceso reflexivo en el cual una persona adquiere noción de su yo, de lo que lo caracteriza, de sus cualidades y defectos, de sus limitaciones, necesidades, aficiones y temores. A este respecto, un antiguo dicho griego dictaba “conócete a ti mismo”, pues consideraba que esta era la base para acceder a la sabiduría.

ANEXO 2

HOJA DE AUTOCONOCIMIENTO

Indicación: completa cada una de las frases de la manera en que consideras adecuada según la manera en que te sientas contigo mismo/a. Posteriormente completa el siguiente cuadro con tus virtudes y cosas que se te dificultan (defectos).

1. QUIERO _____

2. NECESITO _____

3. ESPERO _____

4. NO PUEDO _____

5. TODOS _____

6. MI GRUPO _____

7. MIS CONOCIDOS _____

8. TENGO MIEDO _____

9. ME AGRADA _____

10. JAMÁS _____

11. AHORA MISMO _____

12. YO _____

13. LOS DEMÁS _____

14. SUEÑO _____

15. ME DIVIERTO _____

MIS VIRTUDES

MIS DEFECTOS

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

—

ANEXO 3

REGISTRO AVANZADO DE EMOCIONES

Indicación: a continuación, complete el registro con las emociones que experimenta, la intensidad de éstas y la manera en que actúa y piensa a raíz de ella.

| EMOCIÓN QUE EXPERIMENTO | ¿QUÉ TAN INTENSA ES ESA EMOCIÓN? (1-10) | ¿CÓMO ACTUÓ AL EXPERIMENTAR ESA EMOCIÓN? | ¿QUÉ PIENSO AL EXPERIMENTAR ESA EMOCIÓN? |
|-------------------------|---|---|--|
| EJEMPLO: ENOJO | 9 | Me dan ganas de salir corriendo y dejar todo y todos. | Que estaría mejor sin nadie. |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

A silhouette of a person standing on a beach with their arms raised in a gesture of triumph or joy. The background is a sunset over the ocean, with the sun low on the horizon and a warm, golden glow in the sky. The person's shadow is cast on the sand in front of them. Two thin vertical white lines are positioned on either side of the main title.

SESIÓN 4

ÁREA AFECTIVA III

Sesión IV: Área afectiva

Nombre de la jornada: “Manejando mis emociones”

Tiempo: 120 minutos

Recursos: Material informativo, frascos de caricias, lapiceros, páginas de papel bond, etc.

Objetivo: aprender sobre el significado y la utilidad de la autorregulación emocional en situaciones críticas, asimismo que conozcan técnicas para poder aplicar dicho principio a la vida diaria de manera independiente.

Desarrollo de la sesión

Bienvenida: se saludará brevemente a los participantes preguntándoles aspectos a destacar de su semana para establecer un ambiente grato.

Dinámica de animación: para que los integrantes del grupo profundicen en el conocimiento de cada uno de los miembros, se realizará la dinámica “dos verdades, una mentira” que consiste en que cada persona deberá decir dos verdades de sí mismo y una mentira, a lo que el pleno deberá identificar cual es la mentira. Si el aspecto señalado por el pleno como mentira es incorrecto, la persona en el turno explicará cuál era la opción correcta y comentará un poco acerca de ello para que los demás conozcan un poco más sobre ella.

Revisión de tarea: los facilitadores se dirigirán a los participantes para preguntar quiénes realizaron la tarea de la semana. Al recolectar las tareas de cada participante se pedirá opiniones sobre la misma: ¿Qué fue lo que más se le dificultó de la tarea?, ¿Qué le gustó o agradó de la tarea? ¿Qué reflexión puede hacer de la tarea? Con estas preguntas se facilitará la evaluación sobre la comprensión de la tarea, de ser necesario se reforzará. De igual manera se reflexionará brevemente sobre la importancia del trabajo que realizan en casa.

Psicoeducación: se hará entrega a cada participante de una breve lectura (ver anexo 1) relacionada a la autorregulación emocional la cual deberán de leer junto con el facilitador para luego hacer una puesta en común de los aspectos más relevantes de la lectura.

Trabajo en contacto y reflexión: en base al material leído con anterioridad se procederá de la siguiente manera:

1. Las personas deberán conformar tres grupos por afinidad
2. Los facilitadores explicarán en que consiste el psicodrama y es que, mediante éste, a creatividad de los participantes deberán reflejar situaciones que vivencian en el día a día y la manera en cómo pueden ser controladas haciendo uso de ejercicios de regulación emocional, para ellos cada integrante del grupo deberá jugar un papel activo para recrear dichas situaciones con mayor detalle.
3. Posteriormente los demás, con cada grupo que pase a hacer la representación tendrán que identificar la situación problemática expuesta y sí la manera de proceder fue adecuada o hay aspectos que podrían mejorar de ella.
4. Se finalizará el apartado señalando que es importante practicar los ejercicios de regulación emocional en entornos cotidianos, ya que en estos es donde se ven alterados con frecuencia. Aprender a regular las emociones conlleva primeramente hacerse cargo de las mismas, conociéndolas y aceptando de que forman parte de nosotros y que éstas nos permiten sobrellevar las experiencias que tenemos, pero para ello es necesario regularlas y expresarlas de manera adecuada.

Asignación de tarea: en esta ocasión se dará un salto de calidad en las tareas y ejercicios que se asignan para realizar en casa. Se entregará un “frasco de caricias” (ver anexo 2) a cada persona, que consiste en un frasco decorado que en su interior contiene pensamientos positivos y retos conductuales escritos en pequeños pedazos de papel, la dinámica consiste en que antes de salir de casa cada uno de los integrantes deberá sacar un papel y leerlo, si en el papel está escrito un pensamiento, éste se volverá su pensamiento del día y tendrán que tenerlo presente a lo largo de las jornadas. Si aparece un reto conductual, las personas deberán realizarlo puesto que se trata de actividades potencialmente agradables.

Avisos y cierre: Se recordará la fecha y la hora de la siguiente sesión, nuevamente se hará el llamado para que pongan en práctica el ejercicio, así como también lo trabajado durante la sesión., puesto que solo así es como las iniciativas de cambio pueden ser evidentes.

ANEXOS

ANEXO 1

LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL

La autorregulación emocional o regulación emocional es una capacidad compleja que está basada en la habilidad de las personas para manejar las propias emociones.

Es la facultad que nos permite responder a las exigencias de nuestro entorno a nivel emocional de una forma que sea socialmente aceptada. También tiene que ser flexible para poder adaptarnos a cada situación concreta, para experimentar reacciones espontáneas y para demorar estas reacciones cuando también se necesite.

Esta capacidad que poseemos nos permite adaptarnos a las exigencias del entorno y adecuarnos a unas demandas específicas, modificando nuestra conducta cuando sea necesario.

Características de la autorregulación emocional

- ✓ La regulación emocional hace referencia a la habilidad que traemos prácticamente de serie, para modificar nuestras emociones según los sucesos que se vayan desarrollando a nuestro alrededor, tanto positivos como negativos.
- ✓ Es una forma de control, de manejo de las emociones que nos permite adaptarnos a nuestro entorno. Activando estrategias de regulación conseguimos modificar emociones producidas por motivos externos que alteran nuestro estado de ánimo habitual.
- ✓ Esta regulación es necesaria tanto ante emociones negativas como positivas proporcionándonos la capacidad de adaptación dependiendo de la situación que se dé.

El autocontrol

El autocontrol supone poder gestionar adecuadamente las emociones e impulsos conflictivos. Las personas que tienen esta capacidad manejan apropiadamente las emociones e impulsos negativos. Es de vital importancia ser conscientes del estado de ánimo que se está atravesando ya que esto supondrá un mayor entendimiento de las sensaciones que se produzcan y por ende se logrará un mayor autocontrol.

Estrategias de autorregulación emocional

- **Usar las emociones:** Las emociones a menudo controlan a la razón, por tanto usemos nuestras emociones para incrementar el autocontrol. Podemos incrementar la motivación hacia nuestro objetivo de la misma manera; pensar sobre los aspectos emocionales positivos de conseguirlo; la alegría, bienestar, orgullo, etc.
- **Usar autoafirmaciones:** a veces ejercitar el autocontrol significa evitar un mal hábito. Un modo de hacerlo es usando auto-afirmaciones; reafirmar los valores centrales en los que creemos; podrían ser familia, trabajo, amigos, etc. siempre y cuando sea un valor central nuestro. Pensar sobre nuestros valores centrales puede ayudar a recuperar el autocontrol cuando este ha disminuido.

ANEXO 2

FRASCOS DE CARICIAS



Materiales para elaboración:

- Frascos de vidrio pequeños
- Cinta adhesiva
- Rotulador o sticker con nombre
- Papeles pequeños con reflexiones y pensamientos cortos

Procedimiento

Se imprimen y recortan los pensamientos positivos y luego se doblan hasta tener un pequeño trozo de papel. Posteriormente se ubican dentro de los frascos y se escribe el nombre con fines estéticos o como segunda opción se puede imprimir un pequeño título y ser colocado con cinta adhesiva al igual que la fotografía.

Cada mañana nacemos de nuevo. Lo que hacemos hoy es lo que más importa.

La acción es la llave fundamental de todo éxito.

No vayas donde guía el camino, ve donde no hay camino y deja un rastro.

Somos lo que hacemos de forma repetida. Por tanto, la excelencia no es un acto, sino un hábito.

El éxito llega cuando la preparación se encuentra con la oportunidad.

Cuando te levantes por la mañana, piensa en el precioso privilegio de estar vivo, respirar, pensar, disfrutar y amar.

El éxito nunca será un gran paso en el futuro, el éxito es un pequeño paso que tomamos ahora.

Hoy es el primer día del resto de tu vida.

Mi fórmula para vivir es bastante simple. Me levanto por la mañana, me voy a la cama en la noche y en medio, doy lo mejor de mí mismo.

Nuestra mayor debilidad es rendirnos. La forma más segura de tener éxito es intentarlo siempre una vez más.

En la confrontación entre el arroyo y la roca, el arroyo siempre ganará, no por la fuerza, sino por la persistencia.

Con una correcta actitud mental, nada puede parar a una persona en alcanzar su meta y nada

puede ayudar a una persona con una actitud mental incorrecta.

El secreto de una vida y cuerpo sanos es no llorar por el pasado, no preocuparse por el futuro y no anticipar problemas. Vive el presente con sabiduría.

La gente dice a menudo que la motivación no suele durar. Tampoco lo hace el baño, por eso se recomienda todos los días.

Tu vida no está tan determinada por lo que te trae como por tu actitud ante ello; no tanto por lo que te ocurre como por cómo interpretas lo que ocurre.

Sueña como si fueras a vivir para siempre, vive como si fueses a morir hoy.

El coraje es descubrir que puedes que no ganes e intentarlo cuando sabes que puedes perder.

Si uno no sabe a qué puerto navega, ningún viento es favorable.

Los viejos amigos se van y otros vienen. Al igual que los días. Un día se va y otro viene. Lo importante es hacerlos significativos: un día significativo o un amigo significativo.

El problema de no tener una meta es que puedes pasar la vida corriendo para arriba y para abajo y nunca marcar un gol.

No importa tu edad, siempre hay algo bueno que se puede esperar.

En algún momento debes tener más miedo de no intentar algo que de fracasar.

Si escuchas una voz dentro de ti que te dice “no puedes pintar”, pinta y la voz será silenciada.

No te preguntes qué necesita el mundo. Pregúntate qué te hace sentirte vivo y hazlo. Porque lo que el mundo necesita es gente que se siente viva.

Los grandes actos se componen de pequeñas obras.

Todos los problemas son menores si en vez de esquivarlos los confrontas.

Los esfuerzos que consigues estarán en proporción directa al esfuerzo que aplicas.

La vida se encoge o se expande en proporción a tu coraje.

El fracaso no es un simple evento catastrófico. No fracasas de un día para otro. En lugar de ello, el fracaso son errores en la interpretación, cometidos diariamente.

Hoy es un nuevo día. Incluso si lo hiciste mal ayer, hoy lo puedes hacer bien.

Da siempre lo mejor de ti mismo. Lo que plantas ahora, se cosechará más tarde.

Hazlo y te sentirás motivado a hacerlo.

Todo lo que siempre has querido está al otro lado del miedo.

Toda vida es un experimento. Cuantos más experimentos hacer mejor.

Un hombre sabio fabricará más oportunidades de las que encuentra.

La única manera de encontrar los límites de lo posible es ir más allá de lo imposible.

La vida no trata de dejar pasar la tormenta, sino de aprender a bailar en la lluvia.

Los desafíos hacen interesante a la vida y superarlos es lo que la hace significativa.

Todo el mundo debe elegir uno de dos errores: el de la disciplina o el del arrepentimiento.

Vayas a donde vayas, no importa el clima, lleva siempre tu propia luz.

Para vivir una vida extraordinaria, debes resistir lo ordinario.

A veces miramos tanto a la puerta que se está cerrando, que tardamos en ver la que está abierta.

Nuevo día, nuevos pensamientos, nuevas esperanzas y nuevas oportunidades.

Confía en el movimiento. La vida ocurre al nivel de los eventos, no de las palabras.

El error más grande que puedes cometer en la vida es temer continuamente que cometerás uno.

Los malos hábitos son más fáciles de abandonar hoy que mañana.

No puedo cambiar la dirección del viento, pero puedo ajustar las velas para alcanzar mi destino.

Puedes conseguir cualquier cosa que quieras si realmente vas tras ella.

La disciplina es el puente entre metas y logros.

Todo tiene belleza pero no todo el mundo la puede ver.

Uno no puede consentir arrastrarse cuando siente el impulso de volar.

Los pocos que hacen son la envidia de los muchos que miran.

Definir nuestro propósito es el punto de partida de todo logro.

Si el viento no sirve, usa los remos.

No puedes aprender a nadar haciendo ejercicio en la playa.

Desarrolla una actitud de gratitud y da gracias por todo lo que te ocurre, sabiendo que cada paso adelante es un paso para conseguir algo más grande y mejor que tu situación actual.

O controlas el día o el día te controla a ti.

No comiences el nuevo día con las piezas rotas de ayer.

No puedes comenzar el nuevo capítulo de tu vida si sigues leyendo el último.

Cuando comienzas cada día con un corazón agradecido, sale luz del interior.

Si quieres que tus sueños se hagan realidad, los primeros pasos son levantarse y animarse.

No inicies tu día con las piezas rotas del ayer. Cada mañana que nos levantamos es el primer día del resto de nuestra vida.

Cada día es un nuevo comienzo. Aléjate de lo que podía haber sido y mira a lo que puede ser.

Tan sólo un pensamiento positivo en tu mañana, puede cambiar todo tu día.

Yo estoy al mando de cómo me siento y hoy me siento feliz.

¿Dudas que tu sonrisa tiene poder? ¿Acaso cuando alguien te sonrío no sientes la necesidad de devolverle la sonrisa? Sonríe a este nuevo día y toma el control de tu felicidad.

Nunca habías vivido este día, y nunca más volverás a vivirlo. ¡Haz que valga la pena!

Qué maravilloso es despertarse por las mañanas para darse cuenta que Dios nos ha dado otro día más por el cual vivir.

Eres perfecto(a) de la forma en que eres, así que sonrío, ama, disfruta. Vive este día como si fuera el último.

Es un buen día para tener un buen día.

El éxito es vivir cada día de fracaso en fracaso sin dejar que eso afecte tu entusiasmo.

Si pudiste soñarlo, entonces hoy podrás hacerlo.

Hoy, o escribe algo que valga la pena leer o haz algo que valga la pena escribir.

La vida es lo que decides hacer con ella, nunca más, nunca menos.

Podrás sentirte decepcionado si fallas, pero te estás condenando si hoy no lo intentas.

Muchos de nosotros no estamos viviendo nuestros sueños porque estamos viviendo nuestros miedos.

Siempre piensa en tu legado, porque lo escribes cada día.

Cada día puede no ser bueno, pero hay algo bueno en cada día.

¿Cómo ser feliz? Decide cada día vivir tratando de tener un buen humor.

Comienza cada día con esperanzas renovadas, deja atrás esos malos recuerdos y sólo sueña con un mejor futuro.

Al final del camino, no lamentamos las cosas que hicimos, nos lamentamos por aquellas que tuvimos la oportunidad de hacer y nunca hicimos.

Es cierto que no puedes volver en el tiempo y fabricarte un nuevo comienzo, pero puedes comenzar ahora a fabricarte un nuevo final.

Nunca dejes de intentar algo que nunca dejarás de recordarte.

Si hoy te sientes con ganas de rendirte, recuerda qué es eso que te ha mantenido luchando tanto tiempo.

Lo que quedó a nuestras espaldas y lo que yace en frente, no es nada comparado a lo que tenemos dentro.

Hoy rétate a ti mismo con algo que nunca serías capaz de hacer; así descubrirás que puedes sobreponerte incluso a los imposibles.

Todos tus sueños se pueden volver realidad hoy si tienes el valor de salir a luchar por ellos.

La mejor forma de saber qué va a pasar hoy es forjando tú mismo el camino.

Si hoy no puedes hacer grandes cosas, haz cosas pequeñas de una gran manera.

Los obstáculos de nuestro día no son más que piedras de apoyo.

Maten tu mirada siempre hacia el amanecer de un nuevo día y así nunca sentirás remordimiento por las sombras de tu pasado.

Haz de este día una obra maestra.

La diferencia entre un día ordinario y uno extraordinario, es ese pequeño extra que le imprimes.

No esperes. El momento para hacer las cosas nunca será mejor que ahora.

Dentro de un año querrás haber empezado hoy.

La felicidad de tu día depende de la calidad de tus pensamientos.

No dejes que los habladores arruinen tu día.

Piensa positivo y las cosas positivas pasarán.

Hoy es un lienzo en blanco ¿Qué obra maestra pintarás en él?

Nunca dejes pasar un día sin haber hecho algo de lo que te sientas orgulloso.

Incluso si caes sobre tu cara hoy, aun estarás avanzando.

El hombre que movió la montaña comenzó por cargar una simple piedra.

Debes comenzar cada mañana con determinación si quieres irte a la cama con satisfacción.

Una mente negativa nunca te dará una vida positiva.

La vida es como la fotografía, usas las experiencias negativas para desarrollar.

Observa al día que tienes delante de ti y di: “hoy será un gran día, grandes cosas van a pasarme hoy”

Obsesivo es la palabra que los flojos usan para describir a los dedicados ¡obsesiónate con algo!

Ve a donde sea que quieras ir, siempre y cuando sea hacia adelante.

No desees días más sencillos, desea una mejor versión de ti y trabaja para hacerla realidad.

Nunca dejes que los recuerdos del ayer sean más grandes que las aspiraciones del hoy.

La vida te presenta dos opciones cada día: Aceptar las condiciones con las que viene, o esforzarte para cambiarlas.

Es momento de comenzar a vivir la vida que siempre has soñado.

No dejes que tus problemas te empujen, deja que tus sueños te guíen.

Siempre busca algo positivo en tus días, incluso aunque algunos días tengas que buscar más que en otros.

Cada mañana al despertar recuérdate a ti mismo que siempre existirá una realidad mejor a la actual que vives.

La forma de comenzar realmente el día es dejar de hablar de ello y hacer las cosas.

Hoy mantente alejado de las personas negativas. Tienen un problema para cada solución.

Puedes, deberías y, si eres lo suficientemente valiente ¡lo harás!

Puedes quejarte porque los arbustos de rosas tienen espinas, o puedes regocijarte porque los arbustos de espinas tienen rosas. –Abraham Lincoln.

125- La vida es demasiado valiosa para desperdiciarla en personas que no te entienden, escuchan ni aprecian. –Roy Y. Bennett.

La bondad hará de ti la persona más hermosa que puedas ser.

La esperanza ve lo invisible, toca lo intangible y logra lo imposible. Ten un poco de esperanza hoy.

No te levantes por las mañanas para decirte “no puedo”. Levántate y di “puedo hacer grandes cosas y lucharé por ellas hoy para hacerlas realidad”

La mejor forma de comenzar el día es con una buena taza de positivismo.

Un gran día comienza contigo, recuerda estar allí con tu mejor sonrisa.

¿Si hoy fuera el último día de tu vida, harías lo que planeas hacer hoy?

Este es un hermoso día que nunca antes habías visto ni nunca más volverás a ver.

Las tres claves para tener un gran día: Sonría, diga “buen día”, sonría más.

Hoy se lo suficientemente valiente para comenzar esa conversación que tanto importa.

Una vez reemplazas los pensamientos negativos por pensamientos positivos, comienzas a tener resultados positivos de verdad.

Una fuerte imagen positiva de ti mismo es el mejor camino hacia la satisfacción.

Creo fervientemente que, si mantienes tu fe, mantienes tu confianza, mantienes una buena actitud y eres agradecido; Dios te abrirá nuevas puertas.

Trabaja duro, ten mente positiva y levántate temprano; son las claves para tener un gran día.

Cada día nos trae nuevas opciones.

Aférrate a un lugar dentro de ti donde haya alegría, y la alegría incinerará el dolor.

Repite conmigo: “Querido pasado, gracias por las lecciones. Querido futuro, estoy listo”

No dejes que lo que no puedes hacer, te aleje de lo que sí puedes hacer.

No arruines un buen hoy pensando en el mal ayer.

Tu día es mayormente moldeado por cómo pasas tus primeras horas ¡Haz que tus mañanas sean las mejores!

Álzate por encima de esas nubes de tormenta y encontrarás los rayos del amanecer.

Deja ya de odiarte por todo eso que no eres y comienza a amarte por lo que eres en verdad.

Tu mente es un jardín, puedes hoy cultivar flores o puedes cultivar mala yerba.

Practica como si nunca hubieras ganado, ejecuta como si nunca hubieras perdido.

Por delante tienes cosas mucho mejores que cualquiera que hayas dejado atrás, vive el día de la mejor forma positiva que puedas y disfrútalas.

Los comentarios que puedas recibir hoy, positivos o negativos, son iguales de importantes. Te demuestran que aun sigues siendo relevante donde estás.

Has una llamada a alguien con quien no hablas seguido.

Ve una película de tu elección.

Cocina algo que nunca hayas preparado.

Dile algo lindo a alguien.

Decirte te quiero.

Mírate al espejo y di algo lindo a ti.

Date un abrazo.

Haz un ejercicio de respiración.

Agradece por 3 cosas en tu vida.

Dedícate 5 minutos para descansar.

Saluda a alguien que nunca has saludado.

Escucha tres de tus canciones favoritas.

Sal a caminar 20 minutos.

Lee alguna parte de un libro que a ti te guste.

Da un largo abrazo a alguien cercano a ti

Come tu comida favorita.

Bebe un café con un pequeño postre.

Dile a una persona cercana a ti que la aprecias mucho.

Mira una película o programa con un mensaje positivo.

Haz un dibujo o una pintura.

Almuerza con una persona significativa para ti.

Escribe una historia con un final feliz.

Cantar una canción a todo pulmón.

Vistete con tu ropa favorita.

Ordena tu habitación.

Deshazte de cosas que ya no sirven.

Arregla algunas plantas del jardín



A silhouette of a person standing on a hillside, looking upwards. The background is a sunset sky with orange and blue tones. The text 'SESIÓN 5' is overlaid in white, bold, sans-serif font. Two vertical white lines are positioned on either side of the person's silhouette, extending from the top to the bottom of the frame.

SESIÓN 5

ÁREA COGNITIVA I

Sesión V: Área cognitiva

Nombre de la jornada: “¿somos lo que pensamos?”

Tiempo: 120 minutos

Recursos: Páginas de papel bond, plumones, material informativo, recolectores de situaciones, etc.

Objetivo: reconocer como los pensamientos que se presentan ante las situaciones que se viven son los que definen la manera de actuar de cada uno por medio del conocimiento del modelo ABC de Albert Ellis.

Desarrollo de la sesión

Bienvenida: se saludará brevemente a los participantes preguntándoles acerca de aspectos a destacar de su semana para establecer un ambiente de confianza.

Dinámica de animación: para contribuir a un ambiente relajado y ameno entre los participantes antes de iniciar con el trabajo principal, se realizará la dinámica de “los números”. Para ello es necesario que se formen dos grupos de 5 personas, a las cuales se les entregarán unas páginas con los dígitos del 1 al 5 y cada integrante se asignará uno de esos dígitos, el facilitador dirá un número, por ejemplo “412” las personas que tengan los números “4”, “1” y “2” deberán pasar rápidamente al frente a armar dicha cifra en el orden correcto con la página con el número que les ha correspondido. El equipo que forme primero la cifra se anota un punto y gana el que anote 5 puntos.

Revisión de tarea: dado que la asignación de tarea de la sesión anterior fueron ensayos conductuales, se buscará que las personas compartan su experiencia con el frasco de caricias, si hubo dificultades o disposición para realizar la tarea, así como también la manera en que se sintieron al poner en práctica dicho ejercicio. Acá se aclarará que el ejercicio deberá ser puesto en práctica hasta que el frasco quede vacío, por lo que no debe dejar de realizarse en esta semana sino hacerlo de manera continuada hasta acabar con todos los papeles.

Psicoeducación: se hará entrega a cada participante de una breve lectura (ver anexo 1) relacionada al modelo ABC de Albert Ellis, la anterior deberá ser leída junto con el facilitador para luego hacer una puesta en común de los aspectos más relevantes de la lectura y abrir un espacio para comentarios.

Trabajo en contacto y reflexión: a partir del material leído se trabajará de la siguiente manera:

1. Se formarán dos grupos de tres integrantes y uno de cuatro, es decir tres grupos en total.
2. Se entregará a cada grupo una historia (ver anexo 2) en la que deberán discutir e identificar los componentes del modelo ABC en cada una de las situaciones que se presenten.
3. Cada grupo pasará al frente y en un cuadro de tres entradas que estará dibujado en la pizarra deberán identificar la situación, la interpretación y el comportamiento resultante de la lógica que sigue el modelo ABC. Posteriormente los demás integrantes del grupo harán observaciones sobre la correcta ubicación de cada uno de los componentes, entonces se abrirá un espacio para una puesta en común.
4. Se finalizará el ejercicio haciendo a los participantes comprender que muchas veces la interpretación que hacemos de las situaciones que ocurren a nuestro alrededor son las que nos empujan a actuar de determinada manera, lo mismo ocurre con otras personas. Por lo que es necesario que antes de hacer interpretaciones rápidas y sin ningún tipo de pruebas, se detengan a reflexionar si es que las cosas son de la manera en que aparentan serlo, por eso es necesario estar al tanto de la manera en que establecemos juicios.

Asignación de tarea: se hará entrega a los participantes de un “recolector de situaciones”⁹ (ver anexo 3) que es un sobre de papel, con pedazos de papel de distintos colores; verde, amarillo y rosa. En las páginas de color rosa deberán anotar las situaciones que experimentan

⁹ El motivo de asignar la tarea de manera diferente al autorregistro es con fines didácticos, las personas muestran mayor interés si el trabajo en casa no se percibe bajo la idea de “llenar papeles en un folder”.

a lo largo de la semana, en los amarillos, las interpretaciones o pensamientos que se suscitan de esas situaciones y en el verde deberán anotar la manera en cómo actúan debido a esa interpretación.

Avisos y cierre: Se recordará la fecha y la hora de la siguiente sesión, como siempre se hará el llamado para que pongan en práctica la tarea explicando que el trabajo fuera de las sesiones depende de la disposición y compromiso.

ANEXOS

ANEXO 1

MODELO ABC

ACONTECIMIENTO

El acontecimiento activador es el hecho que nos ocurre o propiciamos que nos ocurra, porque puede provenir tanto del mundo exterior como de nuestro mundo interior; puede ser algo apreciable a simple vista o algo que no tiene concreción determinada (puede ser un accidente de carretera o una preocupación por un familiar enfermo o por algo que pueda suceder; una discusión con otra persona o un problema de relación con alguien a quien se quiere evitar...)

EJEMPLO

A. Acontecimiento: "Mi pareja me ha dejado/me va a dejar por otro amor".

PENSAMIENTOS

Para el ABC emocional de Albert Ellis, las creencias y cogniciones vienen referidas a lo que pensamos o las ideas que nos hacemos acerca del acontecimiento activador, de lo que nos ocurre en la realidad. Todos mantenemos ciertos pensamientos o creencias respecto a lo que nos sucede; aunque, a veces, los pensamientos son "automáticos", se cruzan por la mente como un "rayo", sin que seamos suficientemente conscientes de ellos. Por ello, muchas veces, tendemos a considerar que los hechos (acontecimientos activadores) nos "provocan" sentimientos o comportamientos determinados.

EJEMPLO

A. Acontecimiento: "Mi amante me ha dejado/me va a dejar por otro amor".

B. Pensamientos: "No puedo continuar sin ella/el. Soy un perdedor/a debido a que me ha dejado. Es terrible que ella/el me haya dejado". "Nunca encontrare otro amor".

CONSECUENCIAS

Ya consideradas, de alguna manera, anteriormente, son las respuestas que damos a los Acontecimientos activadores. Normalmente tendemos a pensar que éstos provocan directamente las emociones y conductas. Si así fuera, todos tendríamos el mismo comportamiento ante hechos parecidos, lo que no es cierto. Ello es debido a que las consecuencias están condicionadas por las creencias o pensamientos que se tenga de una situación.

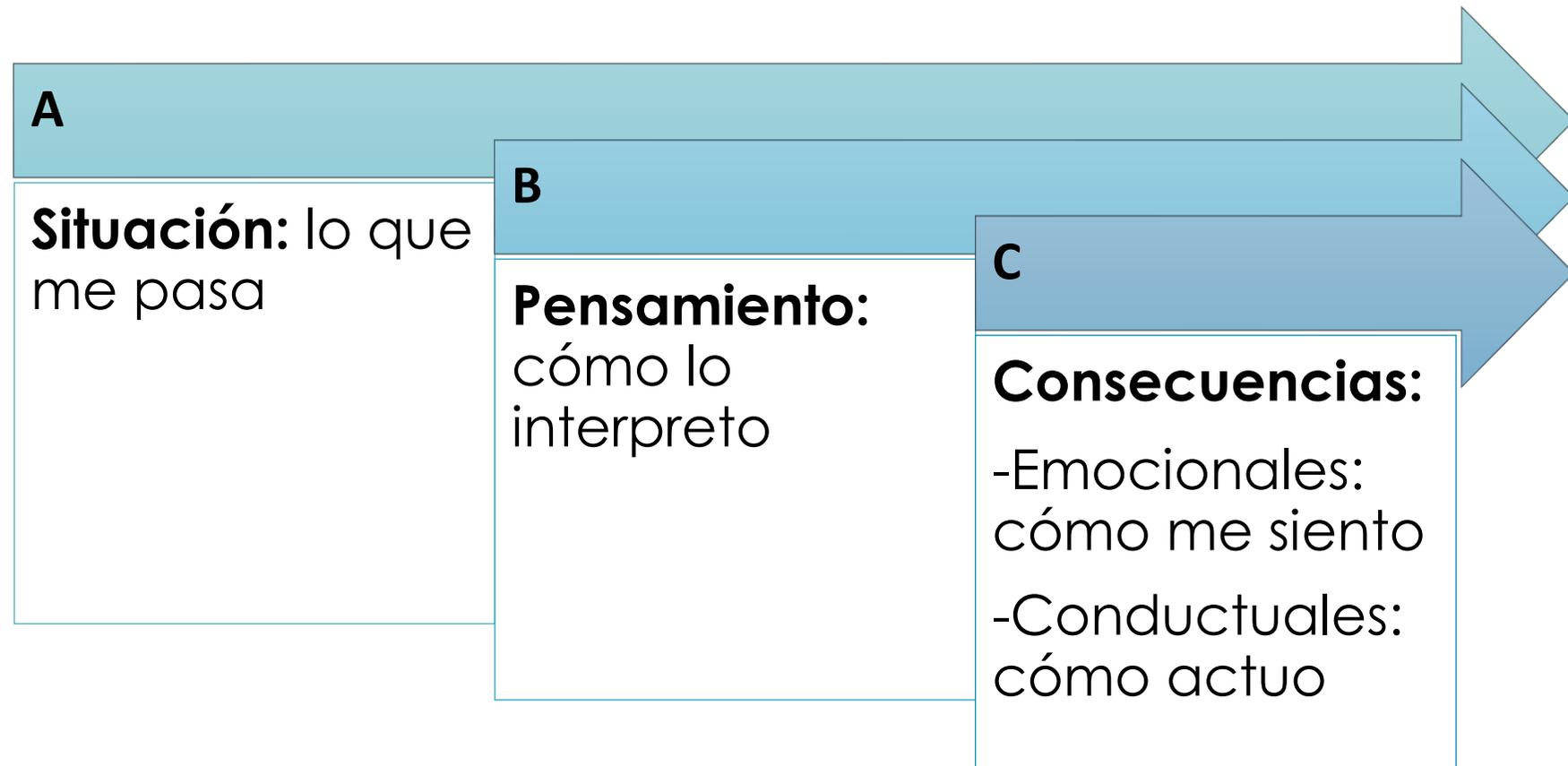
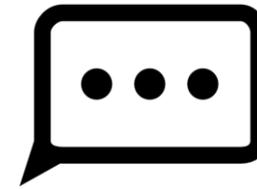
EJEMPLO:

A. Acontecimiento: "Mi amante me ha dejado por otro amor."

B. Pensamientos: "No puedo estar sin el ella. Soy un perdedor debido a que me ha dejado. Es realmente terrible que me haya dejado. Nunca encontrare otro amor."

C. Consecuencias: "Me siento triste. Me siento furioso. Me siento indigno. Y: No como. No duermo. Bebo demasiado alcohol. Falto al trabajo."

ESQUEMA DE MODELO ABC



ANEXO 2

EJEMPLOS DE CASOS

CASO N°1

Las clases suelen ser muy animadas en el Departamento de Leyes en la universidad, Diana es una estudiante de tercer año que tiene un amor incondicional por su carrera, sin embargo, al momento de estar en clase de Derecho Constitucional, Diana siente temor a que la profesora le vaya a preguntar algo relacionado con la clase, ella considera que puede hacer el ridículo, así como también el qué van a pensar de ella si se equivoca. Por esta razón Diana se sienta siempre en la parte del fondo del salón aún si esto afecta su rendimiento académico en esa clase.

CASO N°2

Josué es novio de Brenda, llevan juntos 4 años y medio, ellos a menudo intercambian mensajes de texto, desde los buenos días hasta las buenas noches. Un día Josué despertó en la mañana, al revisar su celular se percató que no tenía ningún mensaje nuevo, es decir Brenda no le había escrito, Josué comenzó a pensar que quizá ella ya estaba aburrida de él y que lo mejor sería terminar la relación, por ello ese día no le escribió un mensaje de buenos días. A raíz de esto Josué faltó a su trabajo y estuvo todo el día con un estado de ánimo decaído.

CASO N°3

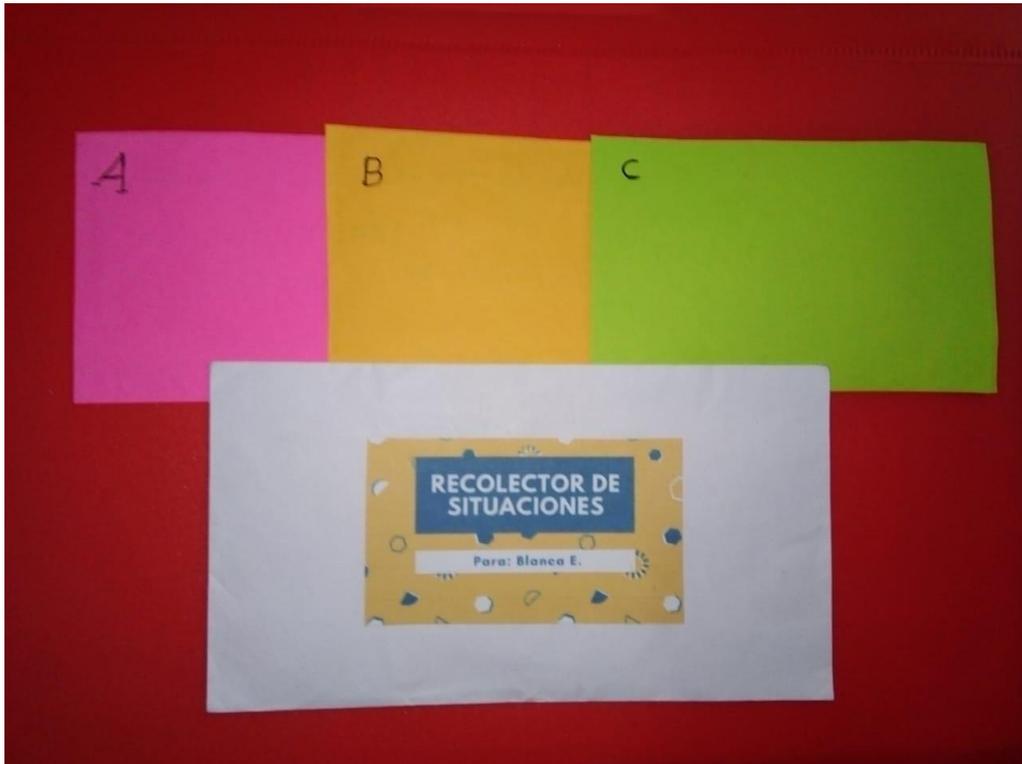
Marcela es una joven mujer que vive con sus padres, en las mañanas trabaja en un súper mercado como facilitadora de productos y en las tardes asiste a un curso de cosmetología, al llegar a su casa después de una cansada rutina, su madre le reclama que no ayuda en nada en casa y le dice además que ya tiene la suficiente edad como para ser responsable con otros asuntos, por ello, Marcela cree que es una inútil y que siempre va a necesitar que alguien esté con ella para que le diga cómo tiene que llevar a cabo su vida. Esto hace que Marcela se encierre en su cuarto y no hable con nadie de su familia.

CASO N°4

La buena salud es algo que todos quisieran tener en todo momento y esto le sucede a Roberto, quién siempre ha gozado de una salud estupenda afortunadamente. Un día, Roberto despertó con un dolor en la espalda baja, éste supuso que fue debido a un esfuerzo que realizó levantando unas cajas en el trabajo, sin embargo, el dolor fue intensificándose a medida que avanzaba el día, de repente el dolor se volvió intolerable, lo que hizo que Roberto fuera a pasar consulta, el médico le dijo que le realizarían unos exámenes para saber con certeza que le estaba pasando y que era necesario que volviera al día siguiente. Roberto, al enfermar en rarísimas ocasiones, comenzó a pensar en lo peor y es que un dolor de ese tipo solo podía significar una enfermedad muy grave, se sentía molesto, como si su propio cuerpo lo había traicionado y al momento en que se iba a encontrar con un amigo, fue sumamente pesado y cortante con éste, al punto de que su amigo, decidió retirarse de donde estaban debido a la forma en que estaba siendo tratado.

ANEXO 3

RECOLECTOR DE SITUACIONES



Materiales para elaboración:

- Sobres de papel (color opcional)
- Cinta adhesiva o pegamento
- Rotulador o sticker con nombre
- Trozos de papel rosa, amarillo y verde.

Procedimiento

Se recortan papeles de los colores mencionados en los materiales asegurándose que quepan dentro del sobre. Pueden rotularse en una esquina con las letras ABC obedeciendo al modelo sobre el que se realizará el trabajo en casa. Posteriormente se rotulan con el nombre "Recolector de situaciones" o puede imprimirse el título y luego ser fijado con cinta adhesiva o pegamento.

A silhouette of a person standing on a hillside, looking upwards against a sunset sky. The person is wearing a backpack. The sky transitions from a deep blue at the top to a warm orange and yellow near the horizon. The foreground is dark, showing the silhouette of the person and the trees on the hillside.

SESIÓN 6

ÁREA COGNITIVA II

Sesión VI: Área Cognitiva

Nombre de la Jornada: Somos lo que pensamos.

Tiempo: 120 minutos.

Recursos: Papeles para dinámica de animación, material psicoeducación, paletas de madera, papeles con los nombres de las distorsiones cognitivas, plumones de colores, auto registro, stickers de colores, lectura semanal.

Objetivo: Lograr en los participantes un reconocimiento de las diferentes distorsiones cognitivas manifiestas en su diario vivir.

Desarrollo de la Sesión:

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

Dinámica de Animación: Se les pedirá a los participantes que formen un círculo, el facilitador le entregara a cada participante un papel con palabras (ver anexo 1) cada participante deberá por medio de la mímica utilizando gestos, ademanes lograr que los demás adivinen la palabra que representa. La dinámica estará enfocada a la reflexión de que cada persona tiene diferentes ideas sobre una misma situación y que la manera en que interpretamos lo que sucede a nuestro alrededor es personal y aprendida a lo largo de nuestra vida.

Revisión de tarea: Uno de los facilitadores preguntara: ¿Quiénes realizaron la tarea de la semana? Al recolectar las tareas de cada participante se pedirá opiniones sobre la misma: ¿Qué fue lo que más se le dificultó de la tarea?, ¿Qué le gustó o agradó de la tarea? ¿Qué reflexión puede hacer de la tarea? Con estas preguntas se facilitará la evaluación sobre la comprensión de la tarea, de ser necesario se reforzará. De igual manera se reflexionará brevemente sobre la lectura corta de la semana pasada, la cual realizan en casa.

Psicoeducación: Para que las personas conozcan sobre la temática del día se hablara sobre siete de las distorsiones cognitivas que se considera son más frecuentes en los miembros del grupo, enfocándonos en la comprensión de: La personalización, el catastrofismo, la polarización, lectura del pensamiento, perfeccionismo y sobre generalización, se le otorgara a cada participante el material de psicoeducación (Ver anexo 2)

Por medio de la lectura del material educativo, la explicación de los facilitadores y la ejemplificación de cada una de las distorsiones permitirá a los miembros del grupo una comprensión e identificación amplia de cada una de las distorsiones.

Trabajo en contacto y reflexión: Para el trabajo en contacto se otorgará a cada miembro del grupo al azar diferentes distorsiones que con un ejemplo de su vida deberán pasar ante la plenaria y exponer, los demás participantes deberán de identificar cual distorsión se presentaba utilizando para ello unas paletas con los diferentes nombres de las distorsiones. (Ver anexo 3)

Después de terminar el ejercicio de aplicación e identificación de distorsiones se procederá a una retroalimentación de la temática del día tiempo en el cual se aprovechará a aclarar dudas. **Asignación de tarea:** Se asignará la nueva tarea que consistirá en un auto registro tipo economía de fichas en la cual durante la semana debían de identificar cual distorsión presentaba y con una ficha rellenar para el final de la semana identificar cual o cuales son las distorsiones que predominaban en ellos. Además de la tarea de la semana (Ver anexo 4) se otorgará la lectura de la semana, la cual los miembros del grupo deben de leer y reflexionar. (Ver anexo 5)

Avisos: Se dará por finalizada la sesión, invitando a los participantes a la próxima sesión y compartiendo un refrigerio entre ellos.

ANEXOS

ANEXO 1

- Bañarse
- Dibujar
una
pintura
- Tocar el
piano
- Estar
enojado
- Pensativo
- Cantar
- Manejar
un
camión
- Elevar
una
piscucha
- Manejar
un Avión
- Cocinar

ANEXO 2

DISTORSIONES COGNITIVAS

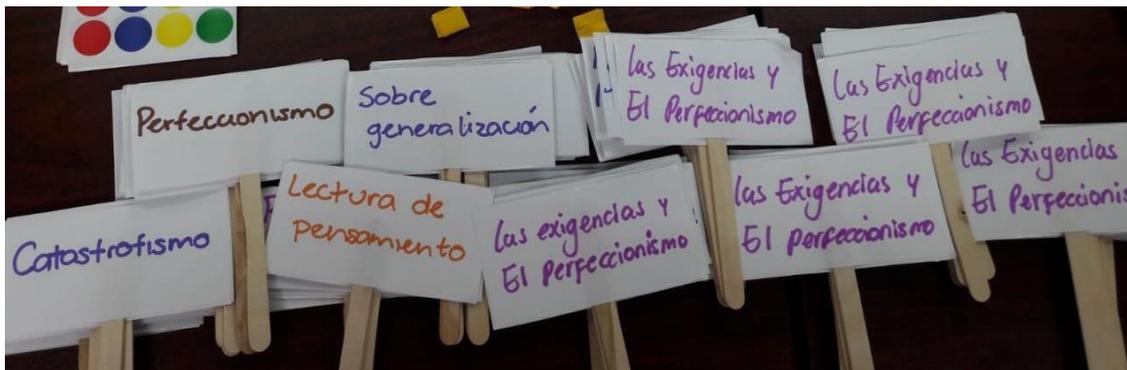
Las distorsiones cognitivas son esquemas equivocados de interpretar los hechos que generan múltiples consecuencias negativas: alteraciones emocionales como consecuencia de la perjudicial creencia en los pensamientos negativos, conflictos en las relaciones con los demás donde es posible que las interpretaciones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



| DISTORSIÓN | DEFINICIÓN | ALTERNATIVA RACIONAL |
|---------------------|---|---|
| Perfeccionismo | Son creencias mantenidas en forma rígida e inflexible acerca de cómo debería ser uno y los demás. Por ejemplo: 'Debo de hacer las cosas bien para merecer la aprobación y el afecto de los demás'. | Cuando somos exigente con nosotros mismos, es porque creemos que es la única forma de conseguir nuestro propio aprecio y el de los demás. El resultado es que nos frustramos, deprimimos o nos irritamos con nosotros mismos. Las expresiones de 'debería', 'tendría', etc., es adecuado cambiarlas por 'preferiría' o 'me gustaría'. |
| Catastrofismo | Es la tendencia a percibir o esperar catástrofes sin tener motivos razonables para ello. Por ejemplo, un pequeño dolor de cabeza significa que tengo un cáncer. | Debemos pararnos a reflexionar y realizar una evaluación honesta de la situación peligrosa. Tratemos de ser totalmente objetivos y analicemos la auténtica probabilidad de que ocurra una catástrofe. |
| Sobregeneralización | Es la tendencia a creer que, si ha ocurrido algo una vez, ocurrirá otras siempre. Por ejemplo, si me equivoque en una ocasión al hablar frente a la gente, pues "siempre me equivocaré" en esa situación. | ¿De verdad creemos que si nos ocurre una vez algo nos va a ocurrir siempre? Debemos cambiar las expresiones que implican generalizar por otras como 'es posible', 'a veces' o 'a menudo'. |

| | | |
|------------------------|---|--|
| Pensamiento polarizado | No se ven los términos medios, la realidad se percibe de una manera polarizada y extremista. Por ejemplo, o se es maravilloso, o se es horrible, o se es fuerte se es débil. | Tenemos que ser conscientes de que hacemos juicios polarizados. Darnos cuenta de que en realidad las personas no somos totalmente de una manera u otra opuesta sí no que nos movemos a lo largo de un continuo (o escala de grises). |
| Lectura de pensamiento | Creer saber lo que piensan los demás y porqué se comportan de la forma en que lo hacen. | Las opiniones que podamos tener sobre los demás son hipótesis que tendremos que comprobar con evidencias y confirmaciones. |
| Personalización | Pensar que todo lo que la gente hace o dice tiene que ver de alguna manera, para bien o para mal, con uno. Por ejemplo, si a un amigo lo vemos con mala cara pensamos que estará enfadado con nosotros por algún motivo, "algo le habré hecho". | No se deben sacar conclusiones a no ser que tengamos evidencias claras y pruebas razonables. |
| Filtraje | Se escoge algo negativo de uno, de los demás o de las circunstancias y se excluye el resto. Por ejemplo, un empresario ha tenido éxito en el 90 % de sus negocios, pero está obsesionado por aquellos en los que ha fracasado. | Cambiamos las expresiones negativas por otras como 'no hay que exagerar', 'no es para tanto', 'seguro se tiene la capacidad para afrontarlo', 'hay que tomarse el tiempo antes de sacar conclusiones', etc. |

ANEXO 3



Materiales para elaboración de paletas de distorsiones cognitivas.

- Paletas de madera.
- Recortes de papel.
- Plumones de colores.
- Pegamento

Procedimiento

Se recortan papeles en los que se escribirán el nombre de cada distorsión cognitiva, con segundo paso utilizando el pegamento deberán adherirse a las paletas de madera.

CONTROL DE DISTORSIONES COGNITIVAS

Indicación: selecciona con los stickers que se te entregó el número de veces que se presentó la distorsión cognitiva en la semana, antes de la siguiente sesión deberás indica cual ha sido la distorsión que más has experimentado y por qué.

| DISTORSIÓN | Nº DE VECES QUE SE PRESENTA |
|------------------------|-----------------------------|
| Perfeccionismo | |
| Catastrofismo | |
| Sobre generalización | |
| Pensamiento polarizado | |
| Lectura de pensamiento | |

Personalización

Filtraje

**¿QUÉ DISTORSIÓN SE
PRESENTÓ MÁS?**

¿POR QUÉ?

ANEXO 5

NUESTRA MENTE



“La mente es la parte menos comprendida del ser humano, tan poco conocida, pero también puede ser nuestra mejor amiga, si la alimentamos con pensamientos positivos, más también puede convertirse en nuestro peor enemigo si le permitimos que piense solo pensamientos negativos. La mente no es algo material que podamos ver

o tocar, aun siendo invisible sus efectos pueden verse en nuestro rostro, nuestras palabras, nuestro cuerpo, comportamiento. La mente es como el viento invisible, no podemos verlo más si sentirlo, es como los cimientos de una casa, no podemos verlos, pero son los responsables de la estabilidad del edificio, como las raíces de un árbol que están bajo tierra, no las podemos ver, pero aun así le dan al árbol la fuerza para soportar las peores tormentas; entonces podemos afirmar que lo invisible determina la cualidad de lo que es visible.”

A silhouette of a person standing on a dark horizon, looking upwards. The background is a gradient of blue and orange, suggesting a sunset or sunrise. The person's head is tilted back, and their arms are slightly away from their body. The overall mood is contemplative and serene.

SESIÓN 7

ÁREA COGNITIVA III

Sesión VII: Área Cognitiva

Nombre de la Jornada: Deteniendo nuestros pensamientos.

Tiempo: 120 minutos

Recursos: Paletas de color Rojo, Amarillo, Verde, Páginas de color Rojo, Amarillo, Verde, Caja de Origami, papeles con preguntas, Lectura Semanal.

Objetivo: Enseñar a las participantes herramientas que le permitan debatir sus pensamientos más arraigados, modificarlos por unos constructivos.

Desarrollo de la Sesión:

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

Dinámica de Animación: Para que las personas se vayan familiarizando con la técnica del semáforo se hará una dinámica en la que se formara un círculo en los que ellos vayan caminando cuando la persona que dirige la dinámica muestre la paleta de color rojo se detendrán, cuando muestre la paleta de color amarillo adoptaran una posición de alerta y cuando muestre la paleta color verde seguirán moviéndose en el círculo. (Ver anexo 1)

Revisión de tarea: Uno de los facilitadores preguntara: ¿Quiénes realizaron la tarea de la semana? Al recolectar las tareas de cada participante se pedirá opiniones sobre la misma: ¿Qué fue lo que más se le dificultó de la tarea?, ¿Qué le gustó o agradó de la tarea? ¿Qué reflexión puede hacer de la tarea? Con estas preguntas se facilitará la evaluación sobre la comprensión de la tarea, de ser necesario se reforzará. De igual manera se reflexionará brevemente sobre la lectura corta de la semana pasada, la cual realizan en casa.

Trabajo en contacto y reflexión: Para esta sesión se omitirá la psicoeducación y para lograr una mejor comprensión de la técnica de semáforo que permite brindarle a las personas una

herramienta eficaz para el control de los pensamientos negativos que surgen diariamente; se realizara de manera dinámica la temática se colocaran páginas de colores roja, amarilla y verde que simulan los colores del semáforo, además de esas páginas se colocaran otras que dirán avance dos casillas, retroceda una casilla o penitencia, se les pedirá a los participantes que se paren en la página roja y a medida avanzan por los colores se les ira explicando la técnica del semáforo para la detención de pensamientos y se brindara una breve psicoeducación de como automatizamos nuestros pensamientos. Por medio de un dado que los participantes lanzaran les permitirá ir avanzando a través del tablero cuando lleguen a la página de color verde la dinámica finaliza.

Al finalizar la dinámica se realizará una breve retroalimentación del tema, una breve reflexión sobre la importancia de la puesta en práctica de la técnica del semáforo

Asignación de tarea: Para la tarea de esta semana denominada: Caja de debate, (Ver anexo 2) una caja elaborada por medio de origami en la cual en su interior contendrá diferentes preguntas (Ver anexo 3) que ayudaran a los miembros del grupo a que en el momento que se genera un pensamiento negativo extraerán una pregunta y debatieran por si solos ese pensamiento hasta hacerlo racional, la tarea se explicara mediante la aplicación de un ejemplo práctico. Se entregará lectura de la semana. (Ver anexo 3)

Avisos: Se dará por finalizada la sesión, invitando a los participantes a la próxima sesión y compartiendo un refrigerio entre ellos.

ANEXOS

ANEXO 1

PALETAS DE COLORES



Materiales:

- Paletas de madera. (Colores opcional)
- Recortes de papel de colores rojo amarillo, verde.
- Pegamento

Procedimiento

Se recortan círculos de color rojo, amarillo, verde, se procede a pegar cada circulo de color a cada paleta.

ANEXO 2

CAJA DE DEBATE



Materiales

- Caja de origami (se puede utilizar cajas prefabricadas)
- Rotulador o sticker con nombre
- Papeles pequeños con preguntas para realizar debate.

Procedimiento

Se imprimen y recortan las preguntas, luego se doblan hasta tener un pequeño trozo de papel. Posteriormente se ubican dentro de las cajas y se escribe el nombre con fines estéticos o como segunda opción se puede imprimir un pequeño título y ser colocado con pegamento al igual que la fotografía.

ANEXO 3

PREGUNTAS DE DEBATE

¿En qué pruebas me baso para pensar así?

¿Existe otra explicación u otra forma de pensar más realista?

¿Es totalmente cierto lo que pienso?

¿Serían tan terribles las consecuencias si el pensamiento fuera cierto?

¿A cuántas áreas de mi vida afecta pensar así?

¿Podría encontrarme bien aun cuando el pensamiento sea cierto?

¿Hay otras personas a quienes les haya ocurrido lo mismo que a mí y cómo lo han vivido?

¿Qué consecuencias tiene para mí pensar así?

¿Me ayuda a solucionar mis problemas pensar de esta manera?

¿Pensar así me hace sentir bien?

¿En qué pruebas me baso para pensar así?

¿Existe otra explicación u otra forma de pensar más realista?

¿Es totalmente cierto lo que pienso?

¿Serían tan terribles las consecuencias si el pensamiento fuera cierto?

¿A cuántas áreas de mi vida afecta pensar así?

¿Podría encontrarme bien aun cuando el pensamiento sea cierto?

¿Hay otras personas a quienes les haya ocurrido lo mismo que a mí y cómo lo han vivido?

¿Qué consecuencias tiene para mí pensar así?

¿Me ayuda a solucionar mis problemas pensar de esta manera?

¿Pensar así me hace sentir bien?

¿En qué pruebas me baso para pensar así?

¿Existe otra explicación u otra forma de pensar más realista?

¿Es totalmente cierto lo que pienso?

¿Serían tan terribles las consecuencias si el pensamiento fuera cierto?

¿A cuántas áreas de mi vida afecta pensar así?

¿Podría encontrarme bien aun cuando el pensamiento sea cierto?

¿Hay otras personas a quienes les haya ocurrido lo mismo que a mí y cómo lo han vivido?

¿Qué consecuencias tiene para mí pensar así?

¿Me ayuda a solucionar mis problemas pensar de esta manera?

¿Pensar así me hace sentir bien?

¿En qué pruebas me baso para pensar así?

¿Existe otra explicación u otra forma de pensar más realista?

¿Es totalmente cierto lo que pienso?

ANEXO 4

LA VIDA



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

ANEXO 5

RÓTULOS DE CAJA DE DEBATE



**CAJA DE
DEBATE**



**CAJA DE
DEBATE**



**CAJA DE
DEBATE**



**CAJA DE
DEBATE**



**CAJA DE
DEBATE**



**CAJA DE
DEBATE**



A woman with dark hair, wearing a black blazer over a red top, is pointing her right index finger towards a man. The man, wearing a dark blue shirt, is smiling and gesturing with both hands as if in conversation. They are sitting on a light-colored, tufted sofa against a neutral-toned wall. A vertical white line is positioned between them, and the text 'SESIÓN 8' is overlaid in the center.

SESIÓN 8

ÁREA INTERPERSONAL

Sesión VIII: Área Interpersonal

Nombre de la Jornada: Mejorando nuestra comunicación mejoramos nuestras relaciones con los demás.

Tiempo: 120 Minutos

Recursos: Material educativo, material técnico del sándwich, lectura semanal.

Objetivo: Aprender un nuevo vocabulario interpersonal que permita transmitir mensajes de manera eficaz para facilitar los intercambios positivos entre los miembros de la familia.

Desarrollo de la Sesión:

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

Dinámica de animación: Se realizará la dinámica de animación para “entrar en calor” y poder suscitar un clima agradable entre los miembros del grupo denominada “El rey ha muerto” que consistirá en expresar la noticia de “El Rey ha Muerto” utilizando diferentes emociones y ademanes. Cuando todos los miembros del grupo realicen la dinámica se hará una breve reflexión sobre la importancia y la diferencia de expresar una noticia utilizando un lenguaje cortés y utilizando un lenguaje agresivo.

Revisión de tarea: Uno de los facilitadores preguntará: ¿Quiénes realizaron la tarea de la semana? Al recolectar las tareas de cada participante se pedirá opiniones sobre la misma: ¿Qué fue lo que más se le dificultó de la tarea?, ¿Qué le gustó o agradó de la tarea? ¿Qué reflexión puede hacer de la tarea? Con estas preguntas se facilitará la evaluación sobre la comprensión de la tarea, de ser necesario se reforzará.

Psicoeducación: Para abordar la temática de la semana encaminada a la comunicación efectiva se realizará una breve lectura acerca de los distintos estilos de comunicación (Anexo1) y una breve reflexión sobre cuál de estos es el que predomina en la convivencia con los demás. Luego de ello, se compartirá un ejercicio muy práctico llamado “técnica

del sándwich” la cual permite ser asertivo siguiendo la lógica de que es más fácil comunicar algo cuando se hace manejando a la vez aspectos positivos. (Ver anexo 2)

Trabajo en contacto y reflexión: Tras aclarar la manera en cómo se realiza la técnica del sándwich, los participantes deberán poner en práctica en una situación de su cotidianeidad la manera en cómo se realizaría dicho ejercicio, para ello se indicará a los miembros del grupo que se intercambiaran las situaciones y cada uno ante el pleno deberá de plantear la situación, y los pasos para poner en práctica la técnica en dicho escenario y luego el pleno haría observaciones si la fue realizado de manera correcta o hay que mejoras que realizar.

Después de realizar los ejercicios de aplicación de la técnica del Sándwich se realizará una breve reflexión sobre la importancia del estilo de comunicación en las relaciones con nuestra familia y amistades.

Asignación de tarea: La tarea para la semana consistirá en invitar a los miembros del grupo a poner en práctica dichos intercambios positivos aprendidos durante la sesión, y en la siguiente semana, comentar al menos una experiencia de cómo fue realizada y cuál fue el resultado que tuvo. Se brindará la lectura de la semana. (Ver anexo 3)

Avisos: Se dará por finalizada la sesión, invitando a los participantes a la próxima sesión y compartiendo un refrigerio entre ellos.

ANEXOS

ANEXO 1

MATERIAL PSICOEDUCATIVO

LA ASERTIVIDAD

La asertividad se define como: "la habilidad de expresar nuestros deseos de una manera amable, franca, abierta, directa y adecuada, logrando decir lo que queremos sin atentar contra los demás. Ser asertivo es saber pedir, saber negarse, negociar y ser flexible para poder conseguir lo que se quiere, respetando los derechos del otro y expresando nuestros sentimientos de forma clara. La asertividad consiste también en hacer y recibir cumplidos, y en hacer y aceptar quejas.

Estilos de comunicación

Cada persona tiene un estilo de comunicación que predomina en relación a los otros dos.

Si bien es cierto que nos solemos comunicar de una forma más frecuente en uno de estos estilos, dependiendo tanto de cuál sea nuestro interlocutor, del tema o la situación dada, podemos ir rotando entre los tres estilos que existen, los cuales son:

- **Estilo de comunicación agresivo:** Las personas que utilizan este estilo tratan de imponer su criterio y conseguir sus objetivos sin importarle la opinión ni los sentimientos de su interlocutor. El modus operandi de estos individuos es el uso de estrategias como amenazas, intimidación, sarcasmo y acusaciones.
- **Estilo de comunicación asertivo:** Este estilo es el intermedio entre el estilo agresivo y el pasivo y es característico de las personas que son capaces de defender sus propios intereses y opiniones al mismo tiempo que respetan que los demás tengan los suyos. Es el único estilo de comunicación que facilita la relación entre las personas.
- **Estilo de comunicación pasivo:** Los individuos que se caracterizan por este estilo, inhiben su comportamiento con tal de evitar cualquier confrontación con otra persona en vez de hacerse respetar. Tienen una excesiva necesidad y preocupación por agradar a los demás y, a menudo, se sienten incomprendidos por los demás o manipulados.

ANEXO 2

TÉCNICA DEL SANDWICH PARA LA ASERTIVIDAD

La técnica del sándwich es una manera de decir “no” muy sutil y educada. La manera en la que expresamos un desacuerdo o una negativa es crucial, tanto para quedar nosotros satisfechos, como para que la otra persona reciba un trato correcto.

Cada vez que decimos “sí” cuando en realidad no nos apetece, estamos debilitando nuestro estado emocional. Debemos de tratar siempre de que nuestras acciones vayan en consonancia con nuestros pensamientos.

LAS TRES CAPAS DEL SÁNDWICH

Hay tres fases bien diferenciadas en la técnica del sándwich, y todas son importantes para conseguir el objetivo final: decir no a algo o a alguien.

1. **Mensaje positivo:** Cuando se presenta un acontecimiento, activamos cosas positivas en la otra persona, la halagamos y mostramos nuestro agrado hacia ella. Así, el siguiente paso, que será la negativa, lo tomará con una postura muy diferente a la que mostraría si hubiéramos dicho “no” directamente.
2. **Negativa o desacuerdo:** Aquí, expresamos nuestra opinión negativa ante el acontecimiento que está ocurriendo y a continuación se continúa adornando de igual manera la negativa.
3. **Mensaje positivo:** reforzamos lo que dijimos al principio sobre la otra persona y sus cualidades que nos agradan y así terminamos con otro mensaje positivo.



ANEXO 3

EL VIAJERO

Después de haber atravesado un camino largo y difícil, el viajero llegó a la entrada del pueblo en el que pasaría los próximos años de su vida. Inquieto sobre la forma de ser de la gente en ese lugar, le preguntó a un viejo hombre que descansaba



recostado bajo la sombra de un frondoso árbol de cedro: ¿Cómo es la gente en este lugar? -le dijo al viejo, sin saludarlo-. Es que vengo a vivir aquí y donde yo vivía las personas eran complicadas y agresivas.

La arrogancia y la insensibilidad eran el pan de cada día. El anciano, sin mirarlo, respondió: Aquí la gente es igual. El viejo siguió reposando. El caminante prosiguió su camino. Horas después otro viajero que también llegaba al pueblo se acercó al anciano y le dijo: – Buenas tardes, señor, disculpe la molestia, yo vengo a vivir a este pueblo y me gustaría saber cómo es la gente, porque en donde yo vivía las personas eran atentas, generosas y sencillas. El anciano levantó la cabeza, sonrió y le contestó: Aquí la gente es igual...

Un hombre que había escuchado ambas conversaciones le preguntó al viejo: ¿Cómo es posible dar la misma respuesta a dos preguntas tan diferentes? A lo cual el viejo contestó: – En vez de preguntarte cómo te tratan los que te rodean, mejor pregúntate cómo los tratas tú a ellos. A la larga la gente se termina comportando contigo como tú te comportes con ellos.



SESIÓN 9

ÁREA INTRAPERSONAL

Sesión IX: Área Intrapersonal

Nombre de la Jornada: Perdonando a los demás, sano mis heridas.

Tiempo: 120 Minutos

Recursos: Sobres "Árbol del aprecio" Lectura de la semana.

Objetivo: Trabajar sobre los sentimientos y pensamientos negativos generados por la culpa a través de un ritual que permita paliar el cargo de consciencia debido al evento crítico y así aumentar la valía propia que se ha visto afectada.

Desarrollo de la Sesión:

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

Dinámica de animación: Se realizará una dinámica en la que se les pedirá a las personas que se pongan de pie formen un círculo y el encargado de dirigir les guiará una serie de pequeños ejercicios de estiramiento que ayudaran a destensar los músculos y a relajarse para poder comenzar la sesión que es tan cargada emocionalmente.

Revisión de tarea: Uno de los facilitadores preguntara: ¿Quiénes realizaron la tarea de la semana? Al recolectar las tareas de cada participante se pedirá opiniones sobre la misma: ¿Qué fue lo que más se le dificultó de la tarea?, ¿Qué le gustó o agradó de la tarea? ¿Qué reflexión puede hacer de la tarea? Con estas preguntas se facilitará la evaluación sobre la comprensión de la tarea, de ser necesario se reforzará.

Trabajo en contacto y reflexión: Antes de realizar el ejercicio de visualización se preparará a los integrantes al comentarles que el ejercicio implica una gran carga emocional y que es normal experimentarla debido a los sentimientos que aún mantienen gran incidencia en el desenvolvimiento de ellos mismos. Se realizará el ejercicio de visualización utilizando música

de fondo, el cual será dirigido por uno de los facilitadores. Al finalizar el ejercicio se brindará unos minutos para que los miembros del grupo puedan compartir sus apreciaciones.

Tras dicho esfuerzo realizado, se dejará un tiempo para el refrigerio y que se compartirán otras apreciaciones acerca de lo que se realizó con anterioridad. Luego, a manera de fortalecer la autoestima se realizará un ejercicio donde los miembros del grupo deberán escribir a cada uno de los compañeros, aspectos positivos en una hoja de papel bond que todos tenían pegadas en la espalda, así se conocerán aspectos agradables que posee cada uno de ellos y que en muchos casos ni siquiera estaban enterados de ello. Al finalizar la dinámica se realizará una breve reflexión.

Asignación de tarea: La tarea de la semana consistirá en la entrega de un sobre llamado "El Árbol del Aprecio" (Ver anexo 1) el cual contendrá en su interior papeles en forma de manzana en los cuales los participantes diariamente a pesar de las adversidades que pudo experimentar escribirá un halago a su persona. Se entregará la lectura de la semana. (Ver anexo 2 y 3)

Avisos: Se dará por finalizada la sesión, invitando a los participantes a la próxima sesión.

ANEXOS

ANEXO 1

ÁRBOL DEL APRECIO



Materiales para elaboración:

- Sobres de papel [color opcional]
- Pegamento
- Rotulador o sticker con nombre
- Recortes de figura de manzana.

Procedimiento

Se recortan las figuras de manzana asegurándose que quepan dentro del sobre.

Posteriormente se rotulan con el nombre "Árbol del Aprecio" o puede imprimirse el título y luego ser fijado con cinta adhesiva o pegamento.

ANEXO 2

EL VENDEDOR DE GLOBOS

Se organizó una gran fiesta en el pueblo, los niños eran quienes gozaban más con aquella fiesta. Había venido de lejos un circo con payasos y equilibristas, con animales amaestrados y domadores. También se habían acercado hasta el pueblo toda clase de vendedores, que ofrecían golosinas, alimentos y juguetes. Entre todas estas personas había un vendedor de globos. Tenía globos de todos los colores y formas. Había algunos que se distinguían por su tamaño. Otros eran bonitos porque imitaban a algún animal conocido o extraño. Grandes, chicos, vistosos o raros, todos los globos eran originales y ninguno se parecía al otro. Sin embargo, eran pocas las personas que se acercaban a mirarlos, y menos aun los que pedían uno para comprar.

el vendedor soltó dos globos con los mejores colores que tenía, pero atados juntos. Con esto consiguió que una tropa de niños pequeños lo rodeara, y pidiera a gritos que su papá o su mamá le comprara un globo como aquellos que estaban subiendo y subiendo.

Un niño que observaba el espectáculo de globos, observaba los colores se le acercó al vendedor y le preguntó:

- Señor, si usted suelta ese globo negro que tiene ahí ...
- ¿Subirá tan alto como los otros globos de colores?

Entonces el vendedor entendió. Tomó un hermoso globo negro, que nadie había comprado, y desatándolo se lo entregó al pequeño, mientras le decía:

- Haz tú mismo la prueba.
- Suéltalo y verás como también tu globo sube igual que todos los demás.

Con ansiedad y esperanza, el niño soltó lo que había recibido, y su alegría fue inmensa al ver que también su globo trepaba velozmente lo mismo que habían hecho los demás globos. Se puso a bailar, a palmotear, a reírse de puro contento y felicidad.

Entonces el vendedor, mirándolo a los ojos y acariciando su cabecita rizada, le dijo con cariño:

- Mira pequeño, lo que hace subir a los globos no es la forma ni el color...
- .. sino lo que tiene adentro.



ANEXO 3

LAS CUATRO VELAS

Cuatro velas se estaban consumiendo tranquilamente. El ambiente estaba tan silencioso que se podía oír el diálogo entre ellas.

La primera dice: ¡Yo, soy la Paz! A pesar de mi luz, las personas no consiguen mantenerme encendida. Y disminuyendo su llama, se apagó totalmente.

La segunda dice: ¡Yo me llamo Fe! Infelizmente soy superflua para las personas. Porque ellas no quieren saber de Dios, por eso no tiene sentido continuar quemándome. Al terminar sus palabras, un viento se abatió sobre ella, y ésta se apagó.

En voz baja y triste la tercera vela se manifestó: ¡Yo soy el Amor! No tengo más fuerzas que quemar. Las personas me dejan de lado porque solo consiguen manifestarme para ellas mismas; se olvidan hasta de aquellas que están a su alrededor... Y también se apagó.

De repente entró una niña y vio las tres velas apagadas. Y dijo: ¿Qué es esto? Ustedes deben estar encendidas y consumirse hasta el final. **Entonces, la cuarta vela, habló:** No tengas miedo niño, ¡en cuanto yo esté encendida, podemos encender las otras velas! Entonces la niña tomó la vela de la ESPERANZA y encendió las que estaban apagadas.



A photograph showing the silhouettes of several people jumping joyfully on a beach at sunset. The sun is low on the horizon, creating a bright, golden glow that reflects on the water and sand. The people are in various dynamic poses, with arms and legs raised, suggesting a sense of freedom and happiness. The overall mood is celebratory and uplifting.

SESIÓN 10

ÁREA AUTOCUIDADO

Sesión X: Autocuidado

Nombre de la Jornada: Aprendiendo a Cuidarme

Tiempo: 120 Minutos

Recursos: Recortes, Vejigas, Lana, Tirro, Hula Hula, Postik, Bolsa Terapéutica.

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

Desarrollo de la Sesión:

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

Dinámica de animación: Se realizará la dinámica de animación llamada: "La papa caliente" durante la dinámica los miembros del grupo formando un círculo deberán al son de la música pasarle la papa al compañero del lado, al parar la música la persona que tenga la papa deberá realizar la dinámica que el papel indica.

Revisión de tarea: Uno de los facilitadores preguntara: ¿Quiénes realizaron la tarea de la semana? Al recolectar las tareas de cada participante se pedirá opiniones sobre la misma: ¿Qué fue lo que más se le dificultó de la tarea?, ¿Qué le gustó o agradó de la tarea? ¿Qué reflexión puede hacer de la tarea? Con estas preguntas se facilitará la evaluación sobre la comprensión de la tarea, de ser necesario se reforzará. También se realizará una breve reflexión sobre la lectura de la semana.

Trabajo en contacto y reflexión: Para realizar el trabajo en contacto en esta sesión se trabajará las cinco áreas del autocuidado aseo personal, dieta, estado de salud, acondicionamiento físico, ocio y recreación realizándose diferentes actividades para cada área.

Para el área de aseo personal se dividirá el grupo en dos sub grupos y se les brindará una lista que contiene diez utensilios relacionados al aseo personal los cuales están escondidos en todo el lugar y deberán encontrarlos, para ello cuentan con un tiempo de cinco minutos, al finalizar el tiempo el grupo que tenga menos utensilios encontrados deberá explicar al pleno la importancia y utilización de cada uno de ellos. (Ver anexo 1)

Para el área relacionada a la dieta se les pedirá a todos los miembros del grupo que formen una fila horizontalmente frente al facilitador el cual les leerá ciertas costumbres erróneas relacionadas a los hábitos alimenticios, si la persona cumple con las costumbres deberá avanzar los pasos que el facilitador indique, al finalizar se realizara una breve reflexión sobre los adecuados hábitos alimenticios. (Ver anexo 2)

En el área de estado de salud para comprobar el conocimiento y las medidas que los miembros del grupo poseen en relación al cuidado de la salud física por medio de un juego de trivia en el cual se realizara preguntas a cada participante cuando la persona conteste correctamente deberá pasar la vejiga a la persona que esté a su lado antes de que explote. (Ver anexo 3)

Para trabajar el área de acondicionamiento físico uno de los facilitadores dirigirá una serie de ejercicios de estiramiento y se realizará un ejercicio utilizando Hula Hula (Ver anexo 4)

Con relación al área de ocio y recreación se realizará la técnica llamada "Los Abrazos" el cual uno de los facilitadores dirigirá y brindará las indicaciones a los participantes. Después de finalizada la dinámica se le pedirá a cada uno que brinde a la persona que tiene a la par una actividad recreativa la cual se debe de comprometer a cumplir. (Ver anexo 5)

Se brindará un breve descanso a los participantes para después poder continuar con el cierre del programa.

Cierre de programa: Se realizará una retroalimentación de cada una de las sesiones realizadas a lo largo del programa, para esto el facilitador pedirá a los miembros que comenten que se realizó en cada una de las sesiones, reforzando y ampliando las opiniones de los participantes.

Para conocer la evaluación de cada participante utilizando la pizarra se escribirán unas frases en ella en la que los participantes deberán completar cada una de ellas con unos pequeños papeles de colores que les serán entregados. Luego se comentarán algunos de ellos y se dejará que los participantes opinen sobre los mismos. Las frases que deberán ser completadas son:

- En este grupo aprendí:
- Me sorprendí por:
- No me gustó:
- Me gustó:
- Me gustaría saber más acerca de:
- Ya sabía:
- Una pregunta que todavía tengo es:

Tras haber comentado que les pareció el programa se procederá a entregarles a los participantes una pequeña bolsa de papel con insumos relacionados a lo que se realizó a lo largo de todo el proceso para evitar las recaídas nuevamente, asimismo se retomarán los principios de la resiliencia para que este obsequio para ellos pueda ser aprovechado totalmente. (Ver anexo 6)

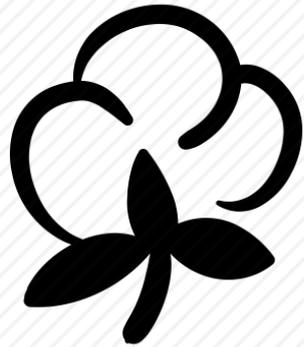
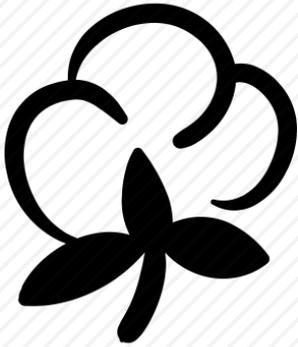
Despedida: Se brindará unas palabras de despedida y agradecimiento de parte de los facilitadores, después se compartirá un refrigerio para dar por finalizado el grupo.

ANEXOS

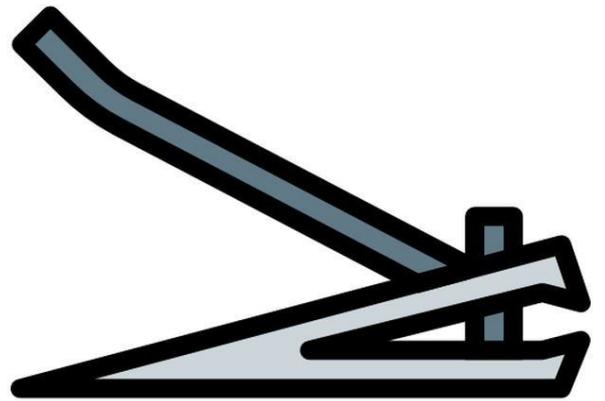
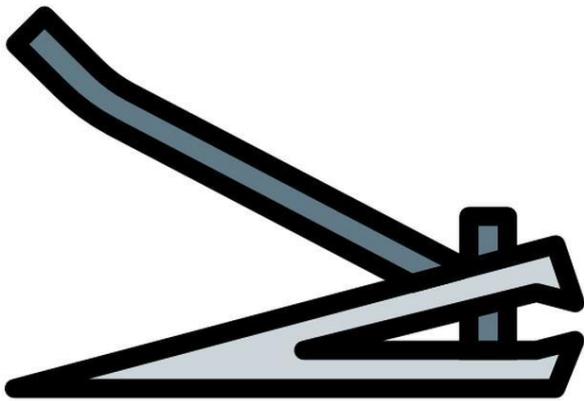
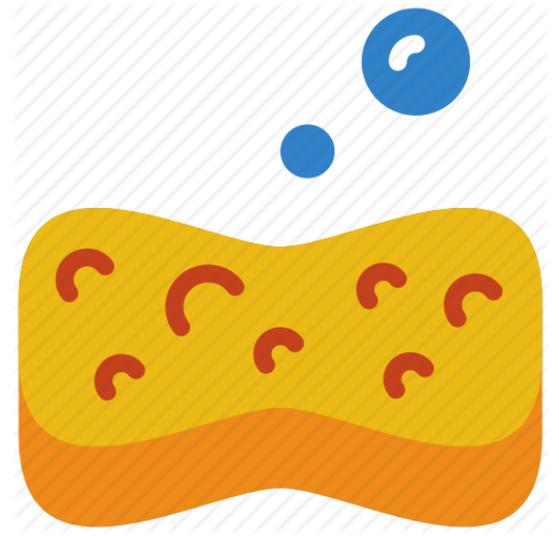
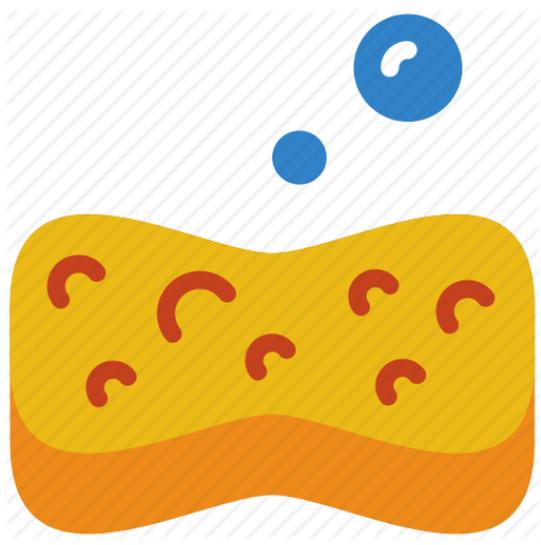
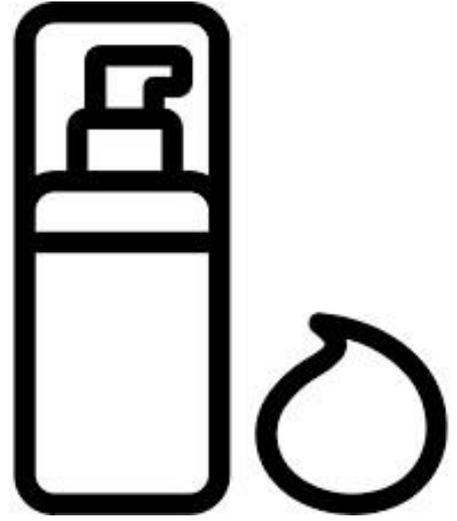
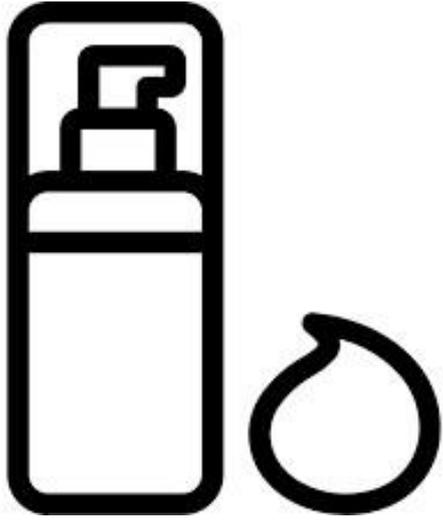
ANEXO 1

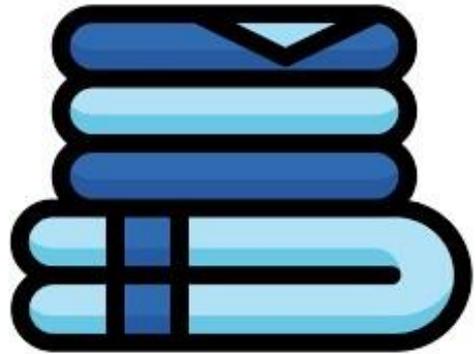
LISTADO DE ARTICULOS DE HIGIENE PERSONAL

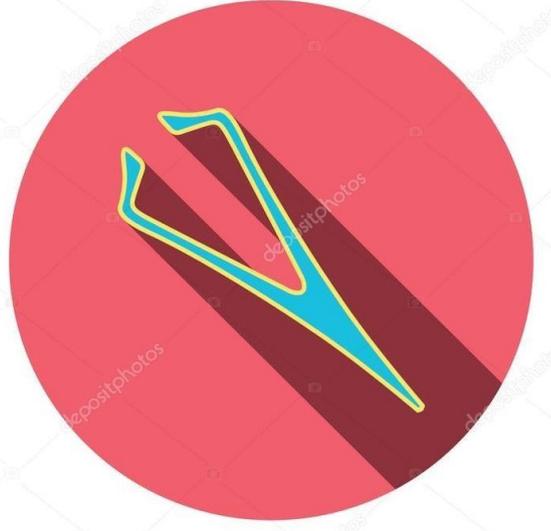
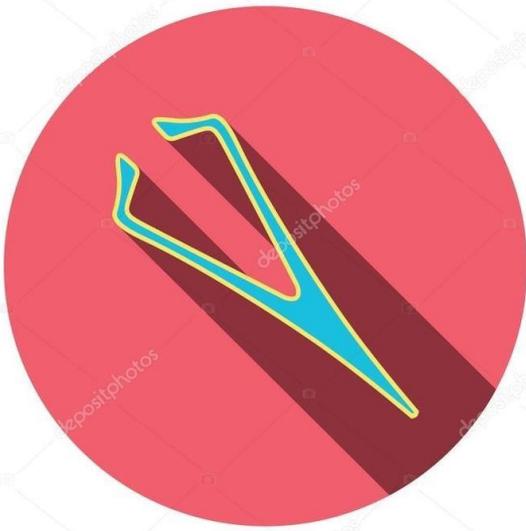
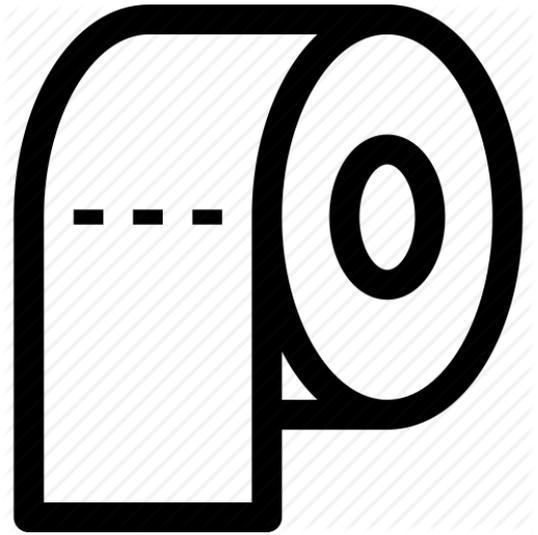
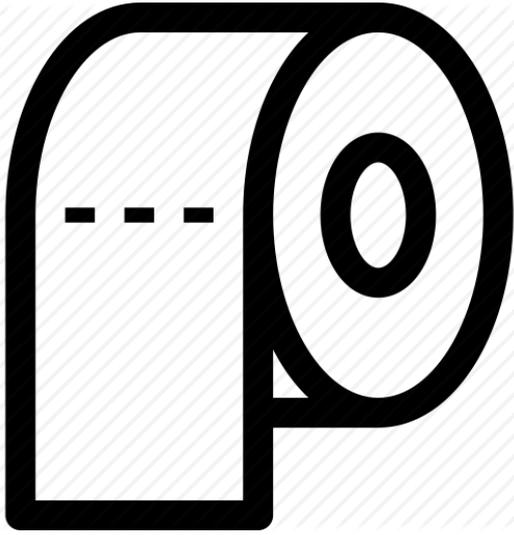
1. Loción hidratante
2. Algodón
3. Cepillo de dientes
4. Cepillo para cabello
5. Shampoo
6. Perfume
7. Crema de afeitar
8. Esponja
9. Cortauñas
10. Rasuradora
11. Papel higiénico
12. Pasta de dientes
13. Pinzas
14. Toallas











ÁREA DIETA

Da un paso al frente sí...

- Has comido pupusas más de tres veces en esta semana
- Prefieres comer pan en lugar de tortilla
- Le pones chile a las comidas
- Comes golosinas con frecuencia
- No comes los tres tiempos de comida
- Bebes coca cola
- Cenas carnes rojas
- Comes pastas con frecuencia
- Bebes alcohol con frecuencia
- Bebes café más de 3 veces al día
- Comes meriendas todos los días
- Comes hasta “reventar”
- Rara vez bebes agua

ÁREA SALUD

TRIVIA DE ÁREA DE SALUD

1. ¿Cuál es el órgano encargado de bombear la sangre?
2. ¿Cuál es el musculo más fuerte del cuerpo?
3. ¿Cuál es el hueso más largo del cuerpo?
4. Enfermedad que se contrae al tener relaciones sexuales sin protección
5. ¿Cuántos litros de sangre tiene el cuerpo humano?
6. ¿Cuántos huesos tiene el cuerpo humano?
7. Cantidad de dientes que tiene una persona adulta 8. ¿Cuántos días dura aproximadamente la menstruación?
9. ¿Cuántos son los meses de gestación?
10. ¿Cada cuánto se debe asistir a consulta general?
11. ¿Cuántas veces hay que cepillarse los dientes en el día?
12. ¿Cuándo nos sentimos mal de los dientes asistimos donde cual profesional?
13. ¿Cuántos litros de agua hay que beber a diario?
14. ¿Tres frutas que contengan vitamina C?
15. ¿Mojarse con las lluvias qué malestar causa?
16. ¿Qué puede generar comer alimentos grasosos?

ÁREA ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

EJERCICIO 1

Sentado cómodamente, con la espalda bien erguida, gira tu cabeza de izquierda a derecha y luego hacia el frente y hacia atrás. Luego, inclina tu cabeza hasta toca con el oído el hombro izquierdo y haz lo mismo hacia el lado derecho. Repite el movimiento diez veces para cada lado.

EJERCICIO 2

Continúa sentad@, lleva tu atención hacia los hombros y relájalos. Sube y baja los hombros lentamente, repitiendo el movimiento suave 15 veces. Luego muévelos para atrás, como sacando pecho y hacia delante, unas 10 veces cada movimiento.

EJERCICIO 3

Parado, con la espalda bien derecha, levanta la pierna izquierda y manténla unos segundos en esa posición. Realiza el mismo movimiento con la pierna derecha, por 10 veces.

EJERCICIO 4

Parados con los brazos extendidos, tocan con mano derecha oreja izquierda y viceversa.

EJERCICIO 5 (PALMERA)

- Las manos en alto se estiran hacia atrás (en 4 tiempos). Inspiración
- Se retiene el aire (en 2 tiempos). Retención
- Se balancea hacia adelante (en 4 tiempos). Expiración
- Se realizará una dinámica utilizando dos hula hula, en el cual se pedirá a los participantes que formen un círculo y agarrados de las manos sin soltarse los hula hula debe de rotar por cada integrante del círculo. Se entrega un hula hula a cada lado del círculo.

ANEXO 5

ÁREA OCIO Y RECREACIÓN

TÉCNICA: "LOS ABRAZOS"

Forma de aplicación: Para empezar, se deben de formar parejas, luego se les explicará a los participantes que existen muchos tipos de abrazos, entre ellos:

- Abrazo de oso:** Se abraza fuertemente con ambos brazos a la pareja.
- Abrazo de ganso:** Debido a que los gansos no tienen brazos para dar abrazos, ellos juntan sus cuellos, por lo que nosotros para dar este abrazo colocaremos los brazos atrás de las manos y colocaremos nuestra barbilla en el hombro de nuestra/o compañera/o.
- Abrazo de mariposa:** Colocamos las manos en la espalda de nuestro/a compañero/a y damos un suave masaje de arriba y abajo.
- Auto abrazo:** Nos brindamos un fuerte abrazo nosotros mismos.
- Abrazo de hermano:** Nos colocamos a la par de nuestro compañero/a y apoyamos nuestro brazo en su hombro.

Se ponen en práctica los distintos tipos de abrazo, puede ser de manera rápida o de forma duradera, al mencionar el abrazo de hermano, las personas deberán buscar una nueva pareja en el menor tiempo posible y así sucesivamente se irán poniendo en práctica nuevamente los tipos de abrazo. Es recomendable utilizar esta técnica luego de que en la sesión haya habido momentos de ventilación emocional bastante fuertes. La técnica sirve para disminuir los niveles de tensión en los participantes y se hace la reflexión a que los abrazos tienen una gran utilidad para cuando nos sentimos rebasados por cualquier situación en nuestras vidas y que no debe de restársele la importancia al contacto físico con las personas allegadas a nosotros.

ANEXO 6

BOLSA TERAPÉUTICA

Materiales: Bolsas de papel, borrador, clip, figura de una Vaca, figura de una oreja, hule o elástico, espejo y una carta dirigida a la persona. (Si se desea pueden ser imágenes impresas de los objetos)

Forma de aplicación: Se les entrega a las personas en el cierre del programa su bolsa terapéutica, en su interior contiene los objetos mencionados y en la carta aparte de palabras dirigidas de forma personal al o la participante las instrucciones de lo que significa cada objeto:

- Una goma (borrador) para borrar todos esos pensamientos que experimentó o pueda experimentar.
- Una vela: para recordarle siempre repartir su luz, conocimiento y sabiduría a los demás.
- Una Banda Elástica: para recordarle cada vez ser más flexible ante todo lo que pueda surgir en el camino.
- Un clip: para acordarle siempre ser un instrumento de unión en su familia, trabajo y amistades.
- Una figura de vaca: Para recordarle siempre sacar el máximo provecho de todo lo que la vida le ofrece.
- Una figura de oreja: Para recordarle que el saber escuchar a los demás es muy importante.
- Un espejo: Para que siempre recuerde que el ser más importante es usted

BOLSA TERAPEUTICA





En esta bolsita usted encontrara unos regalitos que con nosotros hemos preparado para usted!

Una goma (borrador) para borrar todos esos dolores que le pueda experimentar.

Una vela: para recordarle siempre repartir su luz, con sabiduria a los demas.

Una banda Elastica: para recordarle cada vez ser mas fuerte todo lo que pueda surgir en el camino.

Un clip: para acordarle siempre ser un instrumento de union familia, trabajo y amistades.

Una figura de vica: Para recordarle siempre sacar provecho de todo lo que la vida le ofrece.

Una figura de oreja: Para recordarle que el saber de los demas es muy importante.

Un espejo: Porque el ser mas importante es usted.

Rosibel agradecerle todo el apoyo que nos brinda su asistencia y compromiso con el grupo, gracias por el fin de su asistencia.

Con mucho amor,
Cristina...



ANEXOS



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

**GUIA DE ENTREVISTA SEMI-ESTRUCTURADA DIRIGIDA A
PROFESIONALES**

TEMA: “Propuesta y aplicación de un programa psicoterapéutico a víctimas secundarias de desapariciones por violencia social”.

OBJETIVO: Indagar información de rigor sobre el fenómeno de las desapariciones por violencia social en nuestro país, así como sus causas y efectos, con el fin de obtener una opinión profesional que permita una ampliación de los conocimientos en relación al tema.

INDICACIONES: Responda las siguientes interrogantes que se le plantean a continuación, puesto que su aporte resultará valioso para la sustentación de la presente investigación y permitirá construir un diagnóstico certero.

I. Datos generales

Nombre: _____ Fecha: _____

Profesión: _____ Institución: _____

Experiencia trabajando con víctimas secundarias de desapariciones por violencia social:

¿La institución en la que usted labora trabaja con víctimas secundarias de desapariciones por _____ violencia _____ social?

De haber respondido sí, ¿cuál es el trabajo que hacen con víctimas secundarias de desapariciones por violencia social?

II. Datos específicos

1. ¿Usted ha recibido formación para trabajar con víctimas secundarias de desapariciones por violencia social?

2. ¿Qué factores considera que inciden para que una persona sea desaparecida?

3. ¿Podría decirnos con qué frecuencia se atienden a víctimas secundarias de desapariciones por violencia social en la institución?

4. ¿Considera usted que el estado reconoce el fenómeno de las desapariciones por violencia social?

5. ¿A su juicio cuáles son los signos y síntomas psicológicos que experimentan las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social?

6. ¿Cuál es la diferencia en la afectación psicosocial de las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social en:

Padres:

Adolescentes:

Niños/as:

7. ¿Qué acciones realiza en la práctica para aliviar el sufrimiento de las desapariciones por violencia social a corto, mediano y largo plazo?

8. ¿Cómo puede el/la psicólogo/a ayudar a las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social? ¿Qué temas o áreas psicológicas considera prioritarias abordar con las víctimas?

9. De los programas o iniciativas en pro de las víctimas, ¿para usted cuál es el mejor?

10. ¿Cuáles son las dificultades que ha enfrentado al trabajar con víctimas secundarias desapariciones por violencia social?

Otros:



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

**ENTREVISTA DIRIGIDA A VÍCTIMAS SECUNDARIAS DE
DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL**

TEMA: “Propuesta y aplicación de un programa psicoterapéutico a víctimas secundarias de desapariciones por violencia social”.

OBJETIVO: conocer la experiencia de las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social e identificar las principales necesidades psicosociales para definir un diagnóstico certero y preciso de la dificultad.

INDICACIONES: A continuación, se describen diferentes situaciones sobre la experiencia vivida a raíz de la desaparición de su familiar, por favor conteste o subraye con la mayor sinceridad posible a todas las situaciones, recuerde que sus respuestas no son catalogadas como buenas o malas, solamente se quiere evaluar el impacto que usted y otras personas cercanas han tenido por dicho suceso.

I. Datos generales

Nombre: _____ Edad: _____

Sexo: M () F ()

Municipio de procedencia: _____ Zona urbana () Zona rural ()

¿Cuántas personas conforman su grupo familiar? _____

II. Características de la desaparición por violencia social

1. ¿Quién o quiénes son las personas de su grupo familiar que se encuentran desaparecidas?

2. ¿Hace cuánto sucedió el hecho?

- a) Menos de un mes b) de 1 a 3 meses c) de 4 a 6 meses d) de 7 meses a 1 año
e) Más de un año

3. ¿Usted o alguien de su familia han sido víctimas de otro tipo de violencia?

a) Si b) No Especifique el parentesco: _____

4. Si su respuesta fue “sí” al ítem anterior, especifique el tipo de violencia:

- a) Amenaza b) Tentativa de homicidio c) Homicidio de un familiar d) Lesiones
e) Extorsión f) Abuso de autoridad estatal g) Otros: _____

5. La violencia fue perpetrada por:

- a) Pandillas Especifique: _____ b) Policía Nacional Civil (PNC) c) Fuerza Armada de El Salvador (FAES)

6. A raíz de la desaparición de su familiar, ¿Ha cambiado de domicilio?

a) Si b) No

7. ¿A qué personas de su grupo familiar considera que les ha afectado más el suceso?

8. ¿Ha acudido a otras instituciones en busca de ayuda?

a) Policía Nacional Civil (PNC) b) Procuraduría General de la Republica (PGR)

c) Fiscalía General de la Republica (FGR) d) Instituto de Medicina Legal (IML)

d) Procuraduría para la Defensa de los Derechos Humanos (PDDH) e) Otra

9. ¿Está siguiendo algún proceso con alguna de estas instituciones?

a) Si b) No

III. Afectación social

Mencione que áreas de su vida se han visto afectadas debido a la desaparición de su familiar y explique brevemente cada una de ellas.

| Área | Sí | No | Explique |
|-----------|----|----|----------|
| Laboral | | | |
| Familiar | | | |
| Económica | | | |
| Académica | | | |
| Otra | | | |

¿Gusta agregar algo más?

Observaciones

| Aspecto | Conducta | Respuesta emocional |
|---------|----------|---------------------|
| | | |



ANEXO C
CUESTIONARIO DE SINTOMAS DE HOPKINS
HOPKINS SYMPTOM CHECK LIST 25

N° _____

Nombre: _____ **Fecha:** _____ **Estado civil:** _____

Instrucciones: La lista muestra síntomas o problemas que las personas pueden tener. Lea cada uno atentamente y señale si estos lo han molestado o angustiado durante la última semana y cuánto. Incluya los síntomas de hoy, coloque una señal en la columna correspondiente.

| SÍNTOMAS DE ANSIEDAD | Nada | Un poco | Bastante | Mucho |
|--|------|---------|----------|-------|
| 1. Se asusta súbitamente sin motivo | | | | |
| 2. Siente que tiene miedo | | | | |
| 3. Se desmaya, se marea o se siente débil | | | | |
| 4. Siente nerviosismo o inquietud en su interior | | | | |
| 5. Su corazón late aceleradamente o más rápido de lo usual | | | | |
| 6. Temblor | | | | |
| 7. Se siente tenso o atrapado | | | | |
| 8. Dolores de cabeza | | | | |
| 9. Periodos de terror o pánico | | | | |
| 10. Siente inquietud o que no puede estar tranquilo | | | | |
| SÍNTOMAS DE DEPRESIÓN | | | | |
| 11. Siente falta de fuerzas, lentitud | | | | |
| 12. Tiene sentimiento de culpa persistente, remordimientos | | | | |
| 13. Llorar fácilmente | | | | |
| 14. Ha perdido el interés sexual o placer | | | | |
| 15. Falta de apetito | | | | |
| 16. Dificultad para dormir o continuar dormido | | | | |
| 17. Se siente desesperanzado sobre el futuro | | | | |
| 18. Se siente triste | | | | |
| 19. Se siente solo(a) | | | | |
| 20. Ha pensado acabar con su vida | | | | |
| 21. Se siente atrapado o aprisionado | | | | |
| 22. Se preocupa excesivamente por las cosas | | | | |
| 23. Siente falta de interés por las cosas | | | | |
| 24. Siente que todo requiere demasiado esfuerzo | | | | |
| 25. Se siente inútil | | | | |

PUNTUACIÓN

Las respuestas son sumadas y divididas por el número de preguntas respondidas para generar tres puntuaciones:

$$\text{ANSIEDAD} = \frac{\text{Preguntas 1-10}}{10} \longrightarrow \boxed{}$$

$$\text{DEPRESIÓN} = \frac{\text{Preguntas 11-25}}{15} \longrightarrow \boxed{}$$

$$\text{TOTAL} = \frac{\text{Preguntas 1-25}}{25} \longrightarrow \boxed{}$$

Las personas con puntuaciones de ansiedad y/o depresión con un total que ≥ 1.75 son consideradas sintomáticas. Ver el manual para obtener más información.



ANEXO D
CUESTIONARIO PARA TRAUMA DE HARVARD
HARVARD TRAUMA QUESTIONNAIRE

N° _____

Nombre: _____ **Fecha:** _____ **Estado civil:** _____

Instrucciones: La lista muestra síntomas o problemas que las personas pueden tener después de experimentar eventos dañinos o terribles. Por favor, lea cada síntoma atentamente e indique cuanto le han afectado durante la semana pasada.

| | Nunca | Un poco | Bastante | Mucho |
|--|-------|---------|----------|-------|
| 1. Pensamientos o recuerdos recurrentes de los eventos más terribles y dañinos | | | | |
| 2. Siento que el evento está ocurriendo de nuevo | | | | |
| 3. Pesadillas recurrentes | | | | |
| 4. Sentimiento de indiferencia o distanciamiento de los demás | | | | |
| 5. Incapacidad de sentir emociones | | | | |
| 6. Se siente nervioso, aprehensivo o asustadizo y se sobresalta fácilmente | | | | |
| 7. Dificultad de concentración | | | | |
| 8. Problemas de sueño | | | | |
| 9. Se siente en estado de alerta constante | | | | |
| 10. Se siente irritable o tiene ataques de ira | | | | |
| 11. Evita actividades que le recuerdan el evento dañino o traumático | | | | |
| 12. Incapacidad para recordar partes de los eventos más dañinos o traumáticos | | | | |
| 13. Ha perdido el interés en las actividades diarias | | | | |
| 14. Siente que ya no tiene futuro | | | | |
| 15. Evita pensamientos o sentimientos asociados a los eventos dañinos o traumáticos | | | | |
| 16. Tiene reacciones físicas o emocionales súbitas cuando recuerda los eventos más dañinos y traumáticos | | | | |
| 17. Siente que tiene menos habilidades que antes | | | | |
| 18. Tiene dificultades para afrontar nuevas situaciones | | | | |
| 19. Se siente agotado | | | | |
| 20. Dolores en el cuerpo | | | | |
| 21. Preocupado por problemas físicos | | | | |
| 22. Poca memoria | | | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| 23. Se ha dado cuenta o le han dicho que ha hecho alguna cosa que no recuerda | | | | |
| 24. Dificultad para prestar atención | | | | |
| 25. Se siente como si estuviera dividido en dos personas y una estuviera mirando lo que hace la otra | | | | |
| 26. Se siente incapaz de planear sus días | | | | |
| 27. Sentimiento de culpa y remordimientos por las cosas que han sucedido | | | | |
| 28. Sentimiento de culpa por haber sobrevivido | | | | |
| 29. Falta de esperanza | | | | |
| 30. Siente vergüenza por el suceso dañino o traumático que le ha ocurrido | | | | |
| 31. Siente que la gente no entiende lo que le ha ocurrido | | | | |
| 32. Siente que otros son hostiles con usted | | | | |
| 33. Siente que usted no tiene en quien confiar | | | | |
| 34. Siente que alguien de su confianza lo ha traicionado | | | | |
| 35. Sentimiento de humillación por su experiencia | | | | |
| 36. Sentimiento de desconfianza en otros | | | | |
| 37. Siente impotencia para ayudar a otros | | | | |
| 38. Siente que pierde el tiempo pensando por qué estos sucesos le ocurrieron a usted | | | | |
| 39. Siente que usted es el único que sufrió estos sucesos | | | | |
| 40. Siente que quiere vengarse | | | | |

PUNTUACIÓN

1. Asigne los siguientes números a cada pregunta respondida.

1 = Nunca

2 = Un poco

3 = Bastante

4 = Mucho

2. Sume las puntuaciones y divida por el número total de ítems respondidos.

$$\text{Puntuación DSM-IV} = \frac{\text{ITEMS 1-16}}{16}$$

$$\text{Puntuación TOTAL} = \frac{\text{ITEMS 1-40}}{40}$$

Las personas con puntuaciones en DSM-IV y/o total > 2.5 son consideradas sintomáticas de trastorno por estrés post-traumático (TEPT). Vea el manual para obtener más información.

ANEXO D

VACIADO DE ENTREVISTAS A PROFESIONALES CON EXPERIENCIA EN LA TEMÁTICA DE VÍCTIMAS SECUNDARIAS DE DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL

| ENTREVISTAS A PSICOLOGOS/AS Y OTROS PROFESIONALES ESPECIALISTAS EN LA TEMÁTICA. | |
|---|--|
| ENTREVISTA 1 | ENTREVISTA 2 |
| DATOS GENERALES | |
| <p>Nombre: Licda Fabiola Alas Fecha: 12/02/19 Cargo: Psicóloga Institución: Cruz Roja Salvadoreña, Delegación Española Experiencia en el trabajo con víctimas: 9 años.</p> | <p>Nombre: Lic. Josué Miranda Fecha: 12/02/19 Cargo: Psicólogo Institución: Cruz Roja Salvadoreña, Delegación Española Experiencia en el trabajo con víctimas: 3 años.</p> |
| DATOS ESPECIFICOS | |
| 1. Formación académica y experiencial para el trabajo con víctimas | |
| <p>Mi formación es mi carrera con la Maestría en derechos humanos y educación para la paz, Formaciones con CICR específicamente en atención a este tipo de población, un convivio con cruces rojas de México, Colombia que tienen experiencia con este tipo de población que el contexto es similar, México con sus avances legislativos, protocolos de atención entre otros aportes.</p> | <p>He tomado diplomados y cursos intensivos de Primeros Auxilios Psicológicos proporcionados por Cruz Roja Salvadoreña y actualmente estoy estudiando la maestría en Derechos Humanos y Educación para la Paz. De igual manera he trabajé en un proyecto regional del Sistema Integral de Centroamérica (SICA) llamado PREJUVE junto al PNUD que constaba de tres ejes de trabajo con víctimas de violencia social; atención individual, familiar y talleres grupales de habilidades para la vida y empleabilidad.</p> |
| 2. Factores que inciden en la desaparición de una persona | |
| <p>La gran mayoría de perpetradores son pandillas, los factores pueden ser causar sufrimiento a las víctimas ampliadas por medio de la desaparición de su familiar, otros factores pueden ser vendettas hacia la familia, en su mayoría son personas que las obligaron a colaborar con estos grupos y se negaron, personas que viven en colonias de bajos extractos económicos, zonas rurales cercanas a las fincas, zonas urbanas como Soyapango, Ciudad Delgado. Y hay casos en los que han</p> | <p>Los factores no están del todo claros y es que cualquier persona puede en la actualidad ser víctima de este hecho. No existen características demográficas y geográficas que aseguren ese suceso, sin embargo, existen sectores poblacionales que pueden tener más riesgo debido a la falta de accesos a servicios básicos y por ende existe una enorme calidad de desprotección. La violencia social puede impactar a cualquiera en nuestro contexto.</p> |

| | |
|--|--|
| <p>sido parejas de miembros de pandillas y por temas de machismo y propiedad las terminan desapareciendo. Claro no siempre las personas tienen alguna vinculación con los grupos delincuenciales.</p> | |
| <p>3. Frecuencia en la atención a Víctimas Secundarias de Desapariciones por Violencia Social (VSDVS)</p> | |
| <p>Según nuestros conocimientos, se acumulan alrededor de 21,000 desapariciones, se reciben entre 4 a 5 casos nuevos semanales. Pero no todos llevan un proceso debido a cuestiones demográficas las personas vienen a recepción de emergencia de departamentos como Chalatenango, La libertad.</p> | <p>La frecuencia de atención a este sector poblacional es alto. No manejo una cifra exacta de las atenciones que se han recibido en el tiempo que tengo de laborar en la institución debido a que todavía no se encuentra consolidada la base de datos, no obstante yo habré recibido bastantes casos de esta naturaleza.</p> |
| <p>4. El estado reconoce a las VSDVS</p> | |
| <p>El estado reconoce en la constitución el delito de desaparición forzada, pero la sentencia está concentrada al estado, es un delito de lesa humanidad. Pero no hay procesamiento legal para este tipo de delito y sus perpetradores. Hay protocolos de atención en Fiscalía e IML los cuales teóricamente son buenos, pero ya en la práctica las familias no reciben los pasos que dicen los protocolos de atención. Hay protocolos de desaparición de niños, hay protocolos a nivel victimológico pero no de atención psicológica.</p> | <p>Se habla de los homicidios y otro tipo de delitos, la desaparición forzada es abordada como fenómeno poco o nada. Y si no se habla o reconoce como un problema es difícil hablar de la atención y los mecanismos a activar en este tipo de casos, aunque ha habido avances mínimos que se han dado desde instituciones gubernamentales como la Dirección de Atención a Víctimas del Viceministerio de Justicia y Seguridad Pública en el marco del Plan El Salvador Seguro y sus cinco ejes para trabajar la violencia, sin embargo todavía hay mucho por trabajar y profundizar.</p> |
| <p>5. Signos y síntomas psicológicos de las VSDVS</p> | |
| <p>Todos los cuadros ansiosos y depresivos, estrés pos trauma no pueden dormir, hipervigilantes, evocación constante de la persona desaparecida, creen ver a su familiar o escucharlo, su vida se detiene y todos sus esfuerzos son guiados a la búsqueda, la culpabilidad, duelo congelado, tristeza, es una tortura mental la que viven porque piensan sufrió mucho durante la muerte y los pensamientos los atacan.</p> | <p>Para empezar la negación del hecho y la somatización, he atendido casos donde el componente emocional detona complicaciones de salud bastante graves como derrames u otras afectaciones neurológicas. Aparte de la constante sensación de inseguridad que atraviesan y el constante temor a recibir nuevamente repercusiones de algún tipo además de que el foco de la afectación se amplía y no sólo se ven afectadas las madres como es lo común en estos casos sino que todo el grupo familiar se desajusta.</p> |
| <p>6. Diferencia en la afectación psicológica de la desaparición forzada en: padres, adolescentes y niños.</p> | |

| | |
|---|---|
| <p>La mayoría de casos son madres, esposas quienes la afectación es más observable y grave que en los adolescentes que en la mayoría de los casos tienden a ocultar su sufrimiento, en cambio en los niños la afectación es grave, pero tienen más resiliencia que los adultos y adolescentes porque ellos expresan de mejor manera lo que sienten y media vez los adultos manejen de forma adecuada la información brindada a los niños y el apoyo que se le otorga, la recuperación es rápida.</p> | <p>Cada parte de la familia lo vive de manera diferente. En el caso de los niños se puede evidenciar a través del dibujo que la afectación también es grave y su comportamiento lo delata; se vuelven inquietos, desafiantes, etc. Mientras que los adolescentes suelen reprimir lo que sienten y no ventilan lo que pueden estar atravesando y eso hace más complicado el brindar la atención.</p> |
| <p>7. Acciones para aliviar el sufrimiento de las VSDVS</p> | |
| <p>Al principio fue desafiante porque no había una guía que nos dijera como aliviar el sufrimiento de este tipo de población, comencé con la catarsis, otra de las acciones es ejercicios de respiración para la relajación y los ejercicios de movimientos oculares para borrar imágenes mentales que están perturbando a la persona, estas acciones me han sido útil para atacar los síntomas, autocuidado, detención del pensamiento, expresión de sentimientos positivos y negativos en terapia familiar, técnicas cognitivas conductuales.</p> | <p>A corto plazo se busca brindar la atención inmediata buscando satisfacer las necesidades básicas (alimentación, cobijo, etc.), posteriormente se brinda un acompañamiento para que no se sientan desprotegidos y se disminuye el impacto del hecho victimizante. A largo plazo se buscan medidas de restitución de derechos y para eso es necesario articular el trabajo con otras instituciones como PDDH, FGR y demás.</p> |
| <p>8. Temas o áreas con las que se trabaja con las VSDVS</p> | |
| <p>El reconocimiento del dolor, un respeto al dolor que vive la víctimas ampliadas, hablarles y que conozcan sus derechos como víctimas, El tema del autocuidado, frases para desmontar la culpa y trabajar las ideas y pensamientos irracionales.</p> | <p>Trabajar las áreas de la sensibilidad humana y la empatía, que conozcan lo que están viviendo para partir el proceso de atención.</p> |
| <p>9. Programas o iniciativas en pro de las VSDVS</p> | |
| <p>En la parte psicosocial a nivel de país no veo avances en cuanto al trabajo con las VSDF. Es más, a los profesionales de la Psicología les da miedo trabajar con este tipo de población.</p> | <p>No sabría decir un programa específico pero existen organizaciones de la sociedad civil como SPASS o COFAMIDE que trabajan directamente con las víctimas secundarias, a diferencia de que la última trabaja con personas desaparecidas en la ruta del migrante, sin embargo lo considero efectivo y práctico.</p> |
| <p>10. Dificultades de trabajar con VSDVS</p> | |

| | |
|---|--|
| <p>El poco conocimiento sistematizado, científico, riguroso de que hacer, ciertos protocolos, la falta de herramientas que sean contextualizadas a la realidad Salvadoreña y el tipo de violencia que hay en el país. Las percepciones de los profesionales hacia este tipo de víctimas. La desmitificación del rol de psicólogo, incluso el trabajo del psiquiatra debería de modificarse, la reinserción de la víctima que la sociedad trate a la víctima con respeto, con empatía y así la reinserción a la sociedad sería más fácil. La necesidad de abordaje implica un abordaje institucional multidisciplinario.</p> | <p>La burocracia al articular con otras instituciones, a parte de la inexistencia de unidades especializadas para trabajar con estas poblaciones en específico y esto entorpece los procesos. Asimismo, el que las atenciones se lleven solamente en las instituciones del área metropolitana y que las víctimas tengan que desplazarse constituye factores de riesgo que puede afectarlos en cualquier momento, el factor de la accesibilidad a las atenciones y procesos es crucial.</p> |
| ENTREVISTA 3 | ENTREVISTA 4 |
| DATOS GENERALES | |
| <p>Nombre: Ing. Israel Ticas Chicas Fecha:15/02/19 Cargo: Criminalista Institución: Fiscalía General de la República Experiencia en el trabajo con víctimas: 15 años.</p> | <p>Nombre: Licda Jaqueline Grande Erazo Fecha:19/02/19 Cargo: Psicóloga Institución: Cruz Roja Salvadoreña, Delegación Española Experiencia en el trabajo con víctimas: 4 años.</p> |
| DATOS ESPECIFICOS | |
| 1. Formación académica y experiencial para el trabajo con víctimas | |
| <p>Mi formación ha sido meramente el trabajo experiencial con las víctimas, mi universidad ha sido las escenas de crimen, escuchar a las madres y padres contar sus historias relacionadas a las situaciones de la desaparición de sus familiares. He creado mis propios métodos y técnicas de reingeniería para procesar escenas de crimen que me han dado resultado.</p> | <p>No he recibido formación especializada para trabajar con esa población, sin embargo he adaptado algunos de mis conocimientos con el trabajo para con ellas. En la maestría de Derechos Humanos y Educación para la Paz con frecuencia hablamos sobre los derechos de las víctimas y esto me sirve para establecer los tipos de atención necesarios según el caso.</p> |
| 2. Factores que inciden en la desaparición de una persona | |
| <p>Hay muchísimos factores para que una persona sea desaparecida, el primero de ellos es que la persona viva en lugares peligrosos, segundo; tener familiares de los cuerpos de seguridad o vínculos con grupos pandilleriles, tercero; ignorar de la manera en cómo están divididos los distintos lugares entre los grupos pandilleriles, cuarto; el machismo que lleva a los jóvenes a discutir con cualquiera y que la otra persona esté</p> | <p>Considero que es algo muy incierto, aunque algo que se aprecia muy seguido es que las personas desaparecidas hayan tenido vínculos de alguna manera con pandillas, aunque también existen muchas víctimas al azar, es decir que por cualquier razón pudo ser desaparecida sin ningún factor en específico.</p> |

| | |
|--|---|
| <p>involucrada con estos grupos, quinto; el ser parte de una pandilla y “saber demasiado”, sexto; romper algún código de la pandilla, entre otros.</p> | |
| <p>3. Frecuencia en la atención a VSDVS</p> | |
| <p>Depende porque a mí me cambian de oficina regularmente entonces la gente pierde ese contacto, aunque debo decir que en ese entonces era común recibir unas 3 o 4 personas por semana. Por redes sociales todos los días las personas me piden que busque a sus familiares que están desaparecidos.</p> | <p>Semanalmente se abren mínimo un caso de este tipo, anteriormente IML refería casos así a diario hasta un momento en que se conversó con ellos sobre el exceso de trabajo que estaban asignándonos y por un momento eso menguó, sin embargo nuevamente se está retomando esa dinámica.</p> |
| <p>4. El estado reconoce a las VSDVS</p> | |
| <p>El estado no reconoce para nada el fenómeno de la desaparición, de hecho la llaman solamente “privación de libertad” e incluso le dan explicación al fenómeno desde el género de la persona que desaparece, si es mujer seguramente huyó con su pareja y si es hombre seguramente se fue del país o tiene otra familia.</p> | <p>El estado actualmente no lo reconoce y se puede reflejar en los casos que como institución acompañamos a FGR, PNC o PGR, las respuestas que brindan son bastante lacónicas, en un punto le dan a entender a la gente que es mejor no seguir preguntando debido a que no se tendrá una respuesta a parte de decirles que seguramente la persona que desapareció estaba involucrada en algo. Asimismo, la falta de apoyos e iniciativas que existen para con estas personas.</p> |
| <p>5. Signos y síntomas psicológicos de las VSDVS</p> | |
| <p>Se distorsiona toda la vida de las personas, les deja de importar su rutina porque comienza a funcionar solo para encontrar la persona que ya no está más con ellos, he conocido casos de madres que expresan no importarles nada más que la búsqueda de su familiar aún si eso tiene consecuencias considerables.</p> | <p>La mayoría presente efectos psicológicos a nivel emocional y físico, esta última debido a que a través de la emoción se suscitan estados de afectación en la salud tales como dolores de cabeza, musculares, dificultades para conciliar el sueño, etc. Casi todos desconocen esa relación, asimismo prevalece mucho la culpabilidad, los cuadros depresivos y las ideaciones suicidas por tanto.</p> |
| <p>6. Diferencia en la afectación psicológica de la desaparición forzada en: padres, adolescentes y niños.</p> | |
| <p>En el caso de los adolescentes o niños estos dejan de hacer todas sus actividades por miedo a que les suceda lo mismo, claro que no es similar a lo que atraviesa la madre ya que en ellas el dolor y el temor es mucho más intenso. Ellas no duermen, no comen y toda su vida se</p> | <p>Dependerá de la estrategia de afrontamiento de cada quien, la convivencia que se tenía con la persona desaparecida, etc. La mayoría de veces es la madre la que resulta siempre con una grave afectación, por el sentimiento de impotencia de no poder encontrar a su familiar desaparecido. En los niños se presenta el sentimiento de culpa sobre</p> |

| | |
|--|--|
| <p>detiene ante un dolor que es más profundo porque ellas han perdido algo de sus entrañas.</p> | <p>todo con ideas de que debido a que se comportó mal; su familiar no ha regresado o no se sabe dónde está, esto se ve reflejado en comportamientos de alejamiento y evitación. Con adolescentes se percibe el sentimiento de negación igual que en adultos, no aceptar lo que está sucediendo y tener la idea de que aun a pesar de las probabilidades la persona desaparecida volverá en cualquier ocasión.</p> |
| <p>7. Acciones para aliviar el sufrimiento de las VSDVS</p> | |
| <p>Yo no soy psicólogo pero cuando a través de mis redes me escriben estas madres y estas víctimas secundarias, yo trato de calmarlas y darles una pequeña atención en crisis. Además público fotografías de los desaparecidos para tener mayor alcance en la búsqueda de estos, de igual manera al desenterrar restos encuentro características y las hago públicas para las personas que buscan a sus familiares y puedan saber de esa manera si fue encontrado.</p> | <p>A corto plazo se brinda una primera ayuda que es la atención en crisis, las personas se desahogan y expresan sus deseos de ayuda. A mediano plazo es la intervención psicosocial, es decir el fortalecimiento de los distintos ámbitos de su vida junto a las medidas de protección para la persona y su familia y a largo plazo se retoma el plan de vida para poder retomar el sentido de continuidad de su vida sin dejar de lado la búsqueda de su hijo. Además de que después pueden formar parte de los “grupos de defensores” que son grupos conformados por víctimas las cuales luego de su proceso pueden asistir a otras personas en una situación similar.</p> |
| <p>8. Temas o áreas con las que se trabaja con las VSDVS</p> | |
| <p>Para mí que el trabajo de los psicólogos debería empezar en que fueran más sensibles para comprender el dolor de estas víctimas secundarias, que tuvieran mayor vocación para trabajar con este tipo de población.</p> | <p>Se necesita trabajar sobre el enfoque de derechos humanos, para efectos de orientar el qué puede hacer la víctima, dónde puede acudir en busca de apoyo en esa situación. Así como también el enfoque de victimología para no re victimizar a las personas de igual manera que el enfoque psicosocial y de salud para fortalecer de manera integral a la persona en esos aspectos que se encuentran afectados de su vida.</p> |
| <p>9. Programas o iniciativas en pro de las VSDVS</p> | |
| <p>No conozco ningún programa que trabaje con estas víctimas, y si existe la atención que les brindan es pésima.</p> | <p>No conozco un programa específico para víctima secundarias de desapariciones, a nivel nacional desconozco programas de este tipo. Iniciativas únicamente sé de la iniciativa de ante ley que se ha propuesto para velar por necesidades de personas desplazadas, víctimas</p> |

| | |
|---|--|
| | secundarias de desapariciones, pero aún no se ha visto avances en ese aspecto, se mantiene en pausa. |
| 10. Dificultades de trabajar con VSDVS | |
| Dentro de las limitantes encuentro falta de apoyo de otras instituciones, estas personas, las víctimas con las que trabajo provienen de lugares bastante conflictivos y que debido a esto el acceso a asistencia sobre todo con el gobierno es muy complicada, agregado a que no hay nadie que quiera ayudarme en mi labor, me encuentro solo. | Las dificultades que he encontrado están en el trabajo con niñez, debido a que los padres se niegan a decirles la verdad, esto es difícil debido a que se debe respetar la decisión de los padres de no compartir esa información, pero a largas tiene consecuencias y en el proceso de atención psicosocial se explica eso. Además, las enfermedades que son resultado del malestar emocional requieren atención psiquiátrica y en muchas ocasiones se encuentra resistencia por parte de las personas para buscar de esta ayuda también, agregado a la falta de redes de apoyo que sufren muchas de esas personas. |
| ENTREVISTA 5 | ENTREVISTA 6 |
| DATOS GENERALES | |
| Nombre: Lic, Oscar René Castillo Monge Fecha: 20/02/19 Cargo: Psicólogo Forense Institución: Instituto de Medicina Legal Experiencia en el trabajo con víctimas: 3 años. | Nombre: Dr. Ricardo Álvarez Zelaya Fecha: 01/03/19 Cargo: Psiquiatra Institución: Hospital Nacional Zacamil Experiencia en el trabajo con víctimas: 2 años. |
| DATOS ESPECIFICOS | |
| 1. Formación académica y experiencial para el trabajo con víctimas | |
| Una formación empírica, tratando de aprender siempre es lo primero, aprender haciendo a través del ensayo y error. Luego mi formación académica es la licenciatura en psicología, una maestría en Derechos Humanos y Educación para la Paz y actualmente estudio de manera virtual una maestría en psicología criminológica con especialización en psicología forense. Asimismo, también la educación continua con diplomados y cursos de otras instituciones educativas. | Primeramente, la especialización en psiquiatría, posteriormente al ingresar acá como coordinador de la unidad de atención recibí capacitaciones durante dos meses sobre las 12 estrategias que tiene el MINSAL del Programa El Salvador Seguro cuyas estrategias sirven para prevenir e intervenir casos de violencia. |
| 2. Factores que inciden en la desaparición de una persona | |
| Son muchos los factores, cada víctima tiene su particularidad. Depende del contexto social y político, ya en el pasado sucedían las | De los casos que se atienden acá podría decir que es que la persona que desapareció tenía alguna relación con grupos pandilleriles, |

| | |
|---|---|
| <p>desapariciones, pero por motivos políticos no delincuenciales. En la actualidad estos están relacionadas a que la víctima pueda estar relacionada o porque se tenga simpatía con grupos delincuenciales, organismos de justicia o seguridad y esto pone en riesgo la integridad de la persona.</p> | <p>independientemente de la razón, de que había colaboración, o que se involucraron sentimentalmente con un miembro de estas estructuras, etc.</p> |
| <p>3. Frecuencia en la atención a VSDVS</p> | |
| <p>Esa información puede proporcionarla el departamento de atención a víctimas, no manejo cifras sobre esa información.</p> | <p>Es una frecuencia entre baja y mediana, en una semana yo puedo atender tres casos, con esto quiero decir que no hay semana que no atienda un caso similar pero también no es algo que sea de todos los días.</p> |
| <p>4. El estado reconoce a las VSDVS</p> | |
| <p>Si no me equivoco la anterior sala de lo constitucional se pronunció haciéndole un llamado al estado a reconocer el fenómeno de las desapariciones, el año pasado a partir de la presión de la sociedad civil el estado ha reconocido parcialmente estos hechos debido a que no les conviene reconocer por las implicaciones políticas que podría tener.</p> | <p>No, las desapariciones no están tipificadas en los algoritmos de atención porque las atenciones que se dan son por lesiones físicas o emocionales directas. Por tanto, este grupo como tal no es tomado en cuenta debido a la complejidad de su conformación.</p> |
| <p>5. Signos y síntomas psicológicos de las VSDVS</p> | |
| <p>De entrada, lo más común es que presenten un trastorno relacionado con trauma o factores de estrés, pero más allá de eso podría existir toda una vivencia peculiar al experimentar la zozobra de no saber dónde se encuentra su familiar y qué es lo que ha pasado con esa persona, eso es a nivel familiar. A nivel comunitario o de sociedad se siembra el miedo en todos de que eso nos pueda suceder en cualquier momento, al igual que se desconfía de la institucionalidad del estado puesto que no se denuncia y tampoco se accede a dichas instituciones para brindar información que pueda ser de utilidad.</p> | <p>Estos signos van desde reacciones ansiosas agudas hasta intenciones suicidas, en estas situaciones va de todo. Existen inicios de episodios depresivos, trastornos de estrés postraumático e incluso yo he atendido personas que se han evolucionado en un trastorno psicótico, aunque lo más frecuente es ver los cuadros depresivos.</p> |
| <p>6. Diferencia en la afectación psicológica de la desaparición forzada en: padres, adolescentes y niños.</p> | |
| <p>No pudiera decirlo con toda propiedad debido a que no he tenido ese bagaje, conocí el caso de una madre la cual había perdido a su hija, la preocupación ataca por todos lados, el paradero de su hija, el bienestar</p> | <p>Considero que depende de quién es la persona desaparecida, cuál era la relación con esa persona y demás. Un niño aún no comprende la complejidad de la situación y por ende podría no verse afectado tan</p> |

| | |
|--|--|
| <p>de sus nietos, la desconfianza en la institucionalidad, etc. En el caso de los más jóvenes resulta en miedo convivir con los familiares de la persona que ha sido desaparecida, por el mismo temor de que suceda algo similar con ellos.</p> | <p>intensamente a diferencia de otro niño de mayor edad que podría presentar miedos y estrés. De igual forma las mujeres manifiestan con más intensidad el dolor de la pérdida que los hombres, en mi experiencia solo he atendido el caso de un hombre en esta condición.</p> |
| <p>7. Acciones para aliviar el sufrimiento de las VSDVS</p> | |
| <p>N/A</p> | <p>Si es una mujer la que sufre esta situación, existen los grupos de apoyo para mujeres. Con otras poblaciones promovemos bastante las actividades de autocuidado, les sugerimos realizar actividades potencialmente agradables y que sean acompañadas por personas cercanas a ellas, intentar en la medida de lo posible mejorar la higiene de sueño ya que con eso existe mayor funcionalidad y se hace conciencia de la toma de medicamentos al aclararles que en algún momento el medicamento será retirado. De igual manera se les enseña la identificación y gestión emocional.</p> |
| <p>8. Temas o áreas con las que se trabaja con las VSDVS</p> | |
| <p>Como psicólogos si somos miembros de una institución gubernamental o no gubernamental debemos garantizar el derecho a la verdad, nuestra labor no solo debe limitarse a hacer atención individual, talleres, capacitaciones, etc. Hay que contribuir a manejar el duelo no resuelto que presentan estos familiares debido a la incertidumbre de no saber acerca de la persona desaparecida y por muchos rituales simbólicos que se traten de hacer siempre persiste la esperanza de que la persona continua viva. De igual manera trabajar sobre el proyecto de vida alterado y replantearlo.</p> | <p>Yo pienso que estas personas deberían tener un apoyo social más consistente, es decir, ellas tienen que saber a dónde acudir en su situación. Y es necesario orientarlos para que su red de apoyo se vea fortalecida porque el problema está en que al no saber dónde ir muchas veces la gente se desgasta y es más difícil dar atención en esos términos.</p> |
| <p>9. Programas o iniciativas en pro de las VSDVS</p> | |
| <p>Entiendo que existen ONG donde se trabaja con víctimas como Cruz Roja Salvadoreña, pero en realidad desconozco programas de atención para con este tipo de población, no sabría decirles con certeza.</p> | <p>El CICR tiene una iniciativa para mejorar los mecanismos de atención para con estas víctimas secundarias, se habló un poco de brindar capacitaciones o cursos que puedan formar habilidades para abordar con sensibilidad las necesidades presentadas por estas personas.</p> |
| <p>10. Dificultades de trabajar con VSDVS</p> | |

| | |
|---|--|
| <p>En mi caso es la falta de tiempo, falta de información para el trabajo con víctimas directamente pero el mayor reto es la práctica, la poca experticia en el área ya que para nosotros no es tan frecuente el trabajo con estas víctimas, porque en los libros se encuentra algo, pero en la realidad es algo bastante diferente.</p> | <p>Primero, la falta de formación adecuada en el tema. Asimismo, acá la falta de personal es un factor determinante, nos encontramos sobresaturados en nuestra capacidad de atención debido a eso.</p> |
| <p>ENTREVISTA 7</p> | |
| <p>DATOS GENERALES</p> | |
| <p>Nombre: Licda María Dolores Pérez Fecha: 01/03/19 Cargo: Psicóloga. Institución: Hospital Nacional Zacamil Experiencia en el trabajo con víctimas: 2 años.</p> | |
| <p>DATOS ESPECIFICOS</p> | |
| <p>1. Formación académica y experiencial para el trabajo con VSDVS</p> | |
| <p>Lamentablemente carezco de una formación formal o una especialización, en la universidad jamás nos prepararon para trabajar con ese tipo de población, con la experiencia ya trabajando en el campo poco a poco he ido forjando y adaptando ciertas técnicas.</p> | |
| <p>2. Factores que inciden en la desaparición de una persona</p> | |
| <p>La gran mayoría de perpetradores son pandillas en ocasiones pueden ser una venganza de parte de un miembro de estos grupos hacia la persona que es desaparecida, la familia recibe amenazas, incluso desplazamientos, en los casos de las mujeres algo muy frecuente es que alguno de estos miembros de grupos delictivos se sienta atraído físicamente hacia ella y ella se niegue a ser pareja suya.</p> | |
| <p>3. Frecuencia en la atención a VSDVS</p> | |
| <p>Son casos bien aislados, en el tiempo que la unidad de salud mental ha estado funcionando se habrán atendido unos dos casos, las personas tiene de buscar ayuda por miedo a las represarías</p> | |
| <p>4. El estado reconoce a las VSDVS</p> | |
| <p>No, no existe una ley que vea a este suceso como un delito y por esto mismo no existe una penalización.</p> | |
| <p>5. Signos y síntomas psicológicos de las VSDVS</p> | |
| <p>Todos los cuadros ansiosos y depresivos, la persona entra en una paranoia, cree ver a su familiar, incluso escucharlo y verlo, cuando la búsqueda se alarga sin resultados favorecedores la persona entra en un estado de depresión el cual es sustentado por los sentimientos y pensamientos de culpa.</p> | |
| <p>6. Diferencia en la afectación psicológica de la desaparición forzada en: padres, adolescentes y niños.</p> | |

Los padres tienen miedo de desplazarse libremente por la ciudad, temiendo que los perpetradores de su hijo o hija le ataquen. Los adolescentes temen a realizar actividades fuera de casa, miedo de asistir a los centros escolares por ser un blanco fácil, se aíslan de amistades y actividades recreativas. Miedo a salir solos, evitan ir a la escuela y al igual que los adolescentes se aíslan de amistades.

7. Acciones para aliviar el sufrimiento de las VSDVS

Mayormente permitirle a la persona realizar catarsis, porque el momento que esta con el profesional de salud mental puede ser el único momento que se sienta libre para expresar sus preocupaciones, sus sentimientos, sus pensamientos.

8. Temas o áreas con las que se trabaja con las VSDVS

Trabajar enfocándose en la ayuda a la persona a controlar los sentimientos de ira, los pensamientos de culpa, enojo y pensamientos negativos.

9. Programas o iniciativas en pro de las VSDVS

Por el momento no conozco ninguno.

10. ¿Dificultades de trabajar con VSDVS

Poca experiencia en trabajar con este tipo de población, escasos conocimientos teóricos y el no poder contar con un lugar en el que uno pueda albergar a estas personas.

| Municipio | Mejicanos | Lourdes | Tejutla | SS ¹ | Soyapango | Lourdes | Soyapango | Cuscatancingo | SM ² | Quezaltepeque |
|-----------|-------------|-----------|---------------|--------------------------|------------------------------------|---------------|------------------|---------------|---------------------|---------------|
| Ub. Geo. | Urbana | Urbana | Rural | Urbana | Rural | Urbana | Urbana | Urbana | Urbana | Rural |
| P1 | Esposo | Esposo | 2 hijos | Hijo | Esposo | Hijo | Hija | Hijo | Hijo | Hijo |
| P2 | 1-3 Meses | 1-3 Meses | 4-6 Meses | 1-3 Meses | >1 año | 1-3 Meses | >1 año | >1 año | >1 año | 1 año |
| P3 | Sí | No | No | No | Sí | No | Si | No | Si | No |
| P4 | Amenazas | N/A | N/A | N/A | AMN, Lesiones, AAE, Acoso | N/A | AMN | N/A | AAE | N/A |
| P5 | MS | MS | Pandilla (SE) | MS | MS | Pandilla (SE) | MS | Pandilla (SE) | Pandilla (SE) | Pandilla (SE) |
| P6 | No | Sí | No | Sí | Sí | No | Si | No | No | No |
| P7 | Todo el GF | EM | EM | Todo el GF | EM | EM | Todo el GF | EM | Hija | EM |
| P8 | PNC, IML | IML | PNC, IML | PNC, FGR, Alcaldía | PGR, PDDH, SPASS, IDHUCA | IML | PNC, FGR, IML | IML | PNC, FGR, IML | PNC, IML |
| P9 | Sí | Sí | Sí | Sí | Sí | Si | No | No | Si | No |
| AL | No | No | Sí | No | No | Si | Si | Si | Si | No |
| AF | Sí | Sí | Sí | No | No | Si | Si | No | Si | No |
| AE | Sí | Sí | Sí | No | No | Si | Si | Si | Si | No |
| AA | No | No | No | No | No | No | Si | No | No | No |
| OA | No | No | No | No | Sí | No | No | No | No | No |

¹ San Salvador

² San Martín

Matriz: Resultado de entrevistas a víctimas secundarias de desapariciones por violencia social

| Caso | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|-----------------|-----------|---------------|-------------|---------------|-----------------|-----------|--------------|----------|---------------|---------------|
| Edad | 46 | 63 | 26 | 46 | 28 | 39 | 49 | 39 | 39 | 41 |
| Sexo | F | F | M | F | F | F | F | F | F | F |
| Municipio | Tepecoyo | Quezaltepeque | Apopa | El Congo | CA ³ | SS | Zacatecoluca | SM | Apopa | Apopa |
| Ub. Geo. | Rural | Rural | Urbana | Rural | Urbana | Urbana | Rural | Urbana | Urbana | Urbana |
| P1 | Hijo | Hijo | Esposa | Hijo | Esposo | Hijo | Hijo | Hijo | Hija | Sobrino |
| P2 | 1-3 Meses | >1 año | 1-3 Meses | >1 año | >1 año | 1 año | 1 año | >1 año | 1 año | 1 año |
| P3 | Si | No | No | No | No | Si | No | No | No | No |
| P4 | AMN, TH | N/A | N/A | N/A | N/A | AMN, EXT | N/A | N/A | N/A | N/A |
| P5 | MS | MS | Desconocido | MS | MS | Barrio 18 | PNC | MS | Pandilla (SE) | Pandilla (SE) |
| P6 | No | No | No | Si | Si | Si | Si | Si | No | No |
| P7 | EM | EM | EM | Todo el GF | Todo el GF | EM | EM | EM | EM | Hermana |
| P8 | FGR, IML | IDHUCA | IML | PNC, PGR, FGR | PNC, FGR, IML | PNC | FGR | PNC | PNC | PNC |
| P9 | Si | Si | No | Si | No | Si | Si | No | No | No |
| AL | Si | No | No | Si | Si | Si | Si | No | Si | No |
| AF | Si | Si | Si | Si | Si | Si | Si | Si | Si | Si |
| AE | Si | Si | No | Si | Si | Si | Si | No | No | No |
| AA | No | No | No | Si | Si | Si | No | No | No | No |
| OA | No | No | No | No | No | No | No | No | No | No |

³ Ciudad Arce

Matriz: Resultado de entrevistas a víctimas secundarias de desapariciones por violencia social

| Caso | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|-----------------|-----------|-----------|---------------|------------|------------|---------------|-----------------|-----------|----------------|-------------|
| Edad | 39 | 43 | 52 | 35 | 45 | 33 | 37 | 49 | 39 | 51 |
| Sexo | F | F | F | F | F | F | F | F | M | F |
| Municipio | Soyapango | Apopa | Cuscatancingo | SS | CA | Mejicanos | CD ⁴ | Apopa | Soyapango | Apopa |
| Ub. Geo. | Urbana | Urbana | Urbana | Urbana | Rural | Urbana | Urbana | Urbana | Urbana | Urbana |
| P1 | Hijo | Hijo | Hijo | Hijo | Hijo | Esposo | Hijo | Hijo | Hijo | Esposo |
| P2 | 4-6 meses | 4-6 meses | 1 año | >1 año | 4-6 meses | 1 año | 1 año | 4-6 meses | >1 año | 4-6 meses |
| P3 | Si | Si | No | No | No | No | No | Si | Si | No |
| P4 | AMN, TH | AMN. EXT | N/A | N/A | N/A | N/A | N/A | AMN | AMN | N/A |
| P5 | MS | MS | Desconocido | MS | MS | Desconocido | MS | MS | MS | Desconocido |
| P6 | Si | No | No | Si | Si | Si | No | No | Si | No |
| P7 | EM | EM | EM | Todo el GF | Todo el GF | EM | EM | EM | Todo el GF | EM |
| P8 | FGR, IML | IML | IML | IML | IML | PNC, FGR, IML | N/A | PNC | PNC, FGR, PDDH | PNC, FGR |
| P9 | Si | Si | No | Si | No | Si | N/A | No | Si | Si |
| AL | Si | No | No | Si | Si | Si | No | No | Si | Si |
| AF | Si | Si | Si | Si | Si | No | Si | Si | Si | Si |
| AE | Si | Si | No | Si | Si | Si | No | No | Si | No |
| AA | No | No | No | Si | Si | No | No | No | No | No |
| OA | No | No | No | No | No | No | No | No | No | No |

⁴ Ciudad Delgado

ANEXO F

VACIADO DE RESULTADOS DE LA APLICACIÓN DE LA ESCALA DE SINTOMAS DE HOPKINS Y CUESTIONARIO DE TRAUMA DE HARVARD

| PARTICIPANTE | PRE-TEST | | | | POST-TEST | | | |
|--------------|----------------------|-------|----------|-----------|----------------------|-------|----------|-----------|
| | TRAUMA | | SINTOMAS | | TRAUMA | | SINTOMAS | |
| | PUNTUACIÓN DSM-IV | TOTAL | ANSIEDAD | DEPRESIÓN | PUNTUACIÓN DSM-IV | TOTAL | ANSIEDAD | DEPRESIÓN |
| 1 | 1.88 | 2.66 | 1.9 | 1.9 | 1.5 | 1.9 | 1.5 | 1.4 |
| 2 | 1.69 | 2.45 | 1.7 | 1.7 | 1.1 | 1.9 | 1.2 | 1.1 |
| 3 | 2.75 | 2.80 | 3.5 | 3.5 | 1.9 | 2 | 2.3 | 1.9 |
| 4 | 2.06 | 2.75 | 1.5 | 1.8 | 2.9 | 2 | .9 | 1 |
| 5 | 3.63 | 3.05 | 3 | 3 | 2.1 | 1.7 | 2.5 | 2.7 |
| 6 | 3 | 2.88 | 2.3 | 3 | 1.4 | 1.9 | 1.6 | 2.1 |
| 7 | 2.1 | 2 | 1.8 | 1.7 | 1.1 | 1.3 | 1.1 | 0.80 |
| 8 | 1.81 | 1.55 | 1.6 | 1.7 | 1.7 | 1.2 | .9 | 1.1 |
| 9 | 2.25 | 2.20 | 2.6 | 2.2 | 1.8 | 1.4 | 1.4 | 1.7 |
| 10 | 2.05 | 2 | 2.3 | 2.4 | 1.7 | 1.4 | 1.5 | 1.7 |
| 11 | 2.19 | 2.43 | 2.4 | 2.2 | 1.6 | 1.6 | 1.3 | 1.3 |
| 12 | 2.25 | 2.3 | 2.6 | 2.3 | 1.4 | 1.9 | 1.6 | 1.5 |
| 13 | 2.3 | 2.3 | 3.1 | 2.6 | 1.5 | 1.7 | 2.1 | 1.9 |
| 14 | 2.3 | 2.3 | 2.7 | 2.3 | 1.6 | 1.7 | 1.9 | 1.5 |
| 15 | 2.3 | 2.25 | 1.7 | 1.6 | 2.2 | 1.6 | 1.1 | 0.90 |
| 16 | 3.1 | 2.6 | 2.8 | 1.2 | 1.7 | 2 | 1.9 | 0.70 |
| 17 | 2.5 | 2.4 | 2.1 | 2.9 | 1.7 | 1.9 | 1.5 | 2 |
| 18 | 2.5 | 2.5 | 2.9 | 3.1 | 2.5 | 2.5 | 2.5 | 2.9 |
| 19 | 2.2 | 2.2 | 1.8 | 2.4 | 2 | 2.1 | 1.6 | 2.3 |

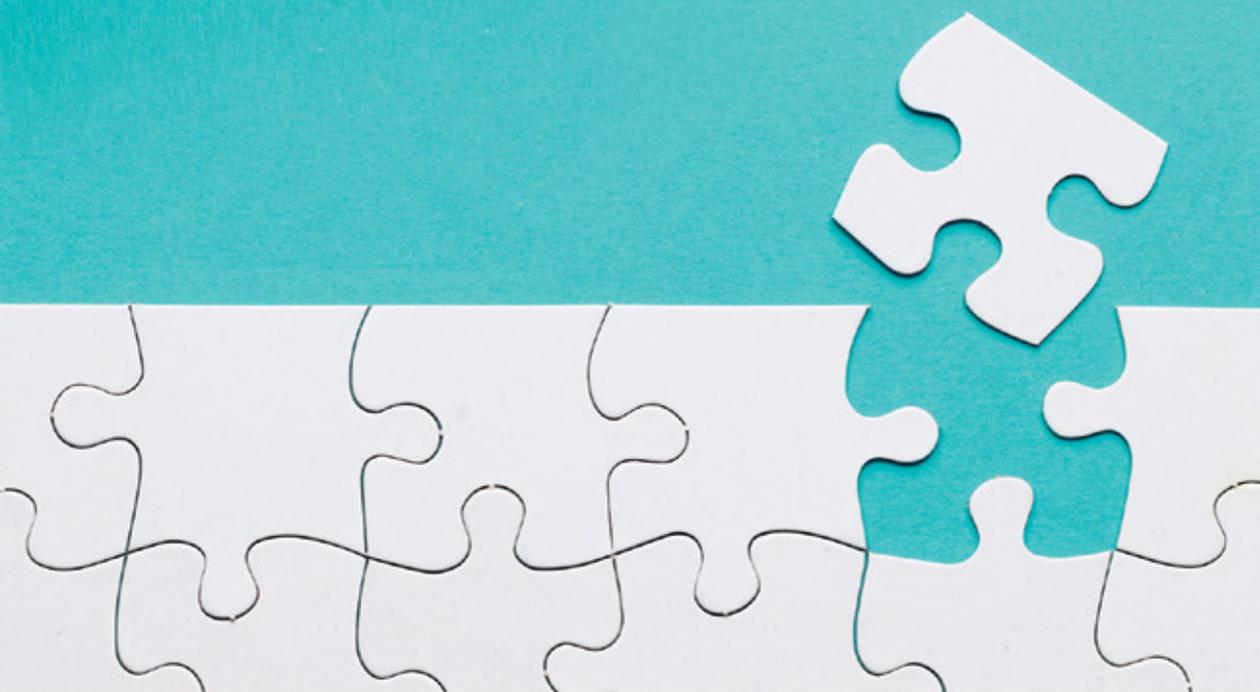
| | | | | | | | | |
|-----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 20 | 2.5 | 2.3 | 2.3 | 2.6 | 2.4 | 2.3 | 2 | 2.1 |
| 21 | 2.3 | 2.6 | 2 | 2.4 | 1.7 | 2.5 | 1.7 | 2.2 |
| 22 | 2.5 | 2.1 | 2.4 | 2.7 | 2.1 | 2.1 | 2.5 | 2.5 |
| 23 | 2.4 | 2.5 | 2.6 | 2.6 | 2.2 | 2.4 | 2.1 | 2.2 |
| 24 | 2.2 | 2.3 | 2.4 | 2.9 | 1.7 | 1.9 | 2.1 | 2 |
| 25 | 3.1 | 3.3 | 2.8 | 2.7 | 2.4 | 2.5 | 2 | 2.1 |
| 26 | 3.1 | 2.9 | 3.3 | 3.3 | 2.5 | 2 | 2.4 | 1.9 |
| 27 | 3.2 | 2.8 | 3.1 | 3.5 | 1.9 | 1.8 | 2.8 | 2.9 |
| 28 | 3.7 | 3.3 | 3.7 | 3.1 | 2.5 | 2.4 | 2.3 | 2.1 |
| 29 | 2.7 | 2.9 | 3.4 | 3.1 | 2.3 | 2.5 | 2.5 | 2.7 |
| 30 | 3.5 | 2.2 | 3 | 3.2 | 2 | 2.7 | 1.9 | 3 |

Los instrumentos consideran que una puntuación total igual o >1.75 son consideradas sintomáticas de depresión y ansiedad en lo que respecta a la Escala de Síntomas de Hopkins. Mientras que una puntuación DSM-IV total o >2.5 en el Cuestionario de Trauma indica presencia sintomática de Trastorno de Estrés Postraumático.

PROTOCOLO DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL

A VÍCTIMAS SECUNDARIAS (AMPLIADAS)

DE DESAPARICIONES
POR VIOLENCIA SOCIAL



PROTOCOLO DE ATENCIÓN A VÍCTIMAS SECUNDARIAS (AMPLIADAS) DE DESAPARICIONES POR VIOLENCIA SOCIAL, DIRIGIDO A PROFESIONALES DE LA SALUD MENTAL.

Con especial énfasis en adultos afectados por la ausencia
de un familiar o allegado.

San Salvador, El Salvador, 2019. P.24

Redacción y contenido:

Nelson Arévalo
Cristina Ramírez

Coordinación y revisión técnica:

Fabiola Alas - *Coordinadora Unidad de Atención Psicosocial
a Víctimas de Cruz Roja Salvadoreña.*

Marcelino Díaz - *Psicólogo Forense.*

Diseño y diagramación:

Helen Córdova

Fotografía de cubierta: por Freepik



DEDICADO A USTEDES;
MADRES, PADRES, ESPOSOS, ESPOSAS,
FAMILIARES QUE NO SE DAN POR VENCIDOS
EN SU BÚSQUEDA, QUIENES A PESAR
DE LAS DIFICULTADES SIGUEN ADELANTE.

PRESENTACIÓN

El presente protocolo ha sido elaborado en base a la experiencia obtenida a través del trabajo realizado junto con víctimas secundarias de desapariciones por violencia social, este documento tiene como objetivo principal, ofrecer una orientación de actuación a los profesionales que prestan servicio de atención a víctimas.

Con esta guía se pretende que los profesionales que realizan trabajo humanitario dando respuesta de alguna forma a las demandas de este tipo de población, conozcan y apliquen los procesos que se deben de realizar para la atención.

¿QUÉ ES UNA

VÍCTIMA?

Según el Derecho Internacional (ONU, 1985) son reconocidas como víctimas las personas que, individual o colectivamente, hayan sufrido daños, inclusive lesiones físicas o mentales, sufrimiento emocional, pérdida financiera o menoscabo sustancial de sus derechos fundamentales, como consecuencia de acciones u omisiones que violen la legislación penal vigente, incluida la que proscribe el abuso de poder”. Lo anterior, con independencia de que el responsable sea identificado, aprehendido, enjuiciado o condenado y de su relación familiar con la víctima.

Se hará uso del término: **desaparición por violencia social**, el cual será definida como: el efecto de desaparecer de una persona debido al accionar del crimen organizado, delincuencia pandilleril y en casos aislados, por cuerpos de seguridad.

En el presente protocolo de atención, deberá entenderse como víctima secundaria de desapariciones por violencia social a las personas que experimentan la desaparición de una persona allegada o con un alto grado de cercanía, que tenga como perpetrador a actores armados (grupos pandilleriles, cuerpos de seguridad del estado, etc.), puesto que la persona que ha sido desaparecida resulta la víctima directa del ilícito, las personas cercanas se vuelven los “sobrevivientes” del hecho de violencia y como tal experimentan numerosas consecuencias tanto sociales como psicológicas, entre ellas; el estigma, señalamientos, afectación emocional, cognitiva, interpersonal, intrapersonal y demás.

¿CUÁLES SON
LOS TIPOS DE
VÍCTIMA?



¿BAJO QUÉ ENFOQUES

TRABAJAR?



■ ENFOQUE VICTIMOLÓGICO ■

El centro de todo proceso judicial y de atención es la víctima, entendida como toda persona (niña, niño, adolescente o adulta) que, como consecuencia de un delito o violencia, ha sufrido un daño a nivel emocional, mental, físico, espiritual, pérdidas materiales o económicas, así como la exposición a la vulneración de sus derechos. Desde esta perspectiva, situaciones violentas generan la victimización de las personas, exponiéndolas a hechos traumáticos o que están fuera de su control. En este enfoque, las acciones no estén centradas sólo en el interés legal o estadístico, sino que giren primordialmente alrededor de los derechos de la víctima. Por tanto, su objetivo fundamental de la victimología es lograr que haya menos víctimas en todos los sectores de la sociedad.



PSICOENFOQUE PSICOSOCIAL

Específicamente en el tema de la violencia, la psicología se centra no sólo en los factores subjetivos que alientan prácticas violentas, sino en los mecanismos que hacen posible la interiorización de opciones, valores y creencias violentas por parte de los individuos. Es decir, se preocupa por cómo la violencia se hace parte de la subjetividad individual. Y para atender a esa preocupación entra en escena **la psicología social que ofrece un enfoque interesante: la subjetividad individual vista como la confluencia de factores psicobiológicos y sociales, siendo estos últimos el principal objeto de su interés.** En esta última perspectiva, para explicar la violencia se tendría que recurrir a las condiciones sociales y culturales en la que se fragua la subjetividad de cada cual.

Un autor decisivo en los enfoques de psicología social en América Latina (y no sólo en El Salvador) es Ignacio Martín Baró. “La tesis general de Martín Baró es que la ideología condiciona las acciones humanas. Y la ideología, como cosmovisión que domina la subjetividad humana, se construye social e históricamente. La violencia, como acción social así la entiende este autor se inscribe en una ideología que justifica, legitima y valida el uso de la fuerza en contra otros. Hay que decir aquí que Martín-Baró no entiende ideología como ‘ideología política’ o como ‘visión falsa de la realidad’, sino como la visión de la realidad creencias, opciones, valores, usos y costumbres que cada individuo construye en su relación indisoluble con otros individuos en una sociedad determinada”.



■ ENFOQUE DE DERECHOS HUMANOS ■

CONLEVA EL CUMPLIMIENTO estricto de las garantías constitucionales y las obligaciones contenidas en las leyes nacionales, la Declaración Universal de Derechos Humanos y las Convenciones e instrumentos internacionales en la materia.

Establece que toda persona –incluyendo niñas, niños y adolescentes– es sujeta de derechos y que estos son universales, inviolables, intransferibles, irrenunciables, interdependientes, complementarios e integrales, por tanto, no prescriben nunca.

De forma general y según los estándares internacionales, el Estado tiene tres obligaciones relacionadas con los derechos humanos:

Garantizar: es decir, facilitar oportunidades por medio de medidas positivas, que permitan al individuo el disfrute del derecho, y de proveer directamente los servicios necesarios para satisfacer las necesidades de las personas. Debe prestar especial atención a los titulares de derechos que carecen de los recursos necesarios para el disfrute de sus derechos en razón a un entorno económico o de orden público desfavorable (el titular de derechos no está en condiciones de lograr disfrutarlos).

Respetar: estos derechos evitando la adopción de medidas que impidan, obstaculicen o restrinjan su pleno disfrute.

Proteger: estos derechos estableciendo los mecanismos y los medios necesarios para impedir que terceros injieran, obstaculicen o impidan el pleno disfrute del derecho.



¿CUÁLES SON LOS DERECHOS DE LAS VÍCTIMAS?

Derecho a la verdad: conocer las circunstancias, motivos y responsables de los hechos.

Derecho a la justicia: el Estado investiga los hechos, identifica y sanciona a los responsables.

Derecho a la reparación: a la víctima se le repara por los daños sufridos.

Derecho a un trato digno y sin discriminación: (relacionado con enfoque diferencial).

Derecho de acceso a la información oficial: para el pleno ejercicio de sus derechos, la cual debe ser gratuita, precisa, comprensible y oportuna.

Derecho a la confidencialidad de la información personal: dirección de residencia, números telefónicos, correo electrónico, perfil en redes sociales u otra información personal.

Derecho a medidas de protección personal y familiar: para garantizar la vida, la integridad física y el bienestar.

Derecho a asistencia multidisciplinaria integral.

NIVELES DE

VICTIMIZACIÓN

PRIMARIA

- Derivada del delito, abuso de poder o violación de DDHH
- Por acción u omisión
- Relación directa víctima y victimario
- Consecuencias (corto, medio y largo plazo)

SECUNDARIA

- Por acción u omisión (Respuesta institucional)
- Relación víctima y sistema
- Daño material e inmaterial (añadido)
- Agencias del Sistema (policial, sanitaria, judicial, etc)

TERCEARIA

- Estigmas
- Mal acumulado
- Medio social



¿QUÉ CUIDADOS BRINDAR EN LA ATENCIÓN

A VÍCTIMAS?

- Reconocer el estatus de víctima.
- Establecer un clima de tranquilidad y confianza que propicie la conversación.
- Establecer mecanismos para garantizar el derecho a la confidencialidad de la información personal.
- Brindar un trato digno, empático y sin ningún tipo de discriminación.
- Tener paciencia ante las dificultades de la víctima para relatar lo sucedido.
- Adoptar una postura corporal comprensiva.
- Hablar claro y pausado.
- Mantener contacto visual empático.
- Realizar preguntas abiertas que permitan a la persona entregar una narración lo más espontánea posible.
- Luego de escuchar a la persona, se deberá realizar algunas preguntas para aclarar algunos aspectos básicos de su versión de los hechos.
- Si la persona llora, se debe guardar silencio, esperar y dar apoyo con acciones concretas (ofrecer un vaso con agua, un pañuelo, etc.)

¿QUÉ HACER Y QUÉ NO HACER

EN LA ATENCIÓN

A VÍCTIMAS?

Al emplear las diferentes técnicas de expresión y ventilación emocional contenidas en el presente protocolo es normal evocar en las personas diferentes sentimientos o reacciones frente a las cuales, es importante estar preparados y preparadas. En este punto, hay que recordar que después de vivir distintas experiencias críticas, no tienen la oportunidad o un espacio idóneo para expresar sus emociones, por tanto, al crear un ambiente de confianza entre el/la facilitador/a y la persona que vivió los hechos de violencia, las respuestas emocionales surgirán de manera natural e inmediata.

A continuación, como una guía práctica frente a las respuestas emocionales que las personas puedan experimentar, se presenta un listado de acciones concretas para hacer y no hacer, en esos escenarios específicos de desbordamiento emocional. Muchas personas no experimentarán con la misma intensidad o iguales sensaciones y emociones, pues ante una misma situación pueden reaccionar de manera diferente debido a sus características de personalidad y recursos personales para el afrontamiento y factores de resiliencia personal, social y familiar.

¿QUÉ HACER Y QUÉ NO HACER

EN LA ATENCIÓN

A VÍCTIMAS?

| QUE NO HACER | QUE HACER |
|--|---|
| Coartar las sensaciones y emociones que las personas están experimentando. | Brindar el espacio para que las personas experimenten y expresen libremente sus sentimientos y sensaciones, sin sentirse juzgadas. |
| Utilizar expresiones como: deja de llorar, no tienes que llorar, tienes que calmarte. | Utilizar expresiones como: te encuentras en un espacio seguro eres libre de expresar lo que sientes, es normal lo que estas sintiendo. |
| Avasallar o brindar muestras efusivas e innecesarias de contacto físico, especialmente en casos donde la integridad física o sexual ha sido vulnerada. | Con previo consentimiento, brindar muestras de apoyo físico como apoyar la mano en su hombro y reforzar con palabras de apoyo, por ejemplo: estoy aquí para escucharte, si necesitas algo yo puedo ayudarte. |
| Retirarse de la habitación. | Preguntar a las personas si desean que se les acompañe o si desean un momento a solas. Si es necesario retirarse por un momento, decir: debo retirarme por unos minutos, pero regresaré en unos momentos, mientras tanto, puedes hacer, etc. |
| Obligar a continuar con la realización de la técnica. | Preguntarle si desea seguir o si siente que puede continuar. |
| No expresar agradecimiento por la apertura. | Agradecer a las personas por la confianza de expresar lo que está sintiendo en ese momento. |
| Permitir que las personas se retiren del lugar sin realizar un ejercicio de relajación que permita aminorar la carga emocional experimentada. | Realizar un ejercicio de respiración que se incluye en el manual, como ejercicio de cierre. |

DEFINICIÓN PÉRDIDA

AMBIGUA

El término "pérdida ambigua" lo utilizó por primera vez Pauline Boss en la década de los setenta. Sus investigaciones sobre la pérdida ambigua se han convertido en una referencia clave para los profesionales que trabajan para entender y afrontar los efectos de la desaparición en las familias.

Boss definió la pérdida ambigua como "una situación de pérdida confusa que es consecuencia de no saber si un ser querido está vivo o muerto, ausente o presente". Esto afecta gravemente el bienestar psicológico de las familias, incluidas aquellas que no eran previamente vulnerables. Es posible que pasen toda su vida buscando respuestas, y tienden a aislarse social y emocionalmente como resultado de ese proceso.

UNO DE LOS MAYORES LOGROS DE ESTA TEORÍA ES QUE DA NOMBRE A LA EXPERIENCIA DE AISLAMIENTO DEL DOLOR SIN FINAL.

En la pérdida ambigua abundan las emociones contradictorias. Se teme y a la vez se desea el final. Se siente rabia y a la vez culpa, amor, miedo. Hay un momento en que no se pueden tomar decisiones, ni actuar, ni liberarse, y esto es comprensible porque la ambivalencia cumple su función y es la de preservar, al menos temporalmente, la ilusión.

Porque, hasta que no se demuestre lo contrario, no se ha perdido nada y así se permanece en un constante quedarse e irse, esperar y desistir, odiar y amar.

DEFINICIÓN PÉRDIDA AMBIGUA

La sorpresa más inesperada para quien elabora una pérdida en estas circunstancias que después de luchar contra la corriente, de dar tumbos alrededor de sí mismo/a durante tanto tiempo, la ambivalencia y la negación se debilitan dando paso a la aceptación de la incertidumbre.

Vivir con la incertidumbre... algo que se consigue después de mucho resistirse, para pasar a cuestionar la propia necesidad de control, la compulsión por la búsqueda de la solución perfecta, la obsesión por la lógica. Se empieza a definir de otra manera la relación con la persona perdida y con el mundo en general, porque uno se da cuenta de que la vida no siempre es racional ni justa y ese es, precisamente, el motivo por el que el duelo se vive frecuentemente en soledad. Porque **la pérdida ambigua desenmascara la fantasía colectiva de la causa-efecto, que tanta tranquilidad aporta cuando el punto de apoyo depende de las certezas.**

La teoría de la pérdida ambigua ha ayudado a entender el carácter único de su situación y a adoptar una perspectiva mucho más amplia que la de las teorías centradas en el trauma y el dolor que predominaban antes en este tipo de situaciones. Esta teoría ayuda también a empezar a hacer frente a los problemas psicológicos y sociales que afrontan los familiares, incluso cuando todavía no tienen respuestas.

De acuerdo a lo planteado anteriormente, se retoma que **la pérdida ambigua define con especificidad el malestar presentado por las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social**, por lo que, se insiste en trabajar en base a las necesidades presentadas por las personas en esta condición y **se sugiere no etiquetar el desasogiego de las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social en un diagnóstico clínico.**

ÁREAS QUE ABORDAR

Y TÉCNICAS

La propuesta para modificar la dificultad psicológica presentada por las víctimas secundarias de desapariciones por violencia social, está basada en dos aspectos fundamentales obtenidos a partir de la experiencia directa en el trabajo con las víctimas, ¿Qué resultados esperan del proceso? y ¿Cuál es el compromiso que tienen con el proceso?

Debido a la naturaleza de las necesidades de la población con la que se trabaja no se considera pertinente sugerir que aspectos de la experiencia desean cambiar porque la raíz de la dificultad es una situación de violencia y riesgo social sobre la cual no se puede incidir de manera sencilla, además de evitar la culpabilización por la idea de que pudo haberse evitado lo que se está viviendo.

Para lograr conocer los dos aspectos de los participantes, es decir, saber qué resultados se esperan y cuál es el compromiso que se tiene con el proceso, se sugiere la realización de un ejercicio donde a la persona se le entregará un sobre que contenga dos papeles de colores, uno verde en el cual deberán escribir las expectativas para con el proceso y en otro trozo de papel naranja deberán escribir en que se comprometen para lograr los resultados que esperan. Acá se puede abrir un espacio para la reflexión y comentar que el compromiso es individual y que este mismo es para y por ellos. Se les indica que coloquen su nombre en cada sobre y que luego introduzcan los papeles y que luego estos sean entregados, se hará el llamado que estos sobres serán conservados hasta que finalice el proceso de atención psicosocial y que en la última jornada los sobres serán entregados nuevamente y los papeles que contiene deberán ser leídos y posteriormente evaluar si los resultados fueron alcanzados y si el compromiso que se propusieron fue cumplido.

ÁREA

Emocional / Afectiva

CAMBIOS QUE OPERAR

- Que las personas puedan examinar y expresar sus necesidades personales (al margen de los problemas relativos a la desaparición).
- Que logren concentrarse en lo que pueden hacer por sí mismos y que dependan menos de factores externos sobre los cuales no tienen control.
- Comprensión de la importancia de poder expresar adecuadamente las emociones en distintos contextos.

TÉCNICA / PROCEDIMIENTO

- **Psicoeducación:** a través de material bibliográfico de apoyo, se enseñará a las personas la importancia de las emociones y cómo éstas rigen buena parte de nuestra vida, asimismo se realizarán ejercicios lúdicos en los cuales se aclare la subjetividad de las emociones y como se vivencian a través de las experiencias que tenemos.
- **Ventilación emocional:** a través de ejercicios lúdicos (escritos o de expresión artística) se alentará la expresión adecuada de las emociones provocadas por la situación en un ambiente controlado a la vez que se fomentarán las emociones positivas para mejorar el bienestar general de las personas.
- **Autoconocimiento:** a través de la técnica de la línea de vida, las personas deberán reconocer los acontecimientos más relevantes de su vida o de un periodo de la misma. Así pues, elaborarán representación de aquellos eventos que han marcado o tenido una influencia importante en la historia de su vida, partiendo del inicio de ésta, hasta llegar al momento actual. De esta forma se sabrá acerca de los acontecimientos vitales y puntos de corte que los definen y hacen que actúen y sientan de determinada manera.
- **Autocontrol emocional:** a través de ensayos realizados en las sesiones se practicará la manera de responder a las exigencias del contexto a nivel emocional de una forma socialmente aceptada, a la vez que se tiene en cuenta la flexibilidad de poder adaptarse a cada situación concreta, para experimentar reacciones espontáneas y para demorar otras reacciones cuando también se necesite.

RECURSOS

Materiales: - Papelógrafos - Plumones - Colores - Recortes - Tijeras - Pegamento - Material informativo.

ÁREA

Cognitiva

CAMBIOS QUE OPERAR

- Obtención de herramientas que sirvan para el análisis y afrontamiento de situaciones críticas.
- Reducción de la frecuencia de las conductas y pensamientos negativos.
- Modificación de pensamientos irracionales que inciden en la dificultad actual.

TÉCNICA / PROCEDIMIENTO

- **Psicoeducación:** se compartirá información bibliográfica acerca del modelo ABC y lo concerniente al funcionamiento de las situaciones que ocurren en el día a día, las interpretaciones que se hacen de éstas y las consecuencias emocionales y conductuales resultantes.
- **Identificación de ideas irracionales y distorsiones cognitivas:** se compartirá información acerca de la teoría de Albert Ellis acerca de los pensamientos automáticos que puede poseer una persona y se identificarán cuáles son esos que predominan en cada una de las personas.
- **Debate racional:** los sistemas de creencias que poseen las personas posiblemente mantienen el síntoma y dificultan la comprensión de la dificultad. Una vez conocidos estos sistemas, se abocará a la refutación de los contenidos irracionales que generan y sostienen las perturbaciones emocionales.

RECURSOS

Materiales: - Folletos bibliográficos - Registros de pensamientos automáticos
- Registros de debate racional - Registros de control y elaboración de pensamientos alternativos

ÁREA

Familiar

CAMBIOS QUE OPERAR

- Fortalecimiento de la comunicación con los miembros del grupo familiar inmediato.
- Establecimiento de actividades de convivencia para retomar la dinámica familiar que ha sido desorganizada.
- Otorgar perdón a familiares que han hecho daño intencionalmente a la integridad de cada uno de los miembros.

TÉCNICA / PROCEDIMIENTO

- **Educación en normas de la comunicación:** se enseñarán los principios para desarrollar una comunicación efectiva, donde se trabajará en conjunto con apoyo de material bibliográfico la manera de cómo enfocar conversaciones a la opinión propia, siempre hablando desde el yo y evitando las acusaciones o imposiciones sobre las otras personas, generando así profundos desacuerdos y señalamientos.
- **Entrenamiento en la adquisición de un nuevo vocabulario interpersonal/modelado:** se realizarán ejercicios prácticos y ensayos conductuales en los cuales se tendrá que evidenciar que el lenguaje dentro del grupo familiar debe ser operativo, es decir, se debe ser capaz de establecer un código descifrable e intercambiable entre los miembros de la familia, así como también debe ser eficaz para que de esta manera se consiga una comunicación satisfactoria.
- **Fortalecimiento de autoestima familiar:** mediante la educación en los principios de auto reforzamiento y autoelogios, se indicará a los miembros de la familia que deberán seguir ciertos principios en conjunto, como el realizar actividades de disfrute juntos, darse cumplidos entre ellos, no buscarle explicación a los momentos de júbilo que experimenten, etc. Asimismo, dominar los aspectos de la autoeficacia, puesto que de esta manera se puede accionar en pro del grupo familiar y no solamente en el aspecto individual.
- **Rituales de perdón:** habiendo trabajado la relación con los miembros inmediatos del grupo familiar, es necesario que las relaciones con esos miembros que han sido nocivos y han obstaculizado el proceso sean tomadas en cuenta y en lugar de verlo como un aspecto negativo, debe ser utilizado como una oportunidad para crecer y fortalecer el componente emocional al otorgar el perdón genuino al considerar que a pesar de las malas intenciones que pudieron haber tenido, no ha detenido el avance y la mejora en los procesos que se han llevado a cabo en el proceso.
- **Plan de vida familiar:** una vez que se ha perdonado y se han establecido límites, con los familiares que no aportan nada a la convivencia de las personas consigo mismas, se deberá comprender y asimilar la importancia de crear un proyecto de vida con los otros miembros que son parte de la red de apoyo. Este proceso es importante porque permitirá plasmar las ideas, las metas, los objetivos, los sueños, y deseos, se deberán responder tres interrogantes importantes ¿Quién quiero ser de aquí en adelante? ¿Qué se quiere lograr de aquí en adelante? ¿Cómo lograré realizar eso? Se invitará a la reflexión sobre la importancia de ver hacia el futuro y enfocarse en él como un grupo que proporciona apoyo mutuo.

RECURSOS

Materiales: - Folletos bibliográficos - Registros de pensamientos automáticos - Registros de debate racional - Registros de control y elaboración de pensamientos alternativos.

ÁREA

Conductual

CAMBIOS QUE OPERAR

- Tomar consciencia acerca de la importancia del cuidado propio en cada uno de los ámbitos de la vida personal.

TÉCNICA / PROCEDIMIENTO

- **Psicoeducación:** con apoyo de material bibliográfico, se explicará la importancia de las acciones enfocadas al cuidado de uno mismo en las cinco principales áreas del autocuidado, la higiene personal, el estado de salud, la dieta, el acondicionamiento físico y el ocio. Con esto se buscará además identificar cuáles son esas áreas en las que el cuidado es deficiente y tomar medidas prácticas para mejorarlo.

RECURSOS

Materiales: - Folletos bibliográficos

HOJA DE COTEJO PARA LA IDENTIFICACIÓN DE SÍNTOMAS

Nombre: _____ Edad: _____

Indicación: En el siguiente cuadro se le presentan diferentes síntomas que una persona puede experimentar, señale con una X los que usted considera está padeciendo o padeció en algún momento.

| SÍNTOMA | PRESENCIA |
|---|-----------|
| Estoy en estado de vigilancia todo el tiempo. | |
| Evito hablar con otras personas de mi situación. | |
| Agotamiento mental. | |
| Agotamiento físico. | |
| Tengo dificultad para concentrarme. | |
| Tengo dolores de cabeza y espalda. | |
| Me siento atrapada/o. | |
| Tengo problemas para dormir. | |
| No tengo motivación para realizar nada. | |
| Me siento desesperada. | |
| Tengo un gran apetito. | |
| No tengo apetito. | |
| La mayoría del tiempo reacciono de manera enojada. | |
| Me siento de mal humor. | |
| Me aislé de todos. | |
| Duermo todo el tiempo. | |
| Me siento culpable por no haberla/o encontrado aun. | |
| Siento que no merezco llevar una vida como antes. | |
| Siento que no lo cuide lo suficiente. | |
| Siento que pude haber evitado su desaparición. | |
| Dejo a un lado a mis familiares por enfocarme en mi familiar. | |
| Evito realizar actividades que antes compartía con mi familiar. | |
| Siento rabia hacia mi familiar. | |
| Siento rabia con mi persona. | |
| En ocasiones veo a mi familiar. | |
| Me siento preocupada todo el tiempo. | |
| Tengo deseos de morirme. | |
| Siento que mi vida no tiene sentido. | |
| Evito tocar sus objetos porque me siento demasiado triste. | |
| Sueño todas las noches con mi familiar. | |
| En ocasiones escucho la voz de mi familiar. | |



PROTOCOLO DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL

**A VÍCTIMAS
SECUNDARIAS
(AMPLIADAS)**

**DE DESAPARICIONES
POR VIOLENCIA SOCIAL**