

Resiliencia en Adolescentes Víctimas Secundarias de Homicidio: Una Propuesta
Psicoeducativa

Jennyffer Forero-Escobar & Angie Dayana Pérez-Vargas
Universidad de La Sabana, Facultad de Psicología
Asesorado por Góngora, M.

Marzo, 2012

Resumen

El presente artículo aborda la temática de resiliencia en adolescentes, mediante una metodología de investigación acción participativa. Se contó con la participación de 3 adolescentes (15 y 18) víctimas secundarias de homicidio usuarios del Centro de Atención a Víctimas (CAV). Se implementó una estrategia de intervención mediante el desarrollo del taller “Enrúmbate la vida” cuyo objetivo principal era fortalecer las habilidades de comunicación asertiva y solución de problemas en los adolescentes, basada en la teoría de aprendizaje significativo de Ausbel. Los resultados obtenidos evidenciaron que los participantes comprendieron en su totalidad los conceptos de habilidades de comunicación asertiva y solución de problemas, rescatando la importancia de expresar sus emociones asertivamente, logrando un crecimiento personal y social, lo cual conlleva a solucionar problemas de manera más efectiva y afrontar positivamente situaciones adversas, resignificándolas.

PALABRAS CLAVES: Víctimas, Victimización, Resiliencia, Solución de Problemas, Habilidades Comunicativas Asertivas, Aprendizaje Significativo.

Abstract

This article presents an approach to the issue of Resilience in teenagers, using a participatory action research methodology, which included the participation of 3 teenagers (15 and 18). Who were secondary victims of homicide users of the Service Centre Victims (CAV). A strategy of intervention through the workshop "Enrúmbate la vida" was implemented, whose main objective was strengthen the skills of assertive communication and solve problems in teenagers, which was based on Ausbel's theory of meaningful learning. The results showed that participants understood the concept skills of assertive communication and problem solving, recovering the importance of expressing their emotions as a form of self-knowledge, contact with the people around them, as well as self-growth and social-growth, which leads to solve problems in a more effectively and positively way with adverse situations, same as redefinition of the problem event.

KEY WORDS: Victimal Psychology, Victims, Victimization, Resilience, Psycho-educational, Problem solving, Skills of Assertive Communication.

Resiliencia en Adolescentes Víctimas Secundarias de Homicidio: una Propuesta Psicoeducativa

Toda persona tiene una vocación o misión específica en la vida. Toda persona debe llevar a cabo un designio concreto que exige su cumplimiento. Por ello es irremplazable, y su vida, irrepetible. De este modo, la tarea de cada persona es única así como la oportunidad específica de realizarla (Frankl, 1999, p. 75).

La violencia es un fenómeno mundial; ningún país, ninguna comunidad están a salvo de la misma. Los medios de comunicación nos invaden mostrando actos violentos por medio de imágenes y descripciones de nuestro país. Esto ejerce un impacto negativo de gran magnitud, siendo Colombia uno de los países más afectados por la violencia de América Latina. Según los informes oficiales registrados por la Organización Panamericana de la Salud (OPS), cada año más de 1,6 millones de personas pierden la vida violentamente. La violencia es la primera causa de muerte entre jóvenes de sexo masculino de 15 a 26 años de edad. Así mismo, se ha demostrado un incremento alarmante de las pandillas juveniles que se dedican a generar actos violentos y a la delincuencia, que en ciertas ocasiones con lleva al homicidio. Esto hace parte de un fenómeno social al que no se ha respondido adecuadamente (Organización Mundial de la Salud, 2004; Concha & Krug, 2006), el cual se caracteriza por generar víctimas tanto directas como secundarias.

Los autores calculan que cada homicidio victimiza tres o cuatro personas diferentes a la que es asesinada debido a los efectos legales, sociales y psicológicos. Las situaciones traumáticas como el homicidio crean situaciones de estrés entre el individuo y el ambiente, frente a las cuales se recurre a modos de afrontamiento que cohibe la funcionalidad del individuo y producen malestar (Corredor, 2002).

Dentro de las familias de las víctimas de homicidio, suelen encontrarse adolescentes quienes a partir de la pérdida, pueden llegar a experimentar una infinidad de sentimientos y comportamientos. Puede que sientan la pérdida de su propia persona o sientan un cambio radical en su manera de ser habitual; puede que sientan que han perdido el control de su vida y de su sensación de bienestar y seguridad e incluso puede que cuestionen su fé y religión, y algunas veces su propia existencia. Estos adolescentes, tienden a guardar todos sus sentimientos y en

algunos casos pueden llegar a tener embotamiento afectivo (no reaccionan ante estímulos emocionales), igualmente dejan de comunicarse con sus allegados, y a veces pueden dejar de comunicarse con sus propios amigos y compañeros de clase. También tienden a actuar de una forma poco adecuada al momento de tomar decisiones para solucionar problemas cotidianos, buscando normalmente la solución menos enriquecedora y productiva para cada una de las situaciones que se presente en sus vidas (Vinaccia & Quiceno. 2007).

Por consiguiente, los adolescentes víctimas secundarias de homicidio, hoy en día se ven afectados por el fenómeno de la victimización a causa de la violencia, siendo esta una problemática de carácter psicosocial, debido a que interrumpe y desequilibra su proceso de desarrollo tanto psicológico como social, e inclusive afecta el de las demás personas que se encuentran involucradas con el acto consumado (Angulo, 2003). Este delito también interfiere en la dinámica relacional del adolescente con el mundo social, afectando el desarrollo integral del mismo; en especial su capacidad para afrontar situaciones adversas.

Es por esto, que durante mucho tiempo el tema de resiliencia en adolescentes ha sido abordado desde la psicología, sin embargo hace falta profundizar este concepto específicamente en adolescentes víctimas secundarias de homicidio, es decir, en aquellos adolescentes que sufren la muerte violenta de un ser querido, como sus padres o hermanos, entre otros. No obstante, esta problemática constituye hoy en día, un tema fundamental en los estudios, publicaciones y programas Nacionales de salud (Cámara de Comercio de Bogotá, 2010), debido en gran medida, a su elevada prevalencia y a las consecuencias que se le asocian. Entre el 12% y 30% de adolescentes de la población en general, presentan problemas socioemocionales que obedecen a distintas causas (pérdida de un ser querido o conocido) que afectan las capacidades de aprendizaje y los comportamientos de estos, tanto en el colegio como en el hogar (Uriarte, 2006).

La adolescencia (15 a 18 años) es una etapa del ciclo de vida, en donde hay retos y obstáculos significativos para el adolescente, el cual se encuentra enfrentando el desarrollo tanto de su identidad como de la necesidad de lograr la independencia de la familia, manteniendo al mismo tiempo, la conexión y la pertenencia de grupo (Vinaccia, Quiceno & Moreno, 2007). Se considera que durante el proceso de desarrollo los adolescentes requieren tener capacidad de afrontamiento, es decir, estrategias tanto cognitivas como conductuales para así poder lograr una adaptación y una transición efectiva (Callabed, 2006), por ende, cuando los adolescentes perciben que no tienen la capacidad para enfrentar sus problemas de forma efectiva, su

comportamiento puede llegar a generar efectos negativos no solo en su propia vida, sino también en el funcionamiento de sus familias y de la sociedad (Donas, 2001).

De acuerdo con lo anterior, es importante tener en cuenta las relaciones entre los estilos de afrontamiento y otros factores como el estrés previo, la edad, origen étnico, entre otros, los cuales influyen y modulan la calidad de vida de la persona dependiendo la manera en que sean percibidas las diferentes situaciones que se presentan (Ortigosa, Quiles, & Méndez, 2003).

Es de gran importancia resaltar que los adolescentes en América Latina son el 30% de la población total. Por esta razón, hoy en día, el comportamiento adolescente constituye una preocupación de salud pública, debido al número creciente de delitos, especialmente en las situaciones en las cuales participan directa o indirectamente de la violencia, o se conviertan en víctimas secundarias de estos actos delictivos (Maddaleno, Morello, & Infante-Espínola, 2003; CEPAL & UNICEF, 2007; ONU, 2006).

Los delitos contra la vida en la ciudad de Bogotá, según la información suministrada por el Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses (2010), sufrieron un incremento entre el 3% y 6%, entre el primer semestre de 2009 y el mismo periodo de 2010. De igual forma, los estudios realizados frente a la problemática, reportaron un total de 801 homicidios entre el año 2009 y 2010, en donde 3 de cada 5 homicidios fueron cometidos con armas de fuego.

De esta manera, es probable que un porcentaje de los adolescentes desde la temprana infancia, se hayan visto enfrentados a situaciones no propias para su edad, con todos los retos y desafíos personales que esto podría haberle ocasionado y de igual forma, con todos los riesgos tanto mentales como físicos que implica en este caso el ser víctimas secundarias de homicidio (Fernández, 2000). Por esta razón, se han implantado diversos programas en América Latina, con el propósito de fortalecer habilidades de resiliencia en las poblaciones vulnerables a esta problemática social.

Teniendo en cuenta lo anterior, se conoce la existencia de gran cantidad de programas implementados por distintas universidades y entidades del gobierno, para fortalecer la resiliencia en adolescentes como: El programa de la Universidad de Santiago de Chile del año 2005, denominado “Fortaleciendo la Resiliencia: una estrategia para desarrollar la autoestima”, otro programa es “Retorno a la alegría” desarrollado por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), en Colombia, en el año 2007; y específicamente en Bogotá, cabe resaltar el programa “Ruta de la vida: *Para aprender a reír y a soñar en un mundo al revés*”, el cual se

llevo a cabo por estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad de la Sabana, con el fin de brindar un espacio interactivo donde se fortalecieran las habilidades en los niños, familiares de usuarios del Centro de Atención a Víctimas (CAV) de la Fiscalía General de la Nación, para afrontar la victimización causada por la violencia que se vive en la ciudad.

Psicología jurídica

La psicología es una disciplina que contribuye al campo del derecho, con paradigmas y modelos que explican la manera en que el individuo interactúa y se relaciona con el medio social, mediante procesos cognoscitivos, emocionales y relacionales que determinan un comportamiento inadecuado. Teniendo en cuenta el sistema jurídico, esta cumple una doble función, por un lado, sus decisiones afectan a los individuos que están bajo el mismo, y, por el otro es objeto de sus creencias, intenciones, motivaciones y actitudes (Ortega, 2006).

La psicología jurídica se entiende como un estudio multidisciplinario con un enfoque teórico, explicativo y empírico, que comprende el análisis, explicación, promoción, evaluación, diagnóstico, prevención, asesoramiento y tratamiento de aquellos fenómenos psicológicos y sociales que inciden en el comportamiento inadaptable jurídico de los individuos en el ámbito del derecho, de la ley y de la justicia (Colegio Oficial de Psicólogos, 2006). Asimismo, pretende orientar y asesorar a los órganos judiciales en materia de conflictos jurídicos, por medio de una intervención mediadora (Ortega, 2006).

Según Ortega (2006), la función del Psicólogo Jurídico en el ejercicio de su Rol Profesional incluye entre otras, las siguientes funciones: Evaluación y diagnóstico, asesoramiento, intervención, formación y educación, campañas de prevención social ante la criminalidad y medios de comunicación, investigación, mediación y victimología

Teniendo en cuenta que este último campo de la psicología incluye dentro de su objeto, el estudio del comportamiento de las víctimas y hace parte de las diferentes funciones que desarrollan los psicólogos jurídicos; el presente proyecto se enmarcó en la psicología victimal, como medio para elaborar y comprender de una mejor forma las actividades desarrolladas en la Propuesta de estrategia psico-educativa “Enrúmbate la vida”.

La psicología victimal es una multidisciplina que se ocupa del conocimiento de los procesos de victimización y desvictimización, es decir, del estudio del modo en que una persona deviene víctima, de las diversas dimensiones de la victimización (primaria, secundaria y terciaria) y de las estrategias de prevención y reducción de la misma, así como del conjunto de respuestas

sociales, jurídicas y asistenciales tendientes a la reparación y reintegración social de la víctima (Domínguez, 2003). Acorde con lo anterior, es importante tener en cuenta que cuando se habla de victimización se hace referencia al proceso por el cual una persona sufre las consecuencias de un hecho o evento traumático (Rodríguez, 2008).

Centro de Atención a Víctimas

En el esfuerzo de Colombia por ayudar a las víctimas de homicidios en su proceso de victimización y desvictimización, surgió el Centro de Atención a Víctimas (CAV), una institución que fue creada con apoyo del gobierno de Estados Unidos, por medio del Departamento de Justicia y la Agencia para el Desarrollo internacional (USAID). Su objetivo principal, es atender a las personas que han sido afectadas por homicidio (familiar o allegado de la víctima que ha fallecido) y delitos sexuales, así como personas que se encuentran involucradas de alguna forma (testigos) en dichos delitos con el fin de garantizar que sus derechos como víctimas, sean respetados y tengan un adecuado acceso al Sistema Penal Acusatorio (procedimiento judicial para causas penales, que está estructurado sobre los principios de contradicción, inmediación, concentración y publicidad, que pretenden, primordialmente garantizar la materialización de los derechos de los ciudadanos, al igual que la efectividad de la acción penal (Arboleda & Ruiz, 2007)).

La Ley 906 de 2004 define en el artículo 132 como víctimas, a aquellas personas naturales o jurídicas y demás sujetos de derechos que hayan sufrido algún tipo de daño por consecuencia del injusto ya sea a nivel individual o colectivo. Igualmente se plantea que la(s) víctima(s) deben tener atención y protección inmediata. La Fiscalía tomará las medidas necesarias que garanticen la seguridad tanto personal como familiar y se llevaran a cabo las medidas de atención y protección a las víctimas. Estas, están en la capacidad y el derecho de solicitar: las medidas indispensables para su atención y protección; garantía de comunicación, información sobre las facultades y derechos que puede ejercer por los perjuicios causados con el injusto.

Lo anterior hace referencia a que toda víctima tiene derecho a:

- Ser respetada como persona y recibir un trato digno.
- Ser reconocida como víctima.
- Ser protegida junto con su familia en su intimidad y seguridad.
- Recibir información sobre sus derechos y a la atención de sus peticiones.
- Participar en las audiencias públicas señaladas en la ley.

Ser asistida por un abogado

Recibir atención para su debida recuperación

Ser reparada integralmente del daño sufrido.

Por otro lado en el Artículo 137, de la Ley 906 de 2004, se establece como puede ser la Intervención de las víctimas en la actuación penal. Las víctimas, en garantía de los derechos a la verdad, la justicia y la reparación, tienen el derecho de intervenir en todas las fases de la actuación penal, de acuerdo a las reglas establecidas.

Por esta razón, el CAV se encarga de brindar distintos recursos y/o servicios gratuitos que fortalecen a la víctima durante el desarrollo del Proceso Penal, mediante asesoramiento tanto jurídico (información sobre el desarrollo del proceso) como de trabajo social, y finalmente una asesoría psicológica con la cual se brinda atención en crisis, soporte emocional, preparación y acompañamiento psicológico en audiencias, así como remisión a otras instituciones más especializadas en ciertos servicios que la persona pueda llegar a requerir en ese momento (CAV, 2011).

Teniendo en cuenta los anteriores derechos de las víctimas y la necesidades analizadas durante la pasantía en el CAV, en el siguiente apartado se presenta el tema de la resiliencia, profundizando específicamente en dos factores protectores que hacen parte de la misma: resolución de problemas y habilidades de comunicación, con el fin de analizar la importancia de desarrollar dichos factores en el proceso de victimización de los adolescentes, quienes durante el proceso de asesorías psicológicas en el CAV se mostraron débiles en estos dos factores, los cuales son indispensables para el proceso de duelo que deben vivir frente a la situación adversa por la cual estén pasando.

Nuestro mensaje es recordar que la psicología no es solamente el estudio de patología, debilidad y daño; es también el estudio de la fuerza y la virtud. El tratamiento no es solamente arreglar lo que se ha roto, sino alimentar lo que es mejor (Seligman, 2003, p. 43).

La humanidad a lo largo del tiempo ha evidenciado que las personas logran sobrepasar situaciones o condiciones que presentan un grado severo de adversidad y que en muchos de los casos llegan a convertirlas en una ventaja o en estímulo para un desarrollo integral, es decir, un ser bio-psico-socio-espiritual (Munist, et al. 2006).

Resiliencia

En este sentido, Werner y Smith (1983) afirman que el término de resiliencia surge desde el mundo anglosajón, tomando como base los trabajos de Emmy Werner en Estados Unidos y Michael Rutter en Inglaterra. De allí tuvo una fuerte expansión hacia Europa y América Latina donde se desarrolló con mayor auge en el contexto comunitario. La investigación realizada por Werner estableció la resiliencia como una temática investigativa, esta consistió en un estudio longitudinal realizado por un periodo de tiempo de 30 años, en una multitud de Hawaii con una muestra de 698 niños que nacieron en condiciones precarias; de acuerdo con los resultados, se encontró que después de los 30 años, el 80% de los niños habían trascendido de una manera positiva, los cuales llegaron a ser personas integrales y competentes.

Los teóricos de las ciencias sociales, definen la resiliencia como la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, aprender de estas, superarlas e inclusive, ser transformados o fortalecidos por ellas (Henderson, 2006). La activación de la resiliencia, surge en situaciones de estrés prolongado y severo, lo cual genera condiciones que provocan una mayor vulnerabilidad o resistencia (Acero, 2009).

Cyrułnik (2002), uno de los autores más reconocidos en el tema, define la resiliencia como la capacidad que desarrollan algunos individuos de sobreponerse ante las heridas emocionales más graves como el duelo, la tortura, la guerra, la violación, o la deportación así como también a los traumatismos psicológicos, a los cuales están expuestas millones de personas en el mundo actual.

De la misma manera, la resiliencia surge de la interacción entre factores sociales y personales, la cual se manifiesta de manera particular en cada persona. Estas discrepancias de los seres humanos son producto del procesamiento interno del contexto que los rodea (Acero, 2009).

La resiliencia va más allá de la posibilidad de sobrevivir a un evento traumático, eludirlo o atravesarlo; no todos los que sobreviven a estas situaciones son resilientes, algunos de ellos quedan atrapados y se denominan víctimas, estas forjan un impedimento de crecimiento basado en la culpa y la ira. Por otra parte, las características propias de la resiliencia permiten a las personas sanar las heridas, hacerse cargo de su vida, desarrollar una existencia plena y amar. Es importante resaltar que la comprensión de esta se fortalece cuando la persona es capaz de abrirse a nuevas experiencias y actuar en forma independiente (Walsh, 2004).

Existe un sentido a pesar del sufrimiento -no, incluso a través de él-, teniendo en cuenta que, en algún momento u otro de la vida, nos enfrentamos con un sufrimiento inevitable. Si el sufrimiento es evitable, el sentido estriba en eliminar la causa de este sufrimiento, ya sea una causa psicológica, biológica o sociológica. Un sufrimiento innecesario es mas masoquista que heroico (Frankl, 1999, p.190).

Los adolescentes que crecen en contextos altamente violentos y los que sobreviven a éstos, son aquellos que pueden dar sentido a la tragedia, además de ello tienen la capacidad de organizar un relato y encontrar a quien narrarlo, y se pueden proyectar en un espacio de creatividad. La resiliencia en este caso se evidencia en un plano de interacciones complejas involucrando a quienes tratan de sobrevivir en el entorno; por lo cual nace la posibilidad de crear un vínculo ya sea real o imaginario, con uno mismo o con los demás (Vaillant, 2004).

En contraste con lo mencionado anteriormente, García (2005) afirma que la resiliencia no está vinculada a la fortaleza o debilidad constitucional de las personas, está ligado a como los distintos individuos se encuentran afectados por estímulos estresantes o la reacción que tienen frente a los mismos. De acuerdo con ello, esta hace énfasis en las fortalezas o aspectos positivos de cada persona, más que en sus carencias y déficits permitiendo la potencialización de los aspectos positivos. Dentro de esta, se encuentran componentes asociados tales como: la autovaloración positiva y la confianza en las propias capacidades, la capacidad para manejar impulsos fuertes y sentimientos, la capacidad para realizar planes realistas y llevarlos a cabo, las habilidades para solucionar problemas y comunicarse con los demás.

Las investigaciones sobre adolescencia y resiliencia mencionan la importancia de tomar en cuenta las características propias de este momento evolutivo. La adolescencia es una etapa difícil, de cambios y transformaciones, que llevan al sujeto a una búsqueda de nuevos contextos de socialización y nuevas formas de sociabilidad, con el fin de lograr establecer una identidad social y personal. En ese mundo de autonomía creciente en la que viven los adolescentes, empiezan a tomar decisiones propias y trayectorias particulares a su edad, en combinación con las prácticas a través de las que se perfila el proyecto adulto. De acuerdo con lo anterior, cabe resaltar que en este momento del ciclo vital, es cuando hay mas tentativas diferentes de exposición a la adversidad, porque lo cual es de suma importancia fomentar habilidades sociales, cognitivas y emocionales que le permitan al adolescente enfrentarse exitosa y adecuadamente a los desafíos que se le presentan en el camino (Cardozo & Alderete, 2009).

Es importante considerar que la resiliencia se puede incentivar a lo largo del ciclo vital. Los elementos que ayudan a fortalecer la resiliencia consisten en: iniciativa, confianza, identidad, aplicación, autonomía, integridad, intimidad y capacidad de generar. Cada uno de ellos, tiene mayor relevancia en una etapa de desarrollo y crecimiento específica (Henderson, 2006).

Un estudio realizado por Cardozo y Alderete (2009) sobre resiliencia, propuso como objetivo determinar las variables individuales y sociales que contribuyen al fortalecimiento del proceso de resiliencia, en una población de 210 adolescentes escolarizados de ambos sexos en un estrato socioeconómico bajo, residentes de Argentina. En la investigación destacaron dos grupos los resilientes y los no resilientes, los cuales fueron comparados en relación a las características socio demográficas y con las variables en estudio. Como resultados determinaron diferencias significativas en relación con el auto-concepto, soporte social, inteligencia y sucesos estresantes de vida por problemas personales. Concluyeron que el auto-concepto es la variable mejor predictora de la resiliencia, seguida de soporte social y autorregulación de habilidades cognitivas-emocionales.

Los enfoques de protección de la adolescencia, proporcionan una perspectiva de esperanza frente a las condiciones adversas, considerando que la resiliencia “se puede tejer” y no solo hay que buscarla en el interior de la persona, ni en el contexto que lo rodea, ni tampoco hay que mirar o analizar estos dos factores de forma separada, sino en conjunto puesto que uno depende del otro. Es por esto, que podría ser un reto trabajar con adolescentes en condiciones de vulnerabilidad social (Cardozo & Alderete, 2009).

Factores protectores: habilidades de comunicación asertiva y solución de problemas

Los términos vulnerabilidad y factores protectores hacen referencia a la capacidad que tienen los individuos de modificar respuestas cuando se enfrentan a situaciones de riesgo, por lo cual no se tratan de forma separada, sino dentro de un mismo término (Roizblatt, 2006).

Los factores protectores se definen como los entornos o condiciones que son capaces de favorecer el desarrollo de personas o grupos, y que en la mayoría de los casos reducen los efectos de situaciones desfavorables. Teniendo en cuenta lo anterior, los factores protectores se pueden clasificar entre externos e internos. Los externos se definen como las condiciones del medio que actúan reduciendo la posibilidad de daños; entre este se encuentran: la integración social y laboral, la familia extendida y el apoyo de un adulto significativos. Los factores internos hacen

referencia a las características o atributos propios de la persona dentro de los cuales se destacan: un Coeficiente Intelectual (CI) elevado, buena capacidad de resolver problemas, capacidad de planificar, uso de estrategias de afrontamiento, sensación de eficacia personal, comprensión de sí mismo, habilidades comunicativas, competencias racionales (empatía y capacidad de buscar ayuda) y sentido del humor (Munist, et al. 2006; Manciaux, 2003).

Como se mencionó en apartados anteriores, los factores protectores que se tuvieron en cuenta para este trabajo fueron: resolución de problemas y habilidades de comunicación asertiva, debido a que en el estudio de necesidades que se realizó en el CAV, se detectó que estos factores se encontraban débiles en la población adolescente víctima secundaria de homicidio.

La solución de problemas hace referencia a la adquisición de habilidades de desempeño de carácter interpersonal para la solución a situaciones críticas; es importante resaltar que cada cultura tiene diferentes formas de enfrentar la relación entre los individuos, por lo cual la adecuación del adolescente hacia estas posibilidades es vital para enfrentar las situaciones complejas que se pueden presentar en diferentes ámbitos como el familiar, sentimental y académico. Dentro de este factor se incluye la entrega progresiva de responsabilidades a los adolescentes, de manera que reconozcan y acepten normas para poder desarrollar un sentido moral y ético, que de igual forma les ayudara a enfrentar de una mejor manera las situaciones difíciles de la vida (Munist, et al. 2006). Las técnicas de resolución de problemas están enfocadas a entrenar al sujeto en habilidades que lo capaciten para abordar con éxito diferentes problemas e incrementar sus expectativas sobre la capacidad para resolver situaciones conflictivas. El objetivo de este componente es ayudar al adolescente a descomponer un problema en partes más pequeñas, enseñándole a identificar el evento que desencadenó el conflicto, la forma de afrontarlo, así como las consecuencias positivas y negativas relacionadas con dicho afrontamiento, todo ello con la finalidad de ayudarlo a adaptarse socialmente en su ambiente (González. 2010).

Nezu, Nezu y Lombardo (2006) señalan que este componente se centra en aumentar la capacidad de afrontamiento ante situaciones conflictivas, lo que implica modificar aspectos cognitivos como la visión negativa con respecto a situaciones problemáticas y las expectativas que la persona tiene sobre su capacidad para solucionarlo, así como incrementar el compromiso del adolescente para autorreforzarse cuando logre resolverlo. Este proceso de aprendizaje le permitirá aprender a fijarse metas, para el afrontamiento de metas cotidianas.

Por otro lado, las habilidades de comunicación asertiva se encuentran conformadas por cuatro factores elementales, la existencia de la persona que emite el lenguaje, el sujeto que lo recibe, el canal de transmisión, finalmente la retroalimentación; los cuales se interrelacionan entre sí para crear un proceso completo. El adolescente debe comunicar una información que contiene un mensaje, en el cual exprese lo que siente a través del diálogo, la confianza y la comprensión. El proceso de retroalimentación es aquel en el que el adolescente influye sobre sí mismo y es capaz de autorregular. Una buena comunicación entre un adolescente y sus redes de apoyo, fortalece la resiliencia (Manciaux, 2003). Lo anterior, teniendo en cuenta que el objetivo del entrenamiento asertivo es que la persona sea capaz de expresar sus sentimientos de manera personalmente satisfactoria y socialmente efectiva. Actualmente, el concepto de asertividad se define como una forma de conducta interpersonal, la cual incluye la expresión socialmente apropiada de pensamientos y sentimientos, tanto negativos (enojo, tristeza) como positivos (afecto, felicidad). La comunicación asertiva se caracteriza por que una persona tiene la capacidad de dirigirse honestamente a otra, tomando en cuenta sus derechos y sentimientos; por lo cual incluye también una comunicación efectiva. La conducta asertiva implica la expresión directa y no coercitiva de pensamientos, sentimientos y preferencias (González. 2010). Los individuos que no son asertivos nunca tuvieron la oportunidad de adquirir habilidades que le permitieran serlo, debido a que provienen de familias en las que ambos padres no son asertivos y por efectos del modelamiento aprendieron a inhibir las conductas asertivas al observar que sus padres hacen lo mismo (Camacho & Camacho. 2005).

El entrenamiento les brinda a los adolescentes la oportunidad de relacionarse con otros, aprendiendo a escuchar, a expresar lo que piensan, a ampliar su red social, y a sentir empatía por otros (González. 2010).

Aprendizaje Significativo de Ausbel

Esto implica que al tratar de fomentar las estrategias resilientes, se debe utilizar material que sea potencialmente significativo, para así lograr que la información que se desea transmitir, pueda ser afianzada a ideas previas sobre la resiliencia, lo cual permitirá la interiorización de estas estrategias en un futuro, en situaciones que enfrentarán los adolescentes durante el ciclo de vida.

Según Ausubel, Novak y Hanesian (2003) adquirir aprendizajes y nuevas ideas se relaciona con las actitudes básicas de los seres humanos, lo cual depende del origen de energías intensas de concentración y atención.

De acuerdo con lo mencionado anteriormente, el aprendizaje significativo, hace referencia a los nuevos significados. Así mismo, los nuevos significados son el resultado final del aprendizaje significativo. Esto quiere decir, el surgimiento de nuevos significados en el adolescente refleja la ejecución y la terminación previa de un proceso de aprendizaje significativo (Ausubel, 2002).

Dentro de las condiciones que permiten el logro del aprendizaje significativo, es importante mencionar la relación que hace el adolescente sobre la nueva información de forma sustancial y no arbitraria, con las experiencias previas y familiares, así como también con los conocimientos previos, los cuales posee en su estructura cognitiva (Díaz & Hernández, 2010).

El criterio denominado relacionabilidad sustancial, alude a que un mismo concepto se puede expresar de una manera diferente y aún así, se sigue transmitiendo el significado adecuado del concepto. De la misma forma, se encuentra el criterio de relacionabilidad no arbitraria, en el cual se evidencia que el contenido del aprendizaje posee una intención suficiente, que se puede relacionar con las temáticas que las personas tienen la capacidad de aprender (Díaz & Hernández, 2010).

Es importante resaltar, que se escogieron específicamente estos dos factores, como necesidad identificada a través de la experiencia como psicólogas en formación en el CAV, por medio de las asesorías psicológicas realizadas a usuarios adolescentes víctimas secundarias de homicidio, donde se evidenciaron dificultades en las relaciones intrafamiliares e interpersonales de estos adolescentes, debido a la falta de habilidades de comunicación y de solución de problemas. También vale la pena destacar, que mediante el análisis detallado de casos recibidos en el CAV durante los años 2010 y 2011, se evidenció que esta población no había tenido ningún tipo de atención ajustada a sus necesidades.

Con el fin de generar un proceso de aprendizaje sobre la situación adversa en la que se encuentra la población objeto de intervención y facilitar su comprensión, se empleó la psicoeducación, la cual fue pertinente para el logro de los objetivos planteados en esta intervención debido a que fue un método mediante el cual los adolescentes pudieron informarse, desarrollar, fortalecer y educar su capacidad para llevar a cabo el fortalecimiento de dos factores protectores de la Resiliencia, para que el problema, víctimas secundarias de homicidio, fuera afrontado,

aceptado y asumido de la mejor manera, permitiéndole a cada uno posicionarse críticamente frente al problema que se encontraba atravesando, para que así comenzaran a pensar de una nueva forma y continuarán adecuadamente con sus vidas (Vizarra & Dionne, 2008). Este método funcionó como estrategia para enseñarles a los participantes sobre su proceso de victimización y brindarles orientación para sobrepasar y afrontar de la mejor manera dicho proceso, mostrándoles cómo se podían fortalecer los factores protectores: habilidades de comunicación y solución de problemas.

Teniendo en cuenta las necesidades detectadas en el CAV, se evidenció vulnerabilidad en la población de adolescentes víctimas indirectas de homicidio. Por esta razón y con el objetivo de otorgar un abordaje más integral a dicha problemática, se planteó a través de un programa psico-educativo fundamentado en la teoría del aprendizaje significativo de Ausubel, el fortalecimiento de la resiliencia mediante habilidades de comunicación asertiva y solución de problemas en estos adolescentes (entre 15 y 18 años).

Método

Aproximación Metodológica

Se trató de una estrategia de intervención psico-educativa desde la investigación acción participativa, la cual permitió vincular el estudio de los problemas en un contexto determinado con programas de acción social, de manera que se logró de forma simultánea generar conocimientos y cambios sociales (Vidal & Rivera, 2007).

Participantes

La población con la cual se desarrolló la estrategia psico-educativa (fortalecimiento de habilidades de comunicación asertiva y orientación a la resolución de problemas) fue un grupo de 3 adolescentes entre los 15 y 18 años, habitantes de la ciudad de Bogotá, quienes se caracterizaron por ser víctimas secundarias de homicidio usuarios del CAV.

Técnicas e instrumentos de recolección de información

Entrevista abierta personal: permite recoger información sobre acontecimientos y aspectos subjetivos de las personas: creencias y actitudes, opiniones, valores o conocimiento, que de otra manera no estarían al alcance del investigador. Esta recolección de información se da mediante un proceso de comunicación (Acevedo, 2000). Por ende, se llevó a cabo una entrevista personal a profundidad con los adolescentes usuarios del CAV, para la identificación de necesidades. Esta

constó de preguntas abiertas que indagaban las experiencias traumáticas del fallecimiento de un ser cercano, sus sentimientos y las estrategias de afrontamiento utilizadas.

Entrevista estructurada: Se elaboraron preguntas abiertas y cerradas que evaluaron la metodología, la adquisición y modificación de habilidades de la estrategia psico-educativa, para analizar los factores pertinentes asociados a la conducta resiliente de los adolescentes.

Observación: Se analizó al participante, describiendo los comportamientos del individuo en la participación de la estrategia psico-educativa (Guasch, 1997).

Entrevista semiestructurada: Se elaboraron preguntas abiertas para hacerle seguimiento a la estrategia psico-educativa, con el fin de evaluar el impacto de esta en los tres adolescentes.

Procedimiento

Fase 1. Identificación de Necesidades

Las necesidades fueron identificadas por medio de una entrevista abierta personal, realizada a los adolescentes, con el propósito de establecer si contaban con habilidades de comunicación asertiva y solución de problemas, como factores protectores de la resiliencia.

Fase 2. Definición de la Problemática

De acuerdo con la entrevista abierta personal realizada a los adolescentes, se logró identificar la presencia de dificultades en las relaciones intrafamiliares e interpersonales de estos adolescentes, evidenciándose un déficit en habilidades de comunicación y solución de problemas.

Es importante resaltar que mediante los casos atendidos se pudo observar que esta población no había tenido ningún tipo de atención ajustada a estas necesidades. De esta manera, se planteó el proyecto: “Resiliencia en Adolescentes Víctimas Secundarias de Homicidio: una Propuesta Psicoeducativa”, buscando fortalecer dichas habilidades.

Fase 3: Diseño y aplicación de una estrategia psico-educativa “Enrúmbate la vida”

Se diseñó la propuesta de estrategia psico-educativa “Enrúmbate la vida” (Ver Anexo 1), la cual se dividió en dos sesiones desarrolladas durante un día, con una duración de 3 ½ horas cada una. Para su desarrollo se contó con dos facilitadores que estaban a la disposición de los tres participantes, con el fin de garantizar la integridad y el bienestar de los mismos. Dichos facilitadores fueron las estudiantes que diseñaron el proyecto. Se contó también con la colaboración de dos personas encargadas de los equipos utilizados durante el desarrollo de la

estrategia. El espacio donde se desarrollaron los talleres estaba ubicado en las instalaciones del CAV de la Fiscalía General de la Nación, en un salón apropiado para el número de personas invitadas a participar en la estrategia y adecuado para los objetivos propuestos, lo cual facilitó las actividades planeadas en la estrategia psico-educativa. Cada sesión requirió de distintos materiales y recursos, los cuales dependían de las actividades específicas a realizar.

Fase 4: Evaluación de la propuesta psico-educativa

Se elaboraron preguntas abiertas y cerradas (Ver Anexo 3) dirigidas a evaluar la efectividad y pertinencia de la propuesta de investigación-intervención psico-educativa en la vida de los adolescentes.

Fase 5: Seguimiento

Pasados seis meses de la aplicación de la estrategia psico-educativa, se contactaron los adolescentes vía telefónica, con el fin de evaluar el aprendizaje de las habilidades promovidas mediante las actividades experienciales y los efectos de la estrategia en general; a través de la entrevista semi-estructurada (Ver anexo 4).

Resultados

Según el estudio de necesidades llevado a cabo mediante la entrevista abierta personal realizada a adolescentes usuarios del CAV, se detectó que los factores protectores de la resiliencia: habilidades de comunicación asertiva y solución de problemas, se encontraban débiles en la población adolescente víctima secundaria de homicidio. Los adolescentes reportaron haber sufrido experiencias traumáticas debido a la pérdida de un ser cercano, experimentado tristeza, ira, dolor y rencor, sentimientos de minusvalía, aislamiento social, dejando de sentir placer por actividades que antes realizaban; como consecuencia de estrategias de afrontamiento inadecuadas.

Teniendo en cuenta lo anterior, se diseñó la propuesta de estrategia psico-educativa “Enrúmbate la vida” (Anexo 1), la cual se estructuró en 2 sesiones, cada una de ellas orientada a desarrollar un factor protector de la resiliencia. La primera tenía como objetivo desarrollar *Las Habilidades Comunicación asertiva*, basada en la definición de habilidades de comunicación asertiva que construían los facilitadores y adolescentes, a través del desarrollo de la sesión. Las actividades de esta sesión estaban enfocadas a que los participantes comprendieran a profundidad la situación que estaban atravesando (proceso de victimización: las consecuencias, efectos y sentimientos que puede llegar a vivir una persona después del fallecimiento de un ser

querido) y la importancia de tener habilidades comunicación asertiva para poder expresar los sentimientos y tener mejores relaciones interpersonales. Es importante resaltar que las habilidades comunicativas no solo se inculcaron para la situación que vivían en ese momento sino para llevarlas a cabo a lo largo de sus vidas. De esta manera, los adolescentes pudieron descubrir los aspectos positivos con los que cuenta cada uno para poder tener habilidades de comunicación asertiva, y la utilidad de este factor protector para fomentar la resiliencia en sus vidas, aprovechando estas habilidades especialmente en los momentos más difíciles de sus vidas. Al finalizar cada actividad se socializaban opiniones y percepciones positivas y constructivas sobre lo que habían descubierto acerca de las habilidades comunicativas y como podían aplicarlo en sus vidas de una manera acertada, y en que estaban fallando o tenían dificultades.

La segunda sesión tuvo como objetivo desarrollar orientación a *La Resolución de Problemas*, basada en el concepto de resolución de problemas y la importancia en el afrontamiento de la victimización, construido por los adolescentes participantes. Las actividades de esta sesión (Presentación, Perdidos en el mar, Construcción de una silla y Cierre general) estaban orientadas a que los adolescentes analizaran la capacidad de solución de problemas que cada uno tenía frente a una situación específica, para que de esta forma descubrieran la importancia de tener como prioridad en la vida buscar soluciones adecuadas y funcionales frente a las adversidades que se presentan cada día, en especial para su proceso de afrontamiento de la victimización. Es así, como se les mostro a los adolescentes, como este factor podía contribuirles para manejar adecuadamente los inconvenientes o situaciones que vivan a lo largo de sus vidas. En el transcurso de estos talleres experienciales, se les brindaron a los adolescentes diferentes herramientas que podían utilizar para obtener una adecuada solución problemas. De esta manera, los adolescentes pudieron descubrir los aspectos positivos y las dificultades con los que contaba cada uno para poder tener una adecuada solución de problemas, y la utilidad de este factor protector para fomentar la resiliencia en sus vidas. Es importante resaltar que las actividades realizadas en las dos sesiones se hicieron en grupo, ninguna individual. Cuando cada actividad terminaba, se socializaban sus opiniones y percepciones sobre lo que habían descubierto positivo acerca de la resolución de problemas y como podían aplicarlo en sus vidas de una manera acertada. Después de cada sesión, se llevo a cabo un cierre general con la retroalimentación respectiva, lo cual también se realizó al finalizar el cierre completo de la estrategia psico-educativa. Es importante resaltar que se llevo a cabo un protocolo de llamada,

para invitar a los adolescentes a participar en la estrategia. Igualmente se realizó observación durante toda la aplicación del taller.

Con respecto a los resultados de la observación, los adolescentes se mostraron resistentes para contestar verbalmente las preguntas de la primera actividad de la estrategia, mientras que en el momento de escribir, mostraron mayor motivación, realizando la instrucción brindada.

La actividad de victimización actuó como ordenador, definiendo el encuadre entre los adolescentes y las psicólogas en formación, lo que permitió mantener una actitud colaboradora frente a la estrategia psicoeducativa en los participantes, pues fue allí donde evidenciaron características comunes entre ellos. De manera verbal expresaron su experiencia vivida y mencionaron la importancia de esta actividad para su ventilación emocional y resolución de conflictos. De igual forma, lograron mantener una conducta y un ambiente de respeto, y dialogo entre ellos, pudiéndose evidenciar a medida que avanzaban las actividades, mayor identificación de los adolescentes con el taller.

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos en la aplicación de la entrevista estructurada, se permitió conocer la metodología, la adquisición y modificación de habilidades de los adolescentes con respecto a la estrategia psico-educativa. En la categoría de metodología, se tuvieron en cuenta los siguientes elementos conceptuales: aprendizaje, organización, manejo, satisfacción, expectativas, materiales, recursos físicos, lugar, tiempo y duración. Los adolescentes percibieron la estrategia en su mayoría como un ejercicio satisfactorio y positivo para sus vidas, en el que la mayor cantidad de respuestas demostraron que los adolescentes se encontraban en “total acuerdo” en las actividades en las que ellos participaron, demostrándose así, la efectividad del mismo frente al fortalecimiento de los factores de resiliencia trabajados.

Para la categoría de aprendizaje, se revisaron elementos de efectividad de las actividades, que evidenciaron un mejoramiento en el concepto del empleo adecuado de las habilidades de comunicación asertiva y la resolución de problemas frente a situaciones adversas. Al respecto los adolescentes reportaron que aprendieron la importancia de luchar por lo que se quiere, sin dejarse abrumar por los problemas que se presenten en la vida, a los cuales se les debe buscar una solución, siempre teniendo en cuenta lo importante que es expresar adecuadamente todo lo que se siente. También consideraron que las actividades fueron efectivas para que ellos aprendieran el uso adecuado de las habilidades de comunicación y resolución de problemas frente a situaciones adversas, sustentando que la comunicación es la única forma de desahogarse,

y evitar inconvenientes para así salir adelante y afrontar adecuadamente estas situaciones adversas que se presentan en el transcurso de la vida.

Finalmente, al evaluar el aprendizaje de los adolescentes mediante una entrevista semiestructurada (después de 6 meses), se pudo evidenciar la importancia que tiene para estos, llevar a cabo una adecuada expresión de los sentimientos como forma de autoconocimiento, contacto con las personas que los rodean y crecimiento personal y social; lo cual conlleva a una efectiva solución de problemas. No obstante, los adolescentes mencionaron que hacen uso de estas herramientas en los distintos contextos en los cuales se relacionan. Igualmente, reportaron estar interesados en la participación de futuros talleres que involucren este tipo de temas, los cuales los han fortalecido en los distintos contextos ante situaciones adversas, a las cuales se han visto expuestos a lo largo de sus vidas. Los adolescentes resaltan gran interés y motivación en volver a participar en otros talleres que trabajen tópicos interesantes, que contribuyan positivamente en sus vidas.

Discusión/Conclusión

La estrategia psico-educativa realizada desde un modelo experiencial, basada en la teoría de aprendizaje significativo de Ausbel, generó aprendizaje en los adolescentes víctimas secundarias de homicidio, produciendo cambios positivos en sus habilidades particulares, cumpliendo con el objetivo principal: fortalecer habilidades de comunicación asertiva y solución de problemas.

La relación empática de las facilitadoras de la estrategia con los adolescentes, permitió fortalecer los factores protectores de la resiliencia, corroborando así lo propuesto por Acero (2009), quien plantea que la resiliencia surge de la interacción entre factores sociales y personales, la cual se manifiesta de manera particular en cada persona. Estas particularidades de los seres humanos son producto del procesamiento interno del contexto que los rodea. Cabe resaltar la importancia del lenguaje verbal del moderador, pues por medio de este se logra la empatía (Cardozo & Alderete, 2009).

Teniendo en cuenta la vulnerabilidad que representa la etapa de la adolescencia durante el desarrollo del ciclo vital, y específicamente la condición de los jóvenes participantes, se brindaron herramientas necesarias para el afrontamiento adecuado del proceso de victimización, por el cual estaban pasando los adolescentes, quienes reportaron haber obtenido resultados satisfactorios.

Lo anterior es sumamente importante, puesto que Donas (2001) considera que los adolescentes no tienen la capacidad para enfrentar sus problemas de forma efectiva, por ende, su comportamiento puede llegar a generar efectos negativos no solo en su propia vida, sino también en el funcionamiento de sus familias y de la sociedad. En este sentido, cabe resaltar la pertinencia del rol del facilitador durante el proceso de victimización de los adolescentes, pues es quien lo promueve y fortalece haciéndolo viable, a partir de su experiencia, destreza y conocimiento.

Al lograr fortalecer los dos factores protectores de la resiliencia en los adolescentes, se está contribuyendo positivamente en el proyecto adulto de estos, teniendo en cuenta que la situación adversa por la cual estos adolescentes estaban pasando, alteraba de una u otra forma la búsqueda de nuevos contextos de socialización afectando su futuro. Por esta razón, y al ser esta etapa una de las más vulnerables durante el ciclo vital, estos factores protectores se convierten desde el momento en que fueron trabajados, en una herramienta base para las decisiones que cada uno de los adolescentes tiene que tomar día a día, y para el afrontamiento de las situaciones de adversidad que puedan llegar a presentarse en su ciclo vital, contribuyendo de esta manera al mundo de autonomía creciente en el que viven los adolescentes, donde empiezan a tomar decisiones propias y trayectorias particulares a su edad, en combinación con las prácticas a través de las que se perfila el proyecto adulto (Cardozo & Alderete, 2009).

Teniendo en cuenta lo dicho anteriormente y partiendo que los factores protectores de la resiliencia se clasifican en internos y externos, es pertinente resaltar que en la estrategia desarrollada se hizo énfasis en los primeros, ya que estos hacen parte de las características o atributos propios de la persona dentro de los cuales se destacan: la buena capacidad de resolver problemas, capacidad de planificar, uso de estrategias de afrontamiento, sensación de eficacia personal, comprensión de sí mismo, habilidades de comunicación, competencias racionales (empatía y capacidad de buscar ayuda) y sentido del humor (Munits, et al. 2006; Manciaux, 2003).

Cabe resaltar que se eligieron como factores protectores de la resiliencia a trabajar: las habilidades comunicativas asertivas y la resolución de problemas, debido a que durante la etapa de la adolescencia es cuando hay mayor exposición a la adversidad; haciendo que sea de suma importancia el desarrollo de habilidades sociales, cognitivas y emocionales que les permitan a los

adolescentes enfrentarse exitosa y adecuadamente a los desafíos que se le presentan en el camino (Cardozo & Alderete, 2009).

En este caso, se fortalecieron dos factores protectores esenciales que le contribuyeron a los adolescentes un afrontamiento adecuado, exitoso y funcional de la situación adversa por la cual estaban atravesando. Es importante resaltar que estos factores protectores se constituyen en condiciones que favorecen el desarrollo de personas o grupos, y en la mayoría de los casos reducen los efectos de situaciones desfavorables.

En este sentido, se resalta la pertinencia y efectividad de las actividades que integraban la estrategia psico-educativa “Enrúmbate la Vida” promoviendo habilidades que favorecen la resiliencia en las adolescentes víctimas secundarias de homicidio.

Se pudo evidenciar claramente durante el desarrollo de la estrategia psico-educativa, como el grupo (facilitadoras y adolescentes) interactuó positivamente frente a cada actividad, proponiendo reglas propias y procedimientos a cumplir y respetar, para así lograr efectivamente los objetivos de cada actividad.

Igualmente, se evidenció la pertinencia de esta intervención psico-educativa en los adolescentes, debido a que mediante este método lograron informar, educar y desarrollar su capacidad para llevar a cabo el fortalecimiento de los dos factores protectores de la Resiliencia, para de esta forma poder afrontar, aceptar y asumir de la mejor manera su situación adversa, permitiéndole a cada uno posicionarse críticamente frente a este problema, para así comenzar a pensar de una nueva forma y continuar adecuadamente con sus vidas (Vizarra & Dionne, 2008).

Así mismo, se reflejó el aprendizaje significativo y la adquisición de conocimiento por parte los adolescentes durante el desarrollo de la estrategia psico-educativa, como lo expresaron a través de la encuesta que calificó el desarrollo de la actividad y su aprendizaje frente a la misma.

Teniendo en cuenta las condiciones primordiales que permiten el logro del aprendizaje significativo, el adolescente hizo una relación de la nueva información de forma sustancial y no arbitraria, partiendo de las experiencias previas y familiares, así como también de los conocimientos previos, los cuales posee en su estructura cognitiva (Díaz & Hernández, 2010).

Se destaca así la importancia de las actividades realizadas, desde una mirada de promoción de los factores protectores de resiliencia en sí misma, ya que le brindó al adolescente una

retroalimentación de logros o errores, que pueden requerir modificación o confirmaciones a nivel de las habilidades en particular y de la conducta en general.

Cabe resaltar que las actividades realizadas permitieron lograr los objetivos planteados inicialmente, identificando la importancia de fortalecer tanto las habilidades de comunicación asertiva como la resolución de problemas en adolescentes víctimas secundarias de homicidio; observándolo en la práctica como una necesidad real y un factor en el cual es pertinente ahondar tanto en la investigación como la intervención.

Dentro del ejercicio se identificaron como limitaciones, la dificultad de convocatoria y asistencia de la población objeto, respecto a esta última, habría sido benéfico contar con un grupo más amplio de adolescentes para obtener resultados más generalizables, una retroalimentación más grande y un mayor número de sugerencias para futuras aplicaciones. Otra limitación identificada, fue la organización de la agenda de la jornada y la limitación del tiempo, teniendo en cuenta que se desarrollo en un solo día toda la estrategia y aunque se dieron dos momentos descanso durante la jornada, esta se tornó un poco densa hacia las horas de la tarde.

Por lo anterior, para futuras aplicaciones se recomienda fortalecer la convocatoria y dividir la jornada en dos días, uno donde se abarque el tema de habilidades de comunicación asertiva y otro el de resolución de conflictos.

Referencias

- Acero, P. (2009). Resilience and criminal trends: Protective factors of antisocial behavior. *Criminality*, 51, 131-145.
- Acevedo, A. (2000). *El proceso de la entrevista: conceptos y modelos*. México: Limusa.
- Angulo, D. (2003) *Proyecto de vida*. España: Editorial Herder
- Arboleda, M. & Ruiz, J. (2007). *Código Penal, comentado*. Colombia: Leyer.
- Ausbel, D. (2002). *Adquisición y retención del conocimiento: una perspectiva cognitiva*. España: Paidós.
- Ausubel, D., Novak, J., y Hanesian, H. (2003). *Psicología educativa. Un punto de vista cognoscitivo*. México: Trillas.
- Callabed, J. (2006) *El adolescente, hoy*. Zaragoza: Certeza
- Cámara de Comercio de Bogotá (2010) Observatorio de seguridad en Bogotá. Bogotá
- Camacho, C. y Camacho, M. (2005). Habilidades sociales en adolescencia: un programa de intervención. *Revista profesional española de terapia Cognitiva-Conductual*, 3, 1-27
- Cardozo, G. y Alderete, A. (2009). Adolescentes en riesgo psicosocial y resiliencia. *Revista universidad de norte*, 23, 148-182.
- CAV (2011) *Centro de Atención a Víctimas*. Recuperado el 15 de Febrero de 2011 [Online] URL: <http://www.cavcolombia.org/>
- CEPAL Y UNICEF. (2007). Maternidad adolescente en América Latina y el Caribe: Tendencias, problemas y desafíos. *Desafíos, Boletín de la infancia y adolescencia*. Vol.4 (002) Pp. 1-12.
- Colegio Oficial de Psicólogos. (2006). Psicología Jurídica. *Consejo general de colegios oficiales de psicólogos*. Recuperado el 15 de Febrero de 2011: <http://www.cop.es/infocop/pdf/1100.pdf>
- Concha, A. y Krug, E. (2006) Informe Mundial sobre la Salud y la Violencia de la OMS: una herramienta de trabajo. *Revista Panamericana de la Salud pública*. Vol. 12 (004) ISSN 1020-4989
- Corredor, A. (2002). Estudio cualitativo del duelo traumático de familiares de víctimas de homicidio según la presencia o ausencia de castigo legal. *Colombiana de psicología*. Obtenido el 23 de Febrero de 2011 de <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/804/80401103.pdf>.
- Cyrulnik, B. (2002). *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. Madrid: Gedisa.
- Díaz, F., y Hernández, G. (2010). *Estrategias docentes para un aprendizaje significativo: una interpretación constructivista*. México: McGrawHill.
- Domínguez, A. (2003). Conceptos fundamentales de victimología. Instituto de victimología. Recuperado el 15 de Febrero de 2011:<http://www.institutodevictimologia.com/Formacion19a.pdf>
- Donas, S. (2001) *Adolescencia y juventud en América Latina*. México: Libro Universitario Regional
- Fernández, M. (2000) *Determinación de vulnerabilidad en adolescentes*. Barquisimeto: Lara
- Frankl, V. (1999). *El hombre en busca del sentido último*. España: Paidós.
- García, L. (2005). Psicología positiva. Resiliencia, rebustez y crecimiento. Resistencia frente a la adversidad. *Hojas informativas*, 76, 35-42.
- González, B. (2010). *Manual de autocontrol del enojo, tratamiento cognitivo-conductual*. México: Manual moderno.
- Guasch, o. (1997). *Cuadernos metodológicos*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas.
- Henderson, E. (2006). *La resiliencia en el mundo de hoy*. Barcelona: Gedisa. S.A.

- Instituto de Medicina Legal y Ciencias Forenses (2010) Delitos de mayor impacto en la ciudad: Homicidio común. Bogotá.
- Manciaux, M. (2003). *La resiliencia: resistir y rehacerse*. Barcelona: Gedisa.
- Maddaleno, M., Morello, P., & Infante-Espínola, F. (2003) Salud y desarrollo de adolescentes y jóvenes en Latinoamérica y El Caribe: desafíos para la próxima década. *Salud Pública de México*. Vol. 45 (01) Pp. 132-139.
- Munist, M., Santos, H., Kotliarenco, M., Suárez, N., Infante, F., Grotberg, E., et al. (2006). *Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes*. Washington: Organización Panamericana de la Salud.
- Nezu, A., Nezu, C. y Lomardo, E. (2006). *Formulación de caso y diseño de tratamientos Cognitivo-Conductuales*. México: Manual moderno.
- ONU. (2006). *Violencia contra las niñas, niños y adolescentes: informe de la Secretaria Regional para el Estudio de América Latina, Cuba y República Dominicana en El Caribe*. New York: Organización de las Naciones Unidas.
- Organización Mundial de la Salud (2002) *Informe Mundial sobre la violencia y la salud: Resumen*. Washington: Organización Panamericana de la Salud.
- Ortega, M. (2006). Introducción a la psicología Jurídica. *Instituto de investigaciones jurídicas*. Recuperado el 10 de Febrero de 2011: <http://www.bibliojuridica.org/libros/6/2537/6.pdf>
- Ortigosa, J., Quiles, M., y Méndez, F. (2003) *Manual de psicología de la salud con niños, adolescentes y familia*. Madrid: Pirámide
- Rodriguez, E. (2006). Psicología jurídica y forense. *Escuela judicial de gobierno*. Recuperado el 15 de Febrero de 2011: <http://www.escuelajudicial.gob.hn/NR/rdonlyres/C2DC47EF-C37D-44DF-988C-F910311BE634/2964/M%C3%B3duloPsicolog%C3%ADaForense.pdf>
- Rodríguez, L. (2008) La elección de la víctima. *Cuaderno del Instituto Vasco de Criminología*. Vol. 22 Pg. 155-168. ISSN 0210-9700
- Roizblatt, A. (2006). *Terapia familiar y de pareja*. Buenos Aires: Salesianos.
- Seligman, M.E.P. (2003). *La autentica felicidad*. Barcelona: Vergara.
- Uriarte, J. (2006) Construir la resiliencia en la Escuela. *Revista de Psicodidáctica*. Vol. 11 (001) Pp. 7-24.
- Vaillant, M. (2004). *Reciclaje de la violencia y capacidad de resiliencia: la hipótesis transicional en la reparación. En el realismo de la esperanza*. Madrid: Gedisa.
- Vidal, M. y Rivera, N. (2007) Investigación-acción. *Educación Médica Superior. Escuela Nacional de Salud Pública*. Vol. 21 (004) 1-15
- Vinaccia, S y Quiceno, J. (2007). Resiliencia en adolescentes. *Colombiana de psicología*. 16, pp 139-148.
- Vizarra, M. y Dionne, J. (2008). *El desafío de la intervención psicosocial en Chile. Aportes desde la psico-educación*. Chile: RIL Editores.
- Walsh, F. (2004). *Resiliencia familiar: estrategias para su fortalecimiento*. España: Amorrortu.
- Werner, E., y Smith, R. (1982). *Vulnerable but invincible: a longitudinal study of resilient children and youth*. New York: McGraw-Hill

Anexos

Anexo 1

Esta estrategia psico educativa se realizó con el objetivo de integrar la teoría psicoeducativa de Ausbel a cada una de las actividades que permitieran fortalecer en adolescentes víctimas secundarias de homicidio, dos factores protectores que fomentan la resiliencia: Resolución de problemas y habilidades comunicativas. El nombre de la estrategia psico-educativa es “enrúmbate la vida”

Hora	Nombre	Iniciación	Actividad	Recursos	Retroalimentación
9:00 a 9:30 a.m.	Presentación Objetivo: Introducir la estrategia psico educativa “enrúmbate la vida”	Los estudiantes encargados, deben presentarse y explicarles a los adolescentes en qué consistirá la estrategia psico-educativa a desarrollar, presentando el objetivo, explicar que los resultados se logran partiendo de un trabajo en equipo entre los facilitadores y los participantes y cuáles serán las reglas del juego.	Se les dará a los adolescentes una escarapela para que ellos escriban su nombre grande y se la puedan poner en un lugar visible. Con ayuda de los adolescentes se establecerán las reglas del juego para que sea un consenso entre los estudiantes y los adolescentes.	Tablero, marcadores, esferos y escarapelas.	Se les preguntara a los adolescentes si están de acuerdo con la actividad que se llevará a cabo, se resolverán preguntas o dudas.
9:30 a 10:15 am	¿Quién soy? Objetivo: Conocer a cada uno de los participantes en sus diferentes aspectos de la vida incluyendo	Se les solicitara los adolescentes que den una presentación de cada uno donde se incluirá el nombre, así como también, los aspectos de su vida que describan quienes.	Expresaran de forma directa y abstracta (Escribiendo, dibujando o con una canción) quien es cada uno, sus características propias, intereses,	Cartulina, revistas, hojas de colores y marcadores	Compartir la experiencia en grupo, valorar las diferencias de cada uno y fomentar el respeto.

	sus preferencias y gustos		talentos, y gustos y como es diferente con respecto a los demás.		
10:15 a 10:30 am	Receso con onces				
10:30 am	Habilidades comunicativas				
10:30 a 10:45	<p>Presentación</p> <p>Objetivo: Construir entre los estudiantes pasantes y los adolescentes una definición de resolución de problemas</p>	<p>Breve explicación del concepto habilidades comunicativas</p>	<p>Construir una definición de habilidades comunicativas</p>	<p>Cartulina y marcadores</p>	<p>La importancia de las habilidades comunicativas. Que son las habilidades comunicativas? Porque es importante comunicarse? Cuáles son las ventajas de tener una buena comunicación con los demás? Por que se deben tener buenas habilidades comunicativas? Como estas influyen positivamente en nuestras vidas?</p>
10:45 a 11:30	<p>Victimización</p> <p>Objetivo: Explicar a los adolescentes el concepto de victimización, sus consecuencias y efectos, lo anterior</p>	<p>Se hace una breve explicación sobre la situación que están atravesando en este caso su proceso de victimización: consecuencias, efectos, y como se siente una</p>	<p>Se entrega material y se pide a cada uno que exprese lo que siente. Se comparte en grupo y cada uno expresa lo que siente al expresar amor.</p>	<p>papel, escarcha, hojas de colores, pegante, etc.</p>	<p>Se realiza una ronda donde todos se toman de las manos colocando la derecha encima de la mano izquierda de su compañero del lado. En ese orden cada uno le va a expresar al compañero de la derecha algo</p>

	<p>aplicado a la situación adversa que está viviendo cada adolescente</p>	<p>persona después del fallecimiento de un familiar.</p>		<p>positivo (ronda de manos). Se hace una reflexión individual y se escucha música de fondo. Son los únicos que han pasado y/o están pasando por este tipo de situaciones? Que pueden hacer para afrontar estas situaciones de la mejor manera? Es normal que pasen por un proceso de duelo, e igualmente que sientan muchas cosas respecto a lo que les está pasando. Que significa estar en duelo? Que es victimización? Como se pueden manejar positivamente estos dos aspectos? Se encuentran en un proceso de victimización (se exponen consecuencias y efectos), en el cual viven una situación específica que les genera dolor, sin embargo, es un momento en el cual pueden lograr salir adelante con una gran variedad de herramientas</p>
--	---	--	--	---

					que tienen a su alcance. Como pueden seguir sus vidas después de este tipo de situaciones?
11:30 a 12:15 pm	Expresando lo que siento Objetivo: Generar reflexión en los adolescentes sobre la importancia de expresar lo que se siente y los beneficios que esto trae para situaciones adversas como las que ellos están viviendo	Se reflexiona acerca de la importancia de expresar los sentimientos como forma de autoconocimiento, contacto con el mundo, y crecimiento personal y social. También, la importancia de expresar adecuadamente lo que sentimos. Se pide a cada uno que exprese en una palabra que sentimiento tiene presente actualmente	Se lee el escrito: “El Pájaro del Alma” (Ver Anexo 5) y se pide a cada uno que exprese lo que siente frente al escrito. Se entrega material y se pide a cada uno que dibuje su propio pájaro del alma con los respectivos cajones, escribiendo qué cajones tiene abiertos, qué cajones tiene cerrados, cuáles quisiera abrir y cerrar de ahora en adelante, etc.	Hojas de colores, marcadores de colores y cartulina.	Se comparte en grupo los pájaros del alma realizados por cada uno y se resalta como cada uno es diferente ya que cada ser humano es único e irrepetible. Hacerles saber por qué es importante expresar lo que sienten en la situación en la que están. Siempre que pueden expresan lo que sienten? Mas en este tipo de situación por la cual están pasando? Se les dificulta expresar lo que sienten? Porque?Cuál es la importancia de poder expresar cada sentimiento que se tiene con otras personas? De qué manera esto puede ayudar a que se sientan mejor? Como la comunicación es fundamental para expresar lo que se

					<p>siente? Que medios se pueden utilizar para expresar los sentimientos? Quienes tienen cerca que pueden escucharlos y ayudarlos cuando lo necesiten? Cuáles son las ventajas de expresar lo que sienten? Realmente utilizan todas las herramientas que tienen para poder comunicarse y expresar lo que sienten? Como expresar lo que se siente permite afrontar de la mejor manera una situación ya sea difícil o no, y como se puede mejorar el estilo de vida cuando se expresa lo que se siente.</p>
12:15 a 12:30 pm	<p>Cierre general Objetivo: Concluir el tema de habilidades comunicativas, analizando varias conclusiones del tema que resultaron</p>	<p>Los estudiantes dan una reflexión general, con música de fondo</p>	<p>Por medio de una charla llegar a conclusiones del tema</p>	<p>Música (tus miedo, Alberto plazas)</p>	<p>Conclusiones generales de la actividad. Se les pedirá a los participantes que comuniquen la importancia de las habilidades comunicativas y como esta actividad es útil para sus vidas, y cuál fue el aprendizaje que</p>

	de las actividades anteriores				tuvieron de la misma y como pueden llegar y en que momentos a emplear lo aprendido durante las actividades anteriores. Se les preguntara si realmente harán uso de las habilidades comunicativas no solo en este tipo de situaciones sino durante toda su vida. Y se llevara a cabo un cierre de la actividad con una frase que exprese la utilidad de las habilidades comunicativas en el diario vivir. ¿Por qué son importantes estas habilidades comunicativas para el momento que están viviendo?
12:30 a 1:30 pm	Almuerzo				
1:30	Orientación a la resolución de problemas				
1:30 a 1:45	Presentación Objetivo: Construir entre los estudiantes pasantes y los adolescentes una definición de	Breve explicación del concepto resolución de problemas y su importancia en el afrontamiento de la victimización.	Construir una definición de resolución de problemas	Cartulina y marcadores	La importancia de la resolución de problemas

	resolución de problemas				
1:45 a 2:30 pm	Perdidos en el mar Objetivo: Desarrollar el ejercicio “Perdidos en el mar” para poder analizar la resolución de problemas de los adolescentes y compararla frente a la situación adversa que estos viven hoy en día.	Hacer el ejercicio “perdidos en el mar”, primero se le dará 15 minutos para realizarlo de manera individual, seguidamente se les pedirá que hagan un consenso.	Se les dará una hoja donde saldrán las instrucciones del ejercicio que deben realizar (ver anexo 6)	Hoja de instrucciones, hoja en blanco, lápiz, borrador, tablero y marcadores.	Se les pedirá que expongan las razones del porque el orden de los elementos. Que expresen que fue lo más difícil de solucionar y porque? Y que fue lo más fácil y porque? Orientación para que de ellos mismos salga como se relaciona con una situación actual y como les puede servir estas habilidades para afrontar la victimización. Retroalimentación grupal (traerle a colacion cuantas veces han enumerado de las cosas menos importantes a las mas importantes en su vida, y las consecuencias negativas que le ha traido esto. Hacerles la invitación de pensar que hay diferentes formas de sobre salir, y establecer prioridades en nuestra vida)
2:30 a 2:45p	Receso con onces				

m					
2:45 a 4:00 pm	<p>Construcción de una silla</p> <p>Objetivo: Analizar la capacidad de solución de problemas de cada adolescente frente a una situación específica</p>	<p>Explicar de qué se trata la actividad.</p>	<p>Se les dará una cantidad de cartón reciclable y se les dirá que construyan una silla, en un tiempo determinado. El resultado de la construcción será aprobado, si un estudiante permanece sentado por 30 segundos y la silla siga estable.</p>	<p>Cartón</p>	<p>Como solucionó los problemas que se le presentaron a lo largo de la actividad. Qué alternativas utilizó? Qué controló y qué no controló? En que se sintió más fuerte y en que se sintió más débil? Retroalimentación final de los estudiantes (evidenciar las posibles respuestas y soluciones que hay en las adversidades que se nos presentan en nuestra vida. hacerles caer en cuenta que es muy fácil rendirse, y a la misma vez es muy fácil solucionar)</p>
4:00 a 5:00 pm	<p>Cierre general</p> <p>Objetivo: Concluir el tema de resolución de problemas, analizando varias conclusiones del tema que resultaron de las actividades</p>		<p>Escuchar la canción del oso</p>	<p>Equipo de sonido.</p>	<p>Conclusiones de aprendizaje y expresar que le dejó la actividad y como lo aplicaría en su vida cotidiana. (Se les pedirá que explique el aprendizaje de esta actividad. Mencionarles lo importante que es tener como prioridad buscar soluciones a las</p>

	anteriores				adversidades, aunque hayan obstáculos, y que las barreras solo se las ponen ellos). ¿Por qué es importante la resolución de problemas para el momento que están viviendo?
--	------------	--	--	--	--

Glosario

Victimización

Proceso por el cual una persona sufre las consecuencias de un hecho o evento traumático (En este caso el fallecimiento de un ser querido cercano, como consecuencia de homicidio) (Rodríguez, 2008).

Fases del duelo

Según Rodríguez (2008), las etapas del duelo son:

1. Negación y aislamiento: Defensa provisional. La negación permite que las personas amortigüen el dolor ante una noticia inesperada e impresionante.

2. Ira: Conjunto de emociones y sentimientos encontrados no funcionales como tristeza, envidia, resentimiento, rabia e impotencia. Es importante tener en cuenta que la negación es sustituida por todo estos sentimientos que surgen en la víctima junto con el porqué del acontecimiento vivido.

3. Negociación: Ante la dificultad de afrontar la situación adversa, surge esta fase en la cual la persona intenta llegar a un acuerdo para pretender superar la difícil realidad.

4. Reacción emocional fuerte: Las personas entran en un estado de depresión (embotamiento afectivo). En esta fase es pertinente que la persona exprese lo que siente.

5. Aceptación: Se da una gradual reconexión de la persona con su vida diaria, en la cual logra estabilizar los diferentes altibajos sufridos en las etapas anteriores.

Resiliencia

Cyrułnik (2002), uno de los autores más reconocidos en el tema, define la resiliencia como la capacidad que desarrollan algunos individuos de sobreponerse ante las heridas emocionales más graves como el duelo, la tortura, la guerra, la violación, o la deportación así como también a

los traumatismos psicológicos, a lo cual están expuestas millones de personas en el mundo actual.

Habilidades de comunicación

Se encuentran conformadas por cuatro factores elementales, los cuales se interrelacionan entre sí para crear un proceso completo, los factores que se incluyen consisten en: la existencia de la persona que emite el lenguaje, el sujeto que lo recibe, el canal de transmisión, finalmente la retroalimentación. El terapeuta debe de comunicar una información en la cual contenga un mensaje, por lo cual lo emite al adolescente quien es el encargado de recibir decodificar y reconstruir un mensaje (Manciaux, 2003).

Resolución de problemas

Es la adquisición de habilidades de desempeño de carácter interpersonal para la solución a situaciones críticas; es importante resaltar que cada cultura tiene diferentes formas de enfrentar la relación entre los individuos, por lo cual la adecuación del adolescente hacia estas posibilidades es vital para enfrentar las situaciones complejas que se pueden presentar en diferentes ámbitos como el familiar, sentimental y académico (Munits, et al. 2006).

Anexo 2

PROTOCOLO DE INVITACION

Protocolo de invitación Taller dirigido a los adolescentes (15 a 19 años) víctimas indirectas de homicidio “Enrúmbate la vida”

Nota: Si en el transcurso de la invitación surgen algunos interrogantes adicionales, por favor incluirlos para su orientación en este pequeño documento

- Buenos días, habla con _____ Psicóloga en Formación del Centro de Atención a Víctimas,
 - ¿Cómo le ha ido hoy?
 - Usted fue atendido por el área de Psicología el día..., por lo que de manera atenta le hacemos la invitación al próximo taller de Psicología “*Enrúmbate la vida*”, éste se llevará a cabo el día miércoles (septiembre 28 ó octubre 5), de 8:00 a.m. a 5: 00 p.m., en las instalaciones del CAV. En el taller se harán actividades para aprender a resolver problemas y a comunicarse de una forma más efectiva, que le permitirá manejar adecuadamente la situación que atraviesa en este momento, y será un espacio donde podrá compartir su experiencia con personas que están afrontando una situación similar. Le recomendamos traer ropa cómoda y la disposición adecuada para participar del taller.
 - El taller es gratuito y hace parte del servicio integral brindado a las víctimas del CAV.
 - No debe traer ninguna clase de materiales, ya que los que se requieran serán proporcionados por nosotros, al igual que el almuerzo y las onces serán brindadas por nosotros.
- Le agradecemos su atención y nos complacería tenerlo con nosotros.

***Preguntas frecuentes**

¿Es posible que mis hijos me acompañen?

Si son menores de edad, no es posible que asistan, pues al Complejo Judicial no está permitido el ingreso de niños. No obstante, se informará oportunamente sobre el taller dirigido a los niños.

Hace tiempo que el abogado no se comunica conmigo ¿Tiene usted conocimiento de lo que ha pasado con mi proceso?

Lastimosamente no cuento con esta información, sin embargo, se puede comunicar con el Centro de Atención a Víctimas, al 7450450 o al 3511680.

¿Debo llevar algo al taller?

No, los materiales necesarios serán proporcionados por nosotros.

¿Es necesario pagar alguna suma de dinero?

No, el taller es gratuito y hace parte del servicio integral brindado a las víctimas del CAV.

Manifestación de su estado de salud mental actual.

Usted fue remitida? Si no fue así, aquí nuevamente podemos realizar una nueva asesoría psicológica.

No olvide que si usted en una fecha cercana tiene audiencia, este espacio es suyo para recibir el acompañamiento oportuno.

Anexo 3

ENTREVISTA ESTRUCTURADA

En una escala de 1 a 5 siendo 5=totalmente de acuerdo, 4=de acuerdo, 3=no sabe no responde, 2=desacuerdo y 1=totalmente en desacuerdo, responda las siguientes preguntas:

Preguntas	1	2	3	4	5
1. Considero que las actividades lograron enseñar conceptos de resolución de problemas					
2. Considero que las actividades lograron enseñar conceptos de habilidades comunicativas					
3. Considero que las actividades estaban organizadas					
4. Considero que hubo un manejo adecuado por parte de los psicólogos en formación con respecto a cada actividad					
5. Me sentí totalmente a gusto durante el transcurso de las actividades					
6. Las actividades llenaron mis expectativas					
7. Los materiales que me facilitaron para cada actividad fueron suficientes					
8. Me facilitaron los recursos adecuados para cada actividad					
9. El lugar de las actividades era apropiado para desarrollar cómodamente cada una de estas					
10. Hubo manejo adecuado del tiempo en cada actividad					

11. El tiempo dado para cada actividad fue suficiente para lograr un buen desempeño					
---	--	--	--	--	--

12. Cuál de las actividades siente que le fue más útil en su vida?

- a) Victimización
- b) Expresando lo que siento
- c) Perdidos en el mar
- d) Construcción de una silla

13. Cuales actividades considera que se pueden mejorar?

- a) Victimización
- b) Expresando lo que siento
- c) Perdidos en el mar
- d) Construcción de una silla

14. Considera que estas actividades fueron efectivas para que Ud. Aprendiera a emplear adecuadamente las habilidades de comunicación y de resolución de problemas frente a situaciones adversas? Que se lleva para su vida de las actividades realizadas? (¿Qué aprendió?)

R/ _____

_____.

Anexo 4

ENTREVISTA SEGUIMIENTO ESTRATEGIA PSICOEDUCATIVA “*ENRUMBATE LA VIDA*”

Buenos tardes, habla con _____ Psicóloga en Formación del Centro de Atención a Víctimas,

¿Cómo le ha ido hoy?

Teniendo en cuenta que Ud. Participo en el taller Enrumbate la vida, que se llevo a cabo en las instalaciones del Centro de Atención a Víctimas, en el cual se tocaron temas de habilidades comunicativas y resolución de problemas, queremos realizarle una serie de preguntas, con el objetivo de conocer el impacto que tuvo la estrategia psico-educativa en su vida. A continuación le voy a hacer unas preguntas muy sencillas, y me gustaría que me hiciera el favor de contestármelas con la mayor sinceridad posible. ¿Tiene tiempo disponible para colaborar?

Muchas Gracias por su colaboración. Comencemos:

1. Como se ha sentido después de su participación en el taller?
2. Ha hecho uso de las herramientas brindadas en el taller en algún momento de su vida?
¿Cuáles herramientas? ¿En qué situaciones? ¿Qué cosas cree Ud. que han cambiado después de haber participado en el taller
3. ¿Después del taller, cuando se le han presentado problemas, ha aplicado las herramientas que se brindaron en el taller para resolverlos?
4. Después del taller, en las situaciones adversas, ha puesto en práctica las habilidades comunicativas que se brindaron en el taller?
5. ¿Cómo se ha sentido en las situaciones adversas de la vida después de su participación en el taller?
6. ¿Está interesado en volver a participar en talleres que trabajen esta clase de temas?

Le agradecemos su colaboración, y lo tendremos en cuenta para futuros talleres que se desarrollen en el CAV.

Buena tarde

Anexo 5

El pájaro del alma

Hondo, muy hondo, dentro del cuerpo habita el alma.

Nadie la ha visto nunca pero todos saben que existe.

Y no solo saben que existe, saben también lo que hay en su interior.

Dentro del alma, en su centro, esta, de pie sobre una sola pata, un pájaro:
el pájaro del alma. El siente todo lo que nosotros sentimos.

Cuando alguien nos hiera, el pájaro del alma vaga por nuestro cuerpo, por aquí, por allá, en cualquier dirección, aquejado de fuertes dolores.

Cuando alguien nos quiere, el pájaro del alma salta, dando pequeños y alegres brincos, yendo y viniendo, adelante y atrás.

Cuando alguien nos llama por nuestro nombre.

El pájaro del alma presta atención a la voz, para averiguar qué clase de llamada es esa.

Cuando alguien se enoja con nosotros, el pájaro del alma se encierra en sí mismo silencioso y triste.

Y cuando alguien nos abraza, el pájaro del alma, que habita hondo, muy hondo, dentro del cuerpo, crece, crece, hasta que llena casi todo nuestro interior.

A tal punto le hace bien el abrazo.

Dentro del cuerpo, hondo, muy hondo, habita el alma.

Nadie la ha visto nunca, pero todos saben que existe.

Hasta ahora no ha nacido hombre sin alma.

Porque el alma se introduce en nosotros cuando nacemos, y no nos abandona ni siquiera una vez mientras vivimos.

Como el aire que el hombre respira desde su nacimiento hasta su muerte.

Seguramente quieres saber de que esta hecho el pájaro del alma.

¡ah! es muy sencillo: está hecho de cajones y cajones pero estos cajones no se pueden abrir así nada más.

Cada uno está cerrado por una llave muy especial.

y es el pájaro del alma el único que puede abrir sus cajones.

¿Cómo? también esto es muy sencillo: con su otra pata.

El pájaro del alma está de pie sobre una sola pata;

con la otra -doblada bajo el vientre a la hora del descanso- gira la llave, moviendo la manija y todo lo que hay dentro se esparce por el cuerpo.

Y como todo lo que sentimos tiene su propio cajón, el pájaro del alma tiene muchísimos cajones.

un cajón para la alegría y un cajón para la tristeza,

un cajón para la envidia y un cajón para la esperanza,

un cajón para la decepción y un cajón para la desesperación,

un cajón para la paciencia y un cajón para la impaciencia.

También hay un cajón para el odio

y otro para el enojo,

y otro para los mimos.

Un cajón para la pereza y un cajón para nuestro vacío,

y un cajón para los secretos más ocultos (este es un cajón que casi nunca abrimos).

Y hay más cajones.

También tú puedes añadir todos los que quieras.

A veces el hombre puede elegir y señalar al pájaro que llaves girar y que cajones abrir. y a veces es el pájaro quien decide.

por ejemplo:

el hombre quiere callar y ordena al pájaro abrir el cajón del silencio;

pero el pájaro, por su cuenta, abre el cajón de la voz, y el hombre habla y habla y habla.

otro ejemplo:

el hombre desea escuchar tranquilamente, pero el pájaro abre, en cambio, el cajón de la impaciencia:

y el hombre se impacienta.

y sucede que el hombre sin desearlo siente celos; y sucede que quiere ayudar y es entonces cuando estorba.

porque el pájaro del alma no es siempre un pájaro obediente y a veces causa penas...

de todo esto podemos entender que cada hombre es diferente por el pájaro del alma que lleva dentro.

un pájaro abre cada mañana el cajón de la alegría; la alegría se desparrama por el cuerpo y el hombre esta dichoso.

otro pájaro abre, en cambio, el cajón del enojo; el enojo se derrama y se apodera de todo su ser. y mientras el pájaro no cierra el cajón, el hombre continua enojado.

un pájaro que se siente mal, abre cajones desagradables;

un pájaro que se siente bien, elige cajones agradables.

y lo que es mas importante: hay que escuchar atentamente al pájaro.

porque sucede que el pájaro del alma nos llama, y nosotros no lo oímos.

¡que lastima!

el quiere hablarnos de nosotros mismos, quiere platicarnos de los sentimientos que encierra en sus cajones.

hay quien lo escucha a menudo.

hay quien rara vez lo escucha.

y quien lo escucha solo una vez.

por eso es conveniente ya tarde, en la noche, cuando todo esta en silencio, escuchar al pájaro del alma que habita en nuestro interior, hondo, muy hondo, dentro del cuerpo.

Anexo 6

Reto: vivir o morir PERDIDOS EN EL MAR

Instrucciones:

Usted es un tripulante de un velero privado que se encuentra en el océano pacífico sur. Como consecuencia de un incendio de origen desconocido, la mayor parte del velero y de su contenido ha quedado destruido. El velero está hundiéndose lentamente en este momento. La ubicación del mismo no está clara en razón de estar destruido el equipo de navegación y, además, por el hecho de que tanto usted como el resto de la tripulación estaban ocupados en tratar de controlar el incendio. La estimación disponible indica que están aproximadamente a cien millas al suroeste de la tierra más cercana.

Más abajo, encuentra una lista con 15 elementos que se han salvado del incendio. Además de estos artículos, usted dispone de: Un bote de goma a remos con capacidad ajustada para transportar la tripulación y de algunos ítems disponibles. El contenido de los bolsillos de los sobrevivientes consiste en: un paquete de cigarrillos, varias cajas de fósforos, cinco billetes de \$50.000,00 pesos y una estampa con la imagen y oración del Divino Niño Jesús.

Su reto es supervivir, la otra opción es que usted decida que no quiera luchar (no creo que desee morir sin luchar). Si decide por el reto debe revisar cada uno de los artículos y clasificarlos por orden de importancia, colocando el No. 1 frente al artículo más necesario; el No. 2 frente al que le sigue en importancia y así sucesivamente hasta llegar al artículo No. 15 que corresponde al artículo menos importante. Una vez que haya terminado con la clasificación según su opinión personal deberá en el menor tiempo reunirse con su grupo y definir en consenso los artículos que emplearán frente a la urgencia de la situación.

SUPUESTOS BÁSICOS:

1. El mismo número de sobrevivientes corresponde al de su equipo.
2. Ustedes viven la situación en la realidad. Esto no es un juego.

3. El equipo ha decidido permanecer unido y aceptar el reto de vivir.
4. Todos los elementos están en perfecto estado.

Artículos que están en buen estado:

1. Una Caja de raciones de alimentos
2. Un mosquitero
3. Un repelente para tiburones
4. Dos mapas del Océano Pacífico
5. Una Garrafa con 20 litros de agua
6. Una caja con 100 barras de chocolates
7. Un radio transistor
8. Un espejo manual
9. Un sextante
10. Una botella de ron
11. Un Lona de 10 metros x 4 mts. de ancho
12. Un receptor de señales de radio
13. Un encendedor desechable
14. Una caña de pescar con 10 carnadas de plástico
15. Un Catalejo